

健身活动总结报告 全民健身日活动总结 报告(通用8篇)

6. 开题报告的撰写需要充分考虑研究课题的重要性、创新性和可行性，同时要注重可操作性和可评估性。在下面的整改报告范文中，我们可以看到对问题的逐一解决和取得的成果，为后续工作提供了宝贵经验。

健身活动总结报告篇一

8月8日是全民健身活动日，我校对此项体育工作非常重视，根据区教科体局的统一安排，组织学生开展了多样跳绳活动，有效地促进了学校全民健身活动的开展，使学生在“德、智、体”等几方面得到全面发展，推动我区体育工作跃上新台阶起到了积极作用。下面就我校一年来全民健身工作小结如下：

一、确立健身目标抓落实

学校体育工作是学校教育工作的组成部分之一。一个学校教育质量的好差，不能单纯地只看文化课分数的高低，还要从学校育人体育环境和学生精神面貌、健康状况等多方面去衡量，使教育者从思想上确立学生的健身为办学的导向目标。一个学生聪明智慧，主要依靠他的正常的体力和精力去支撑学习现代化科学文化知识，掌握为人民服务的本领。一个学校体育环境和卫生制度，正是显示出办学整体水平和衡量学校教育质量的物质基础。

我校历来非常重视体育工作，在抓好学校两类体育课教学的同时，注重发挥“第二课堂”的功能，实行领导负责制，配有四名专职体育教师任教。形成书记、校长主管、一名分管体育教导主任督促训练、班主任具体负责、体育教师技术指导等一系列工作网络。这一组织措施，确保了《全民健身计划纲要》的全面实施。

坚持体育工作常抓不懈，常抓常新，不断进取，取得了教学、科研双丰收，着力提高广大学生的体质与健康，围绕学校中的工作，全面贯彻党的教育方针，充分发挥体育育人的功能，为学校体育工作和素质教育的深入发展作出应有的贡献。

二、具体措施

1、积极响应党中央国务院号召认真学习国家颁发的有关体育工作精神，理解精神实质，掌握其要求和内容，结合学校实际，科学安排内容。

2、坚持普及与提高相结合方针，经常性开展小型多样的竞赛群体活动，尤其是结合本校“田径传统项目学校”特色开展工作，为上级部门提供较好水平的体育苗子。

3、加大教改力量，不断改进教学方法，突出“创新”意识，因材施教，努力减轻学生的学业负担，以愉快教学贯穿于课堂中，使学生不仅掌握了知识，技术，而且带着愉快的心情和充沛的精力转入下一堂文化课的学习。

4、抓好“两课、两操、三活动”，积极开展“第二课堂”，坚持素质教育，不断丰富学生的锻炼内容和时间，确保学生每天体育锻炼时间不少于1个小时。

5、加强学校田径队训练，力争早出人才，快出人才，出好人才，学有特长。

6、抓好《学生体质健康标准》训练工作，促进学生身体正常发育和健康成长，确保年级和班级达标率在区检测中达到百分之九十以上，否则不予评为先进年级和班级，对未达标的学生不能评为三好学生，以此激励学生参加体育锻炼积极性和自觉性。

7、办好校一年一度的田径运动会或体育活动周，提高运动水

平。发现特长学生，经过集中一段时间训练，成绩好的选拔到校田径运动或其它比赛项目队，为国家输送好苗子打下良好基础。同时规定任何班级必须参加，否则，不予评为先进班集体。

健身活动总结报告篇二

为倡导全新的全民健身理念，不断扩大体育人口，大力宣传全民健身的意义及宗旨，广泛开展形式多样的体育健身活动，提高广大村民健身的意识，营造区庆热流浓厚氛围，把全民健身体育周办成隆重、热烈、精彩、简述、人民群众积极参与的一次大型全民健身活动，使村民能够充分认识到养成体育健身的习惯对提高身体素质的重要性，从而自觉加入到健身活动中去，我乡积极开展各项活动，现总结如下：

