

2023年全民健身活动策划方案 全民健身活动总结(模板6篇)

为了保障事情或工作顺利、圆满进行，就不得不需要事先制定方案，方案是在案前得出的方法计划。方案能够帮助到我们很多，所以方案到底该怎么写才好呢？接下来小编就给大家介绍一下方案应该怎么去写，我们一起来看看吧。

全民健身活动策划方案篇一

活动目的： 活动紧扣着“倡行亚运，全民健身”的主题，坚持理论联系实际，提高社会实践的针对性、时效性、吸引力和感染力，充分调动了各方面的积极性，并且使全班同学通过参加这次团日活动，意识到运动与健康对我们的重要性。

现在，正是中国广州于20xx年举办第十六届亚运会筹办的关键时刻，我们应该树立健身的意识并号召周围的人增强健身意识，做德、智、体全面发展的合格大学生，为20xx第十六届亚运会营造一种充满活力、融洽祥和的氛围。就长远说，做为21世纪的大学生，作为祖国的'栋梁之才，我们不仅要有扎实牢靠的专业知识，更要有健康的身体素质做后盾。只有这样，才能在未来为我们的祖国发光发热，我们的所学才会有用武之地，为全民健身营造一个欢快友好的氛围，为第十六届亚运会的顺利举行贡献自己的一份力量。

在欢声与笑语中校运动会的第一天落下了帷幕。

随着运动会开幕式的进行，第二天比赛更加如火如荼的进行。

一大早我们全班同学又在团支书和组织委员的组织下，来到了新体育馆。今天我们班的卢睿，罗业峰和杜福来分别参加男女5000米以及200米的比赛。

因为比赛开始的时间比较早，考虑到同学们有的没吃早餐，我们班生活委员组织同学给大家买早餐，而且为了缓解大家的劳累和无聊，给大家买了零食。考虑到垃圾的产生可能会弄脏体育场，更是安排了人员专门清理垃圾。在这种和谐友好的气氛中，我们大声的为我们班同学加油，为商学院的每一位运动员加油。

在他们奔跑的过程中，他们的每一次超越我们都无比兴奋；他们的每一次落后更是让我们揪心，既担心他们是否能重新追赶上，更加担心他们的落后是不是因为身体不舒服。我们大声的呐喊，大声的加油，因为这是我们所能给他们的最大的支持。我们可以让他们知道，奔跑在赛场上的不是他们孤单一人，而是我们0905整个集体。我们这个强大的集体是他们最强有力的后备力量。

他们为0905班书写了完美的篇章，卢睿和罗业峰都获得了5000米第二名。所有的运动员都不只是我们0905班的骄傲更是整个商学院的骄傲。比赛不断的推向高潮。

10月25日，我们班的王小舟，罗业峰和冉进勇分别参加了标枪，10000米和团体抱球跑三个项目。罗业峰获得了第三名的好成绩，再一次为0905班争取到了荣誉。

上午，进行完所有比赛后 □20xx年中南大学校运动会闭幕式在新体育馆举行，历时3天的校运会圆满落幕。

本次校运会再写辉煌，共有13人次打破12项校运会记录。陈启元副校长出席运动会闭幕式并为获奖单位颁发奖杯和奖旗。

全民健身活动策划方案篇二

8月8日是我国第八个“全民健身日”。8月5日上午，博望区在汇盛广场举办“全民健身日”健身项目展示活动，集中展示我区全民健身取得的丰硕成果，大力宣传全民健身活动的

重要意义，倡导科学健康生活方式。

在汇盛广场上，200多名参赛队员进行太极拳、柔力球、健身气功、跆拳道、健身腰鼓、健身舞等项目展示，他们精神饱满，活力四射，充分展示了体育健身活动的魅力。经过角逐，博望区武术协会的太极拳荣获一等奖；新市综合文化站的卓玛、丹阳镇的健身舞《东方大吉祥》荣获二等奖；博望区老年大学的柔力球、宏景学校的跆拳道、博望镇三杨艺术团的腰鼓《开门红》荣获三等奖。

据悉，为庆祝第8个全民健身日，博望区还将通过设立咨询台、印发宣传资料、媒体宣传等形式，广泛宣传科学健身知识，健身方法，进一步增强了全市人民健身意识，在全社会形成了崇尚健身，参与锻炼，追求健康的良好环境和氛围。

全民健身活动策划方案篇三

20xx年8月8日是我国第xx个“全民健身日”，为了增强全民健身意识，养成良好的体育锻炼习惯，xx社区在街道领导的正确指导下，开展了一系列“全民健身日”活动，现将20xx年“全民健身日”活动开展情况总结如下：

为开展好xx社区“全民健身日”活动，成立了社区“全民健身日”活动工作领导小组，由社区书记任组长，副书记任副组长，太极队、秧歌队、舞蹈队等负责人为成员的领导小组，结合xx社区实际，制定了《xx社区20xx年“全民健身日”活动方案》唱响“全民健身，全民共享”活动主题。

