

全民健身跑步活动 全民健身活动方案全民建身的活动实施方案(大全5篇)

在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？下面是小编帮大家整理的优质范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

全民健身跑步活动篇一

3月6日晚上6：30-8：00

餐厅一楼多功能室

1、原地跑：原地跑是一种适合室内锻炼的运动，由荆园长为大家演示，感兴趣的老师可以自由跟随练习，坚持时间长者为胜。

2、跳绳

(1) 参赛人数：20人

(2) 规则说明：1分钟计时，以个数多者为胜，取前五名设奖。

3、毽子

(1) 参赛人数：13人

(2) 规则说明：1分钟计时，以个数多者为胜，取前三名设奖。

4、绑腿走

(1) 参赛人数：全体教师

(2) 规则说明：6个人把腿绑在一起走，先到达目的者为胜。

5、拔河

(1) 参赛人数：全体教师

(2) 规则说明：以年级组为单位参赛，最后胜者得奖。

1、比赛总负责人：荆桂叶孟昭燕杨桂玲

2、比赛单项裁判：

跳绳：宋媛媛、逯薇

毽子：李秋华、董梅星、

呼啦圈：吴燕、陈丽霞、

绑腿走：杨桂玲、孟昭燕

全民健身跑步活动篇二

为认真贯彻落实国务院《全民健身条例》和《全民健身计划》，推动全社区群众体育活动蓬勃开展，掀起全民健身活动新高潮，石坝社区结合社区实际情况，特制定20xx年“全民健身日”活动实施方案。

一、活动主题

围绕“运动成都、太极香城”活动主题，组织开展丰富多彩、贴近生活、方便群众参与的体育健身活动，在全社区形成崇尚健身、参与健身、追求健康文明生活方式的良好环境和氛围。

二、活动原则

“全民健身日”活动坚持以人为本、注重实效、因地制宜、群众受益的原则；突出全民健身活动的科学性、健身性、趣味性，最大程度的吸引群众的广泛参与。

三、活动地点

场镇、各村（社区）活动广场，社区组织或群众自行参与。

四、活动内容

2、由社区文体志愿者首先组织人员在场镇、各村（社区）活动广场组织开展活动；吸引更多的群众参与其中。

活动形式：

（1）晚上场镇、各村（社区）分别组织有群众自愿参与的太极拳、广场舞活动；

（2）各健身路径，有群众自愿参与的乒乓、篮球、健身器进行健身活动；

（3）群众自愿组织参与的晨练健身活动。

全民健身跑步活动篇三

为进一步贯彻落实《全民健身条例》和《全民健身计划(20xx-20xx)》引导全县人民积极参与体育健身活动，推动全民健身活动广泛开展，我县于8月8日上午在音乐广场举行“全民健身日”健步走活动。县委副书记巫阿琼参加活动并宣布活动正式开始，县政府副县长赵平致辞。

活动中，各方阵高举宣传横幅，高喊宣传口号，以音乐广场

为起点，沿着金沙大道，环绕南丝路北段和水碾西路行走了一圈，全程约3.6公里。一路上大家精神抖擞，步履轻盈，在享受全民健身乐趣的同时充分展示了宁南人民朝气蓬勃的精神面貌。

近年来，宁南县委、县政府高度重视文化体育工作，举全县之力投资兴建了一大批公共文化体育服务设施，成功举办了一系列文化体育赛事活动，有效促进和引领了全民健身活动的广泛开展，使人民群众真正享受到体育运动带来的健康和快乐，让体育在人的全面发展与和谐社会构建中发挥更加积极的作用。

通过“全民健身日”活动的宣传和引领，“我运动、我健康、我快乐”将逐渐形成社会共识，“每天锻炼一小时，健康生活一辈子”理念将成为广大人民群众生活方式的一部分，更多的群众将走出家门，走向室外，积极参与到全民健身队伍中来，充分享受体育运动带来的健康和快乐，共同推动宁南体育事业又好又快发展。

全民健身跑步活动篇四

（一）活动时间：定为20xx年8月8日上午

（二）活动主题定为：“武术改变生活、健身创造明天”

宣传口号为：“推动全民健身、传承民族文化、弘扬武术国粹、强健民族体魄”

（三）活动方式与内容：我省在8月8日上午将由石家庄市、邯郸市、保定市、沧州市、唐山市、秦皇岛市、邢台市、承德市、张家口市、廊坊市、衡水市11个市级体育局、市武术协会，沧州、永年、峰峰矿区、大名、文安、南宫、深州7个武术之乡在各个城市广场、体育场馆等有关场所组织举办大规模的各种武术健身活动展示、太极拳展演、武术各项目交

流赛等大型活动，形成上下一盘棋，全省大联动的局面，使全民健身日真正成为人民的节日。

（四）活动地点：河北省主会场设在沧州市，分会场：邯郸市、保定市、石家庄市、秦皇岛市、唐山市、邢台、承德市、衡水、张家口、廊坊市，子会场设在各武术之乡及其他各市、县辖区广场、礼堂、社区等地。

河北省武术协会初定7月23日召开全省全民健身活动日联络协调会议，届时，将广泛听取各地筹备工作汇报，统筹安排部署，具体落实要求。

全民健身周活动方案

全民健身跑步活动篇五

一、指导思想

以科学发展观为指导，深入贯彻落实全市体育工作会议精神，开展内容丰富、项目新颖的体育活动，让“全民健身日”变成人们健身的推动日，吸引更多群众参与体育健身，推动全民健身活动的深入普及，在全镇形成崇尚健身、参与健身，追求健康文明生活方式的良好环境和氛围，为构建和谐河口发挥积极作用。

二、活动主题

崇尚运动分享健康

三、活动原则

坚持以人为本、注重实效、因地制宜、群众受益的原则，将8月8日开展相关活动与全年性、日常性健身活动相结合，突出全民健身活动的科学性、健身性、趣味性，最大程度的吸引

群众的广泛参与。

四、活动内容

- 1、宣传活动向群众宣传“全民健身条例”，印发宣传资料，发放全民健身手册；同时，利用广播向全镇村民进行宣传。
- 2、群众性健身活动（1）群众乒乓球比赛。比赛项目：男女单打。（2）村（社区）趣味体育活动。比赛项目由各村（社区）结合实际情况自行安排。

五、范文top100活动时间

8月8日—8月22日

六、乒乓球比赛报名乒乓球

报名时间：8月3日-8月7日，联系人：刘。报名办法：每个单位、村（社区）团体组1队，由领队1名，运动员1-3名组成。

七、活动要求

（一）加强领导。场镇各单位、各村（社区）要高度重视，要从切实贯彻和实践“三个代表”重要思想的高度，充分认识组织这项活动的重要意义，切实加强领导，精心组织本单位职工、群众参加镇上比赛。同时创新活动内容和形式，在加强普及上下功夫，在倡导科学健身上出新招，不断提高全民健身活动水平。

（二）大力宣传。切实抓住全民健身活动的有利时机，大力营造“全民健身日”的舆论氛围，积极为广大群众体育健身提供良好的条件，吸引人民群众参加体育健身活动，提高体育健身覆盖面。

（三）形式多样。积极开展全民健身日活动，广泛发动各基层单位、机关、学校和企事业单位，就近、就地，因地制宜地开展小型多样的体育健身活动，掀起全民健身热潮。