一、统一思想，整合资源，激励健康的活动氛围。

大力开展群众体育活动，是时代的需要，是国情的需要，也是广大人民群众的需求。我镇领导和责任部门努力抓好群众性的体育活动项目，积极引导健康向上的活动氛围。由于统一了思想，整合了我镇传统的体育活动项目，开展了健康向上的体育活动，使得体育周活动开展得有声有色。

二、围绕主题，制定方案，扎实有效地开展工作。

根据上级精神，我镇及时制定了工作方案，并根据活动主题开展了各种系列活动，确保了活动团队、活动时间、活动内容、活动场地四落实，通过活动加大宣传力度，大力宣传《体育法》、《纲要》、《条例》的内容和健身日的要求，发放体育小知识宣传单1500份，积极组织了以村民和学生为主要参加者的五个阶段的体育健身活动，各项活动受到群众的热烈欢迎。

三、活动特点。

- 1、党委、政府高度重视由镇党委成立的全民健身周活动领导小组牵头，召开全镇的专题工作会议，体现了镇党委、政府对村民身体健康的高度重视。各村、各校积极响应，纷纷结合各自特点制定健身计划，形成全民健身工作齐抓共管个新局面。
- 2、镇、村互动从机关、站（所）到村委会、学校，健身周活动统一部署，统一行动。
- 3、活动在基层健身活动完全贴近群众，在群众身边举行，在活动内容上，有拔河比赛、自行车比赛、足球篮球等求类比赛，适合村民和学生参与，并且都是群众喜闻乐见的健身项目。
- 4、计划有创新今年的全民健身周活动，计划周密，内容丰富，在组织形式上充分体现了社会体育社会办的新思路。
- 5、放眼未来，真抓实干，建立长效的活动机制群众性的体育活动是提升国民身体素质的重要渠道，为了有效的开展此项工作，我们在今后的工作中将从以下两个方面开展好工作。

健身活动总结报告篇三

20xx年8月8日是我国第x个“全民健身日”，也是世界大学生运动会即将开幕的日子，为增强全民健身意识，带动我校全体师生养成良好的体育锻炼习惯，盘州市双凤镇迎春书院开展了“全民健身日”活动，现将活动开展情况总结如下：

一、加强领导、精心组织，确保“全民健身日”系列活动取得实效

为开展好本次“全民健身日”活动，我校成立了“全民健身日”活动工作领导小组，负责活动的组织安排，制定了《20xx年8月8日全民健身日活动日程》，并以“全民健身、你我同

行”为主题，制定了口号：天天健身、天天快乐，全民健身、你我同行，团结友谊、健康向上。

二、统筹安排，内容突出

1、以宣传全民健身，健康和谐为核心。人员由全校学生及参加健身长跑活动的老师组成，计100余人。全体活动人员排列整齐，两侧高举“天天健身、天天快乐，全民健身、你我同行，团结友谊、健康向上”横幅，其他人员挥舞小旗，迈着矫健的步伐，伴着运动员进行曲，高喊“天天健身、天天快乐，全民健身、你我同行，团结友谊、健康向上”，从他们那灿烂的笑脸上显示着振奋与激情。

3、健身联系你我，共享快乐生活。活动的第三项内容是全体人员根据自己的爱好特点，自由选择活动的内容。有做单杠的、有双杠的、有打篮球的、有踢毽的，有压腿的，有炼腰的，他们叁个一帮、两个一伙，一会儿杠上杠下，一会儿围杠旋转，毽子你来我往，身前背后左右飞扬。年长的精神矍铄，年少的朝气蓬勃。闲暇间，闲聊几语，谈谈感受，唠唠家长，相互沟通，同享快乐。远处时而传来悠扬的音乐，树上的鸟儿也在轻轻的鸣唱，整个操场和谐自然。

