

阳光体育运动活动总结报告(优秀5篇)

随着社会一步步向前发展，报告不再是罕见的东西，多数报告都是在事情做完或发生后撰写的。报告的格式和要求是什么样的呢？下面是小编带来的优秀报告范文，希望大家能够喜欢！

阳光体育运动活动总结报告篇一

寒风依旧，刺骨依旧，但这个冬季却是焕然一新，于是冬季来临。

萧瑟的风刮得窗子在发抖，在窗口凝成了一层又一层朦胧的雾。而窗外的操场上，黑压压的一群，欢乐又祥和地移动着，整齐的呼喊着“一二一”。看，在风中气喘吁吁地跑动，该多冷啊！那凛冽的风毫不留情地一次又一次地冲刷着我们稚嫩的脸庞。口里呼出的气热腾腾本是冷冰冰的双腿也因为血液流动沸腾而兴奋着，热乎起来了，脸上泛起了一圈又一圈的红晕。这整齐的身影在瞬间定格，印在了这操场的历史记忆里，镌刻、保留，这就是冬季长跑的魅力。

冬季长跑有许多益处呢，这儿可不能一一道来，因为数也数不清，举几个例子，让我们来领教领教它。

冬季长跑锻炼了我们的身体。在寒风中，我们的身体很冷，像冰一样，但运动就不一样了，经过跑步，血液循环畅通，皮肤开始出现红色这样健康的润泽，这也是为何冬日跑步脸上会出现红云的关系啦，慢跑又称为有氧运动，跑时，会觉得全身的细胞都沸腾起来了，有助于青少年身体发育，功劳不小哦！

冬季长跑还有助于考验我们的意志力。冬天的风可不是盖的，窗户上的冰雪精灵说，风咆哮着追赶它们时，凶神恶煞的，

打的窗户都喊叫了呢，更何况是皮肤那么脆弱的组织呢，肯定像刀割一样疼。那就考验了我们的意志力了，是坚持到底，战胜狂风，战胜寒冷，向冬天宣战，还是畏头畏尾，屈膝投降呢。当然是前者，我们是张扬的90后呀！我们要用强大的意志去战胜他们，于是我们的抗打击能力就更增强了。我们在长跑中学会了耐心，坚持与努力，我们感谢冬季长跑给我们带来的一切。

风依旧凛冽，打在身上，手上，脸上，但我们不冷，我们不仅身体暖和，连心也开始温暖，我们有坚强的意志和不懈的努力，去迎接未来的任何挑战，这都是冬季长跑所给予的！

阳光体育运动活动总结报告篇二

为了推动我校学生体育运动的广泛开展，让全体师生走向操场，走进大自然，走到太阳底下，积极参加体育锻炼，掀起全校健身运动的热潮。阳光体育活动提高了我校学生的综合素质，以健康第一为宗旨，面向全体学生，通过丰富多彩的团体体育活动，激发学生的运动兴趣，营造浓厚的校园体育文化氛围，培养学生的协作能力，健身意识、集体主义精神，树立良好的道德风尚，引导和促进学生健康的全面发展。我校从20xx年9月至20xx年12月开展了阳光体育活动，现将活动总结如下：

校领导高度重视本次活动。为了搞好本次活动，组织老师座谈听取建议并成立了活动领导小组，形成了一把手亲自抓，分管领导具体抓，体育组与各年级联动，确保活动有序，安全。活动前根据学生习惯积极安排活动内容，落实活动名称，力求影响深远并规划活动场地，策划活动范围，确定活动时间，为活动做好准备。为确保活动顺利开展，既切合高、中、低年级参与的积极性，使活动真正取得实效。

我健康，我快乐”、“阳光体育与祖国同行”、“每天锻炼1小时，跑步1000米，每一个同学的心中都要坚定“健康第

一”的指导思想，学校合理科学的安排晨练30分钟、大课间活动30分钟，并分单周和双周确定内容，在全校统一课间做广播操、武术操，其他时间由班主任、体育老师任课教师发挥自身特长，展示自身才干，开发创新体育、舞蹈、健身操、游戏等多种项目，使大课间活动开展得有声有色。为保证此项活动的常规性、制度性和实效性，每天的记录由体育组进行检查，使每一个学生享受到快乐体育的成功和愉悦。

我校开展以学生“我运动，我健康，我快乐”体育励志活动为主题的阳光体育运动，积极开展各种喜闻乐见的体育活动和体育竞赛活动，让学生全身心地投入到每天一小时的体育活动之中，让学生走出教室，沐浴阳光，走近自然。其中国防演练取得了圆满的成功，并让学生通过比赛，精神面貌有所改变，增强了班级的凝聚力，同时也增强了班与班之间的友谊。