1、为了进一步提高全民健身意识，帮助居民提高科学的健身观念，8月8日在xx社区文体活动室，组织社区居民开展一次以“每天健身一小时、快乐工作每一天”健身知识讲座。

2、为更好地推动社区全民健身活动的深入开展，促使社区居

民积极参与各项全民健身活动，8月10日上午九点钟，社区以“全民健身，全民共享”为主题，组织社区居民举办一场“参与全民健身、展现活动”。

3、想通过这种行动，使更多的青老年朋友走出家门，每天早上6—8点进行跳舞、健身操、太极拳、健身秧歌等项目的排练，作为全民健身宣传，营造全民健身的良好社会氛围。

通过经上系列活动的开展，充分调动了xx社区居民的参与热情和积极性，使群众在参与体育，感受快乐、享受生活中得到乐趣，在社区进一步掀起了全民健身活动的新热潮。

全民健身活动策划方案篇四

一、指导思想

2014年“全民健身日”活动，要以科学发展观为统领，动员和引导社会力量广泛组织开展贴近生活、丰富多彩、特色鲜明的体育健身活动，不断提高市民群众主动参与的健身意识，激发市民群众的健身热情，在全市形成崇尚健身、参与健身、推动全民健身事业发展的良好氛围。

二、活动原则

坚持和把握“突出主题、公益惠民、广泛动员、因地制宜、节俭高效”的原则，做到主题鲜明，精心策划，突出公益，关注民生，积极发动，社会动员，结合实际，创新特色，厉行节约，务实求效。

三、活动主题

2014年“全民健身日”主题口号为“每天锻炼一小时，健康生活一辈子”。宣传口号为“我健身，我快乐”、“天天健身，天天快乐”、“全民健身，你我同行”、“每天锻炼一

小时，健康工作每一天”、“参与全民健身，乐享低碳生活”等。

四、活动时间

五、活动内容

一、在文化广场举行全民健身日启动仪式，全市各乡镇、办事处、市直各单位组成方队参加，举行万人签名活动。

二、在市文化广场进行体育健身成就图片展，展示有特色的健身项目、优异成绩和群众健身的场景等图片。同时设立全民健身宣传和科学健身知识咨询站，营造浓厚的舆论宣传氛围。

三、举行徒步行走活动，倡导市民每天坚持徒步行走至少1.5公里；上班人员在距单位1公里范围之内要坚持步行上下班。

四、举办篮球、乒乓球、羽毛球等群众喜爱的体育健身活动，或小型比赛和技能比赛。

五、举办跳绳、轮滑、街舞等对场地面积要求，小的技能、时尚运动。

六、举办太极拳、太极剑、武术演练等适合公园、广场的传统健身运动。

七、举办全市木兰扇、健身舞、健身操、广播体操、秧歌、腰鼓、交际舞等团体健身比赛。

六、活动要求

1、精心组织实施。各乡镇、办事处，市直各单位，要结合各地特色，根据各类人群实际，广泛开展针对不同地域、不同年龄、不同行业人群的各类特色活动，引导广大群众和全社

会积极响应、广泛参与。同时，精心组织辖区各体育团体，共同参与全民健身日活动。

2、各乡镇（办事处）、市直单位要从实际出发，坚持以人为本，把全民健身活动同深入学习实践科学发展观紧密结合，组织上要坚持大型活动和小型多样的趣味性群众健身活动相结合，丰富活动内容，创新活动形式，断提高全民健身水平。

3、各单位、各部门要精心组织，周密安排，密切配合。要充分调动社会各方面力量，积极发挥学校、机关、企事业单位的优势，整合资源，协调配合，扩大活动范围，拓展活动内容，提升活动效果，营造活动氛围，确保活动安全有序进行。

全民健身活动策划方案篇五

“2011中国年度健身榜样·全民健身大行动”

活动概要

1、什么事情？

我们健与美杂志社主办的“全民健身的大行动·2011中国年度健身榜样”活动即将开展，特别邀请贵俱乐部参加。

2、什么是“全民健身大行动”？

“全民健身大行动”是国家体育总局批准的，中国体育报业总社主办，由健与美杂志社承办的每年一度的全民健身推广活动之一，去年的主题是“运动改变我”。基本形式是召集全国各地的20~30家大中型健身俱乐部的300家店面，同时举办一次为期40天的会员塑身活动，最后评选出若干奖项。今年，全民健身大行动主题为“2011中国年度健身榜样”，活动将由各个俱乐部组织教练进行为期30天的健身改变活动，最终评出是大年度健身榜样、50位优秀教练。活动将通过这

些优秀分子，影响更多的人选择健康的生活方式，并向社会公众展示健身行业健康、专业的形象。活动还将归纳整理参与选手的训练、营养方案及健康生活方式体会，通过媒体向公众推介。