通过经上系列活动的开展，充分调动了人们参与运动的热情和积极性，使全体师生在参与体育，感受快乐、享受生活中得到乐趣。

健身活动总结报告篇四

为策应全省统一行动，根据《关于组织开展“全民健身日”活动暨“舞动健康”全民健身广场舞活动的通知》文件精神，我县开展了“舞动健康”（片区）系列活动，在全县各有关单位大力配合下，活动取得了圆满成功。现将活动开展情况总结如下：

一、加强领导，严密部署

1、成立机构，印发方案。我县制定了活动实施方案，成立了“舞动健康”（片区）全民健身广场舞活动工作领导小组。县委宣传部部长任组长，县政府副县长担任副组长，县体育局局长担任执行主任，县文广局、团县委、妇联、总工会、县财政局、县城管局、县供电公司、县公安局、县老年体协、县健身舞蹈协会等单位为成员单位。

2、全面调度，严密部署。为搞好活动，领导小组召开3次工作调度会，研究部署活动开展有关事项，明确了工作目标和任务，确定了培训、展示和比赛的时间，为活动的顺利举行打下坚实的基础。

二、广泛宣传，全面推广

1、创新思路，广泛宣传。一是根据省、市统一安排，我县借助电视游字、宣传标语以及晨（晚）练点社会体育指导员的平台，全面宣传本次全民健身广场舞学习、推广工作，为进一步推广本次活动打下坚实的基础；二是我县充分发挥体育协会作用，制作60面宣传标语，要求县自行车协会健身爱好者在日常骑行活动中悬挂骑行，进一步扩大了“舞动健康”活动的影响力。

2、开展培训，迅速推广。一是为促使本次活动达到更高水平，我局安排2名教练员参加市广场舞教练员培训班学习；二是我县于7月27日—7月28日，举办了县全民健身广场舞培训班。共有79个单位136名教练员和39个晨（晚）练点83名健身舞蹈爱好者（总计219人）参加培训班；三是按照专人至全县39个晨（晚）练点开展点对点专门教学。共有7名教练员在晨（晚）练点专业教学73人次；四是深入单位，现场教学。为满足各乡镇、各单位的需求，共组织3名教练员利用晚间等休息时间，深入单位，开展教学。共教学县委组织部等13个单位，使本套全民健身广场舞在我县迅速得到推广。

三、围绕中心，全面展示

根据省市要求，策应全省统一行动，我县于8月8日举办“舞动健康”（片区）全民健身广场舞展演活动暨县“全民健身周”启动仪式，县四套班子分管领导出席仪式。共有22支演出单位320多名健身舞蹈爱好者参与展演活动，现场有1300多名群众观看展演。

同时，为进一步宣传8月8日全民健身日，倡导健康生活理念，我县还在展演结束后，组织210多名自行车骑行爱好者悬挂全民健身宣传标语，开展环城骑行活动。此举进一步增强了群众对“全民健身日”的认识，提高了群众健身意识，为全民健身活动的深入开展营造了浓郁氛围。

四、紧张排练，积极参赛

为进一步推广全民健身广场舞，我县还计划于9月中旬举行全民健身广场舞比赛。比赛通知已于《方案》中印发，比赛要求正在草拟，报名工作将于9月上旬开展，预计将有40支代表队参加比赛，现各代表队正在紧张训练中。

同时，为策应全省统一行动，我县健身舞蹈协会在承接中国台湾健身舞蹈交流活动获金奖后，还在全县各晨（晚）练点抽调40名优秀健身舞蹈爱好者集中训练。9月下旬她们将争取参加全省比赛。

健身活动总结报告篇五

8月8日，如东县庆祝全国“全民健身日”暨全民健身节目大展示活动在县城浅水湾公园隆重举行。为了在全社会宣传“科学健身，全民健康”的生活理念，积极营造全民健身的良好氛围，科学指导群众性体育活动，促进全民健身在构建和谐社会的积极作用，在县委、县政府的正确领导下，我县各级党政领导高度重视，周密部署，