现在，学生阳光体育活动成为我校的体育工作的重要组成部分，成为推进素质教育的突破口。它将为学校提供素质发展条件的同时，也有力的推动学校的不断发展，不仅培养了学生的组织纪律性，集体和爱国主义精神，而且还使他们形成了互相激励，自学奋进的好习惯，各种优良的意志品质正在潜移默化的形成。

其次，对教育教学工作的协调发展起到了积极作用。对身体素质与精神状态的改善大有益处，有利于教学质量的提高。

我校开展了这个活动，使“我运动，我健康，我快乐”的理念深入人心，使学生能够真正行动起来，真正每天锻炼一小时，从而健康生活一辈子！

在本学年度的阳光体育活动中，有的班级的宣传教育工作还有待加强；在活动中要多培养和发挥学生的“小老师”作用，激发学生的积极性；学生的活动内容欠丰富，学校还要根据活动要求购置一些体育用品。

总之，通过“阳光体育活动”的深入开展，使得学生的精神面貌有所改变，增强了班级的凝聚力，增强了班与班之间的友谊，体育锻炼的氛围也有所加强，让我校学生深刻地认识到提高自身素质是一项“长久之计”，参加阳光体育活动，不仅是每天单单地进行一些体育锻炼活动，而是要让健康和运动的理念深入内心，并成为自觉的习惯，为自己健康幸福的生活打下了坚实的基础，为祖国的繁荣富强锻炼出强健的体魄！

阳光体育运动活动总结报告篇三

我校一直注重开展丰富的体育活动，强健学生体魄。在教体局有关文件指出“保证学生每天在校一小时体育活动时间”以来，我校对照要求，将活动时间、方式进一步固定下来，并制定了相关制度加以约束，取得了一些成绩。现将开展活动以来的一些工作总结如下：

我校教导处根据教学常规管理要求，认真执行课程计划，真正做到了开齐、开足、开好每门课程。学校校长、教导主任及学科组长经常开展听课、巡课活动，有效地杜绝了挤占艺体课时的现象。学校领导们一直十分重视开展阳光体育运动，在人员上、器材上、场地上全盘统筹，保证了所有学生都能按计划正常参加体育活动。

我校体育组在教导处的领导之下，结合学校自身实际，充分调动、整合现有资源，为全校学生精心安排了游戏、跳绳、踢毽、立定跳远、技巧、羽毛球、乒乓球、篮、轻物掷远、排球等十一项锻炼内容，每周轮换，同时根据各项内容的特征，将学校活动场地进行了专门划分，做到定区域、定项目开展体育活动。活动所需器材，学校安排专人专项负责完成领取、进场、归还，大大节省活动准备时间，保证了学生有充足的时间进行锻炼。活动过程中，器材管理老师积极配合班主任做好孩子的运动辅导及安全监护，确保每天的锻炼安全、有序、高效。

1、秋季两操评比。

每一学年初，我校都会有较多的外来学生加入我们这个集体。这些孩子的行为习惯，集体意识，包括体育方面的基础知识都与原来的学生存在较大差距。因此，每年十月前后，我校均安排了眼保健操及广播体操的评比。通过评比一方面进一步规范学生的动作，提高锻炼质量；另一方面通过集体活动的开展，培养学生的集体主义观念，提高他们的合作能力。

2、“大课间”活动

“大课间”活动就是学校在每天下午第二节课后安排20分钟的时间，下午第二节课后安排40分钟的课外活动时间，在音乐的统一指挥下，组织全校学生进行体育活动。大课间的形式要多种多样，内容的安排要根据学校实际以及季节、气候的情况确定。让学生动起来、玩起来，充分调动学生主动参与体育锻炼的积极性，达到强身健体的目的。基本形式如下：

（一）做好眼保健操和广播操。学校要教育学生懂得保护视力的重要性，指导学生运用正确的手法每天认真做好眼保健操。学校在每年新生入学时要强化广播体操的教学和评比，使得全体学生都能做好国家颁布的广播操。

（二）分组活动。在班主任、体育教师和科任老师的组织和参与下，以班为单位分成小组，充分发挥班体委和学生骨干的作用，在音乐的统一指挥下进行游戏、体育趣味比赛、身体素质练习等活动。