3、这个活动对俱乐部有什么帮助？

首先，这是国家体育总局批准的官方公益活动，参与进来有助于提升贵俱乐部的品牌美誉度。其次，我们对这次活动投入大量资金和实物，用于获奖教练的激励。

再次，我们杂志在活动前、中、后会进行专题报道，贵俱乐部的名称□logo都会刊登在杂志上，贵俱乐部更多的图文介绍会刊登在我们官网上，对于表现突出的参赛选手，我们会择优予以报道。本次活动我们还将邀请30家主流媒体参与报道，加上转载，预计将有百余家媒体报道本次活动。

最后，本次遴选的都是各地具有代表性的俱乐部，加入这个活动，除了代表贵俱乐部本身所具有的实力所之外，还能形成一个团队的概念，有助于提升贵俱乐部在区域市场的竞争力。

4、这个活动大概流程是怎样的？

这个活动其实就是一次各个俱乐部的联合行动。在规定的时间内，每个俱乐部内部举办一次教练塑身比赛。然后再把比赛的前三名报给组委会，由专家评审组评选出2011年度中国健身榜样之十佳教练（10名）和优秀教练奖（50名）、全民健身贡献奖（俱乐部奖）等。

5、这个活动需要我们付出什么？

俱乐部不需要付出任何现金开支。

由于是俱乐部教练塑身比赛，比赛成绩一定程度上体现了教练们的技能水平，建议俱乐部将本次比赛与教练考评相结合。

各俱乐部可以根据自身实际情况，结合本次活动设计自身的活动方案，比如“员工塑身大赛”，“教练技能大比拼”，前提是把教练塑身比赛包含进去。

6、俱乐部该如何参与？

全民健身活动策划方案篇六

_社区全面贯彻“全民健康生活方式”、推动群众文体工作持续发展的一年，也是构建和谐社会的关键之年。

_社区在有限的条件下努力创造体育文化阵地，达到推动普及、不断满足广大居民对体育文化的日益需求，让广大社区群众享受体育健身带来的实惠。下面就全民健身日期间社区全民健身活动，群众体育工作做如下总结：

至__社区成立以来，我们成立了相关领导小组，把全民健身计划列入社区工作日程，以推动“全民健康生活方式”为主题，取得了显著成绩，得到了有关部门和广大居民的支持，特别是通过一些重大节日活动的贯彻实施，人民群众参与健身的意识不断增强，体育健身项目不断得到了普及。

8月8日“全民健身日”期间，社区经常在文化广场开展中老年户外活动，结合“__老人学校”、“__艺术团”、“__艺术社”、“广场舞志愿服务舞蹈队”等团体，展示一系列文体活动，内容丰富、形式多样、突出特色、放大整体效益。参与活动达100多人次，观众达5000多人次。

社区有专职的文体指导员，近些年来先后组织老年武术爱好者参加区级以上培训班2期、并推选2名老人参加丰泽区老年人运动会乒乓球项目，组织社区职工参与街道五一节趣味运

运动会取得团体第一，三八节组织女职工参与登山活动、__慢跑比赛及趣味运动会等，另外，还动员企业职工参与丰泽区消防志愿者技术竞赛并获得二等奖。通过一系列活动，让健身热潮持续在新秀社区这个大家庭中发酵，自发组织健身开始崛起。

老年体育在整个群体工作中起到由小到大、由弱到强、由点到面的推动作用，在整个体育工作中创新了工作方法整合了纵横力度，特别是在以朱国成为会长的带领下，__社区老人文体活动取得了显著的成效，建立了老年人体育工作联系会制度，重点开展了“老年体育科普年”活动、开展了一系列老年文化活动、体育展示活动。

目前，设立社区文化活动场所2个，新建一间文化活动室，棋牌社2个社员达30多人，文艺队2支30余人□20xx年新成立志愿服务腰鼓队8人，每年参加老年人活动近300多次，形成__社区文体活动的主力军。

社区体育健身项目在不断加强，我们在超500人的小区或物业均设有1套健身路径等运动器械，今年通过为民办实事项目我们在泉秀花园西区新设置了1套健身路径共计18个器械，方便广大居民能够在自家门口进行各项健身锻炼。

1、群众体育健身发展存在年龄断层，特别是__属于纯居民社区，在体育基础设施建设方面相比较其他资产社区属于财力相对薄弱的，另外，__社区偏老龄化，老年人占常住人口的比例大、流动人口相对密集，使得全民健身工作的开展难度大，期望和实现的可能性之间存在较大的差距。

2、群体工作不够“活”不够“深”

群众体育的发展是一个地区经济繁荣，社会稳定，生活富裕，生活方式进步，文化先进的重要表现，由于广大群众生活水平不均衡，生活方式不一样，体育健身意识不强，体育经费

短缺，各个团体及相关部门不能充分发挥作用，全民健身工作只能少部分个人参与，还不能深入广大人心，群众体育工作没有蓬勃发展起来。

群众体育事业正在希望的田野上，我们一定要认真贯彻党的十九大精神，抓抢机遇，以更加昂扬的斗志和饱满的热情，鼓足干劲，突出重点，扎实工作，加快推进群众体育的发展，努力为构建社会主义和谐社会奉献新的力量。