各系统、各部门、各单位积极行动、广泛宣传，把全国第二个“全民健身日”活动打造成了一项有创意、有影响、得人心的活动，全面展现了如东县贯彻实施《全民健身计划纲要》十五年来群众体育工作所取得的成果，在全县上下掀起了全民健身新高潮。

一、统筹谋划，精心组织

1、制定并印发了《如东县庆祝全国第二个“全民健身日”活动暨全民健身节目大展示活动实施方案》，按照创新形式、突出特色、丰富内容、塑造品牌的工作思路，以坚持“有影响、有规模、有创意、有地方特色、群众喜闻乐见”为原则，是一项引导全县广大群众广泛开展全民健身活动的指导性文件。具有较强的引导性、特色性、操作性和持续性，群众喜闻乐见，依靠群众智慧挖掘如东健身文化内涵，弘扬民族精神和时代精神，营造健康和谐的社会人文环境。

2、印发了东体《县体育局关于组织开展第二个“全民健身日”活动的通知》，为继续打造我县全民健身活动的品牌，使今年的“全民健身日”活动主题更突出，有所创新，并成立相相应的活动组织领导机构。充分发挥政府部门的主导作用，为掀起全民健身活动高潮提供了有力保证。

二、统领全局，全民参与

1、活动的主题鲜明突出。我县“全民健身日”活动的组织开展与“迎海洽盛会，展示如东风采”等活动相结合，突出群众健身主题。集中8—9月两个月时间，通过组织开展影响广泛、特色鲜明、主题突出的大型示范活动和群众喜闻乐见、小型多样的休闲体育活动，在全社会形成崇尚健身、参与健身、追求健康文明生活方式的良好环境和氛围。

2、区域、行业互动，全县联动。《县体育局关于组织开展“全民健身日”活动的通知》下发后，县文明办、教育局、

文化局、卫生局、广电局等唱响了“全民健身日”活动的序曲和主旋律。全县各镇(区)、开发区和各行业响应号召，开展了声势浩大、持续不断的全民健身活动。其中，全县14个乡镇全部举办了全民健身运动会，县体育局举局一致，发动本系统所有干部职工、所有单项体协8月8日全部出动，为全县人民倾情奉献了一道丰盛的体育大餐。

3、活动内容丰富、形式多样。既有大型有示范带动作用的全县性活动，又有贴近生活、方便群众参与的体育健身展示、交流、比赛、辅导、培训等内容。在全县组织开展的全民健身活动中，项目即涉及篮球、羽毛球、乒乓球、足球等奥运项目，更多的是健身操、太极、腰鼓、健步走、台球、柔力球、轮滑、电子竞技、门球、象棋、毽球、钓鱼、抖空竹、秧歌、广播体操、街舞等全民健身项目。活动形式有全民运动会、社区邀请赛、千人舞会、全民健身展示及各类健身项目比赛、培训班等。在庆祝“全民健身日”期间，全县各种体育设施、场馆全部免费向群众开放，开展了“健康家庭大赛”等传统赛事。

4、围绕“全民健身日”开展全民健身系列活动，整个活动贯穿全年。今年以来，仅我局牵头组织的大型大赛活动有如东县第xx届县级机关运动会，机关工委、教育、文化、卫生、工商、税务等部门开展的各种群众性体育赛事。

我县今年的“全民健身日”活动，以开展群众体育系列活动为主线，以增进群众健康为宗旨，掀起了全县全民健身热潮，真正倾情推了一场全民健身活动的嘉年华。群众体育健身意识普遍提升，群众体育骨干队伍进一步壮大，有力推动了我县体育服务体系的不断完善。充分体现群众体育在贯彻落实科学发展观中的积极作用，将不断为增强人民体质、服务经济建设、构建和谐如东作出新的贡献。