（1）与快乐体育园地相结合。充分利用体育园地的各种器材设施，创编各种组合活动，提高学生参与的兴趣。

（2）与游戏相结合。选择适合不同学生年龄和生理特点的游戏内容，激发学生参与的兴趣，培养学生的集体荣誉感和班级凝聚力。

(3) 与学生体质达标检测相结合。

3、自由活动。

在音乐的统一指挥下，学生根据自己特点与爱好，自主进行活动，如：打乒乓球、跳绳、跳皮筋、踢毽子等。

4、春季校园体育节暨趣味运动会。

每年四月，我校的校园体育节都会如期举行，体育节内容丰富：有体育知识竞答，有体育图片展览，有体育知识讲座，其中最让人难忘的是那“小小全运会”。趣味运动会上的竞赛项目多数来自于平时的大课间活动，深受学生喜爱。我们的趣味运动会便成了十足的“小小全运会”。

1、增加了学校体育工作的经费投入，学校公用经费要按一定的比例专项用于学校体育工作。

2、按规定配足配齐了体育器材，完善场馆设施。坚持公益性原则，充分利用场地器材，提高使用效率，确保学生课外体育活动的开展。

3、建立健全了体育教师聘任、培训、考核制度，不断促进了体育教师业务能力和思想素质的提高。

以上是我们对以往工作的简单总结，随着本学期师资的充实，相信我校的体育工作会做得更好。

阳光体育运动活动总结报告篇四

为全面贯彻落实《中共中央国务院关于加强青少年体育增强青少年体质的意见》，根据县教体局文件精神，我们学校于201x年11月25日举行了阳光体育冬季长跑的启动仪式，自学校举行长跑以来，全体师生积极投入，开创了双语实验学

校阳光体育冬季长跑的新局面。且取得了良好成效，现将相关工作总结如下：

一、成立领导小组，有专人负责

我校成立了领导小组，组长李鹏，各班主任和体育教师为成员。组长负责组织协调全校学生阳光体育运动的开展。引导全校组织成立相应的组织协调机构，按照统一部署，制定具体措施，组织本校学生阳光体育运动的实施。同时把推动全校的阳光体育冬季长跑运动列入了议事日程，根据学校特点，分类实施，形成合力，强力推进此项工作，并将责任具体落实到人，要求班与班之间加强沟通，扎实有效的开展工作。

二、做好宣传工作，齐心协力

我校充分利用宣传栏、广播等宣传手段，在校园内悬挂宣传标语，加大宣传力度，广泛地传播健康理念，使“健康第一”、“我运动我健康我快乐”、“每天锻炼一小时，健康工作五十年，幸福生活一辈子”等口号深入人心，同时在组织冬季长跑活动时间播放《阳光体育之歌》，音乐教师、体育教师组织学生在音乐课、体育课上学唱，让《阳光体育之歌》在校园传唱，使阳光体育运动人人皆知、提高了同学们参与活动的积极性，扩大了阳光体育运动在学生中的影响力和感召力。

三、全部参与，持之以恒

我校1——6年级学生全部参与，每天晨练、课间跑操、下午大课间各时间段一、二年级学生坚持800米。三一六年级学生，每天坚持1000米。而且做好班级日志，由少先队督查队员组织检查、统计工作。节假日，由学生自己就地坚持，统计长跑里程，并由家长签字，回校后报体育组。

四、精心谋划、狠抓落实

我校根据文件的统一部署，结合实际，制定出活动的具体方案，并认真组织、策划、实施，做到师资、时间、器材设备三落实，师生共同参与。

1、是把开展阳光体育运动与《学生体质健康达标》测试相结合，按照有关要求建立《学生体质健康标准》测试报告书制度，并把测试报告书作为学生成长记录或学生素质报告书的重要内容。

养成良好的体育锻炼习惯，并保证每天每个学生要达到1000米以上长跑距离。并每周开展阳光体育冬季长跑“优胜班级”“长跑活动”的评选活动。

3、是把开展阳光体育运动与课外体育活动相结合，结合实施学生素质拓展计划，广泛组织学生体育集体项目的竞赛和各种主题鲜明的体育活动来促进活动的深入开展。

目前，我校阳光体育冬季长跑运动真正做到有声势、有影响、有内容、展现了体育活动的群众性，体育锻炼的普及性。营造了人人参与，个个争先、生龙活虎、朝气蓬勃的校园体育氛围，让学生在各种各样的体育活动中释放青春与朝气，感受体育的永恒与魅力，体会体育的美丽与快乐。

五、积累经验、巩固实效

我校将“阳光体育”与相关校园体育文化结合，开展形式多样、内容新颖的活动，取得了显著成效。在活动开展中我们还注重挖掘特色，树立典型，推广经验，引导学生在开展活动的同时，注意活动的后续宣传，鼓励学生写长跑日记，与其他班级或学校学生分享长跑体验。使冬季长跑活动真正成为重要的教育活动形式，实现以体育为手段，磨练学生意志品质，培养集体主义情感，提升学生耐力素质，促进青少年全面发展的活动目标。

总之，通过本次“阳光体育冬季长跑活动”的深入开展，能够让我校学生深刻地认识到提高学生体质是一项“长久之计”，对每一名学生来讲，参加阳光体育活动，不仅是每天单单地进行一些体育锻炼活动，而是要让健康和运动的理念深入内心，并成为自觉的习惯，为自己健康幸福的生活打下了坚实的基础，为祖国的繁荣富强锻炼出强健的体魄！

阳光体育运动活动总结报告篇五

我校以《中共中央国务院关于深化教育改革全面推进素质教育的决定》、《学校体育工作条例》和《学校卫生条例》为工作指导，牢固树立“健康第一”为核心的学校体育工作理念和“创造和谐校园，打造精品学校”的办学宗旨，本着全面提高学生身体素质，促进学生健康、全面和谐发展方向的思想，本着全员参与，人人受益的工作原则，把落实学生每天“一小时”体育锻炼作为学校全面落实素质教育重要途径，按照工作措施，扎扎实实保证落实。

切实做好宣传，组织开展“阳光体育活动”的有关文件，进一步强化责任意识，服务意识，效率意识，树立健康第一，学习第二的教育观。提高对青少年健康重要性和紧迫性的认识，青少年健康素质是全面发展的基础，是提高全民族健康素质的关键，关系到民族未来的发展，青少年健康工作是建设人力资源强国的基础工作，是我国教育发展方向的重大问题。落实阳光体育活动是要我们增强依法治校、依法治教的责任感和紧迫感。

及时召开校领导会议，强调开展“阳光体育活动”，落实“减负”工作的重要性，做到在思想上高度统一，在行动上高度重视，并要求首先自己在教育教学中落到实处。成立领导小组，负责本校的阳光体育活动落实工作，这样就形成了一个明确分工的领导集体。做到上下配合，内外协调，使各项工作能顺利，贯彻并落到实处，使各项工作就有条不紊地开展起来。

我校把减轻学生课业负担，落实保障学生体育课和体育活动，作为规范办学行为的重要内容，强调“五个严格”，即严格执行课程计划，严格教学用书管理，严格控制学生在校时间，严格控制课外作业量。做到按课程计划开足体育课时，每天上午安排30分钟的大课间体育活动；没有体育课的当天必须安排学生1小时体育锻炼。

1、严格执行国家规定课程计划。我校要严格按照国家、省、市课程计划的规定安排教育教学计划并进行了检查，保证新课程实验的顺利推进，素质教育的全面实施。

2、为确保体育锻炼的实效，制定了切实可行的实施方案，做了具体的活动安排，重点做了以下工作：

（1）保证时间。严格执行国家课程计划，确保每天一小时以上的锻炼时间。学校按教学计划开齐课程，开足课时，不挤占和挪用体育、活动等课程，切实减轻学生过重的课业负担，把大量的时间还给学生，并规定每天早上第二节课之后进行大课间活动，开展多项体育训练。认真落实三操（课间操和两次眼保操）的开展情况。

（2）指导方法。学校十分重视教给学生科学锻炼的方法，如介绍各类运动的比赛规则和运动技巧、怎样防止受伤、运动的强度如何调控等。

（3）师生同乐。教师是学生的榜样，学校在鼓励学生锻炼的同时，积极提倡教师参与体育活动，让教师在紧张工作之余，与学生一起锻炼缓解压力。同时，师生一起活动，促进了师生的情感交流，让师生关系更加融洽。

由于学校活动的策划和安排比较周详，落实的较好，使得活动达到了预期的目的。当然，由于活动处于刚刚起步阶段，难免会存在一些问题，比如说：活动的过程中还需穿插更丰富的小游戏，同学们的投入还有所不够。对于本次活动中存

在的不足，只有通过不断的积累和总结经验，相信能够在今后的活动中做的更好。

通过我校阳光体育活动的开展，使广大师生深深地体会到“拥有健康才能拥有明天、热爱锻炼就是热爱生命”，使学生充分认识到加强体育锻炼的重要性，充分调动起了学生的积极性，主动地走出教室，走向大自然，走到阳光下，展现自己的青春和活力！同时，阳光活动体现了“团结、友爱、健康、向上”的主题，形成了全体师生参与的群众性体育锻炼的良好风气，达到了锻炼身体，增强体质的目的。