健身活动总结报告篇六

为鼓励和引导全镇群众参加体育锻炼，提高科学健身意识，养成良好的体育锻炼习惯，我镇于8月1日-8月8日在什地镇合结村健身广场开展了“什地镇全民健身日系列活动”。

1、加强领导，高度重视

以“崇尚运动，分享健康”为主题；以以人为本、注重实效、因地制宜、群众收益为原则；以小型多样，大众有趣为活动开展方式，我镇借8月8日全民健身日这一契机，在全镇范围内开展了为期8天的全民健身日系列活动。镇相关领导对此次活动高度重视，为确保活动顺利开展，拿出专项资金作为活动经费，并邀请什地学校体育老师为活动组织裁判，保证了活动的专业性及公正性。

2、加大宣传、营造氛围

为提高群众参加健身运动的热情，积极参加此次全镇范围内的全民健身日系列活动，我镇进行了强有力的宣传，一是播放广播，悬挂宣传标语；二是组织村、社区三职人员参加健身日系列活动动员大会；三是要求村组干部入户宣传，做到活动家喻户晓；四是拿出专项资金，作为活动开支及奖励。

3、开展活动，大众有趣

我镇组织了为期8天的全民健身活动，为实现健身日系列活动与全年性、日常性全民健身活动相结合的原则，我镇选择了群众平日里热情度高、普遍参与的广场舞和篮球赛两个项目来进行。活动安排分别是8月1日-8月4日全镇广场舞大比拼；8月5日-8月8日的全镇篮球比赛，参加人员涉及7个村和1个社区共计200人，可谓时间之久、人员之多。

4、领导肯定、群众热情

此次全民健身日系列活动顺利开展并圆满完成，得到了镇领导充分的肯定及群众热情的参与。在整个比赛中，参赛人员赛出了“健身第一、比赛第二”的精神，反映出全镇人民崇尚健身、参与健身、追求健康文明生活方式的良好社会状况，并为我镇以后的文化体育活动开展提供了宝贵的经验。

健身活动总结报告篇七

设立“全民健身日”，一是以此纪念北京奥运会，永志铭记和谐盛世中国体育的崛起之日。二是有利传承奥运文化，推进群众体育，让北京奥运的“我参与、我健康、我快乐”变为经常性的活动，形成生活的常态。三是有助强化现代体育理念，“让体育就是生活”、“天天健康，天天快乐”等理念更加深入人心，让身心更健康。四是体现法制体育建设的要求。从这个意义上说，每年的8月8日这一天既是纪念日，更是活动日，既是动员推广日，更是参与实践日。

生命在于运动，运动要讲科学，科学健身，有益健康。对于个人来讲，健康是人生第一财富；对于社会来讲，健康就是生产力，健康就是战斗力，健康就是凝聚力。对于国家来讲，国民的健身是国力的体现，是国强民安的象征。

在8月8日“全民健身日”来临之际，为全面贯彻落实《全民健身条例》，掀起我区全民健身活动新高潮，我局及时下发了《关于在全区组织开展8月8日“全民健身日”群众体育活动的通知》。

8月6日上午，区体育局在天回镇街道举行“全民健身日”活动启动仪式暨区四大基础工程建设全民健身系列活动，比赛项目有趣味运球、绕杆接力、跳长绳、双龙戏珠等活动。全区1000余名社区群众参加了比赛。当天，我局还在天回镇街道组织开展市百万市民同健身活动暨“我心中的世界田园城市”建筑模型进社区活动，让社区居民了解世界田园城市的相关内容以及科技模型普及知识以及制作。

与此同时，各街道、社区要在本地区同时举行“全民健身日”活动，要利用公园、社区广场、农民健身工程和全民健身路径等开展活动。各街道、社区三级社会体育指导员都挂牌到各健身点为各项目提供健身指导和服务。如营门口街道在8月5日上午，邀请区业余体校教练为社区群众开展了题为“科学健身”的专题讲座，使社区群众进一步了解了如何因地制宜、因时制宜地科学有效开展健身运动，让“天天健康，天天快乐”的全民健身理念深入人心。

8月8日当天，金牛体育中心内的田径场、棒球场还免费向群众开放，体育中心游泳池也半价向社区群众优惠开放，为群众健身提供了方便。

健身活动总结报告篇八

8月8日，如东县庆祝全国第*个“全民健身日”暨全民健身节目大展示活动在县城浅水湾公园隆重举行。为了在全社会宣传“科学健身，全民健康”的生活理念，积极营造全民健身的良好氛围，科学指导群众性体育活动，促进全民健身在构建和谐与全面建设小康社会的积极作用，在县委、县政府的正确领导下，我县各级党政领导高度重视，周密部署，各系统、各部门、各单位积极行动、广泛宣传，把全国第二个“全民健身日”活动打造成了一项有创意、有影响、得人心的活动，全面展现了如东县贯彻实施《全民健身计划纲要》十五年来群众体育工作所取得的成果，在全县上下掀起了全民健身新*。

一、统筹谋划，精心组织

一是制定并印发了《如东县庆祝20xx年全国第二个“全民健身日”活动暨全民健身节目大展示活动实施方案》，按照创新形式、突出特色、丰富内容、塑造品牌的工作思路，以坚持“有影响、有规模、有创意、有地方特色、群众喜闻乐见”为原则，是一项引导全县广大群众广泛开展全民健身活动的

指导性文件。具有较强的引导性、特*、操作性和持续性，群众喜闻乐见，依靠群众智慧挖掘如东健身文化内涵，弘扬民族精神和时代精神，营造健康和谐的社会人文环境。

二是印发了东体[20xx]号《县体育局关于组织开展第二个“全民健身日”活动的通知》，为继续打造我县全民健身活动的品牌，使今年的“全民健身日”活动主题更突出，有所创新，并成立相相应的活动组织领导机构。充分发挥政府部门的主导作用，为掀起全民健身活动*提供了有力保证。

二、统领全局，全民参与

一是活动的主题鲜明突出。我县“全民健身日”活动的组织开展与“迎海洽盛会，展示如东风采”等活动相结合，突出群众健身主题。集中8—9月两个月时间，通过组织开展影响广泛、特色鲜明、主题突出的大型示范活动和群众喜闻乐见、小型多样的休闲体育活动，在全社会形成崇尚健身、参与健身、追求健康文明生活方式的良好环境和氛围。

二是党政领导重视并直接指挥参与全民健身活动。县四套班子领导多次出席全县全民健身活动，出席了多个乡镇运动会的开幕式并作重要讲话，激发广大人民群众投身全民健身的热潮。县政府姜晓静副县长多次听取我局关于全民健身工作的汇报，并就今年全民健身工程建设及“全民健身日”活动安排等工作做出重要指示。此外，不少镇区或部门领导多次集体出席和参加当地全民健身活动，特别是在全民健身日当天更是一次对人民群众的示范。

三是区域、行业互动，全县联动。《县体育局关于组织开展“全民健身日”活动的通知》下发后，县文明办、教育局、文化局、卫生局、广电局等唱响了“全民健身日”活动的序曲和主旋律。全县各镇(区)、开发区和各行业响应号召，开展了声势浩大、持续不断的全民健身活动。其中，全县14个乡镇全部举办了全民健身运动会，县体育局举局一致，发动

本系统所有干部职工、所有单项体协8月8日全部出动，为全县人民倾情奉献了一道丰盛的体育大餐。

四是活动内容丰富、形式多样。既有大型有示范带动作用的全县性活动，又有贴近生活、方便群众参与的体育健身展示、交流、比赛、辅导、培训等内容。在全县组织开展的全民健身活动中，项目即涉及篮球、羽毛球、乒乓球、足球等奥运项目，更多的是健身操、太极、腰鼓、健步走、台球、柔力球、轮滑、电子竞技、门球、象棋、毽球、钓鱼、抖空竹、秧歌、广播体操、街舞等全民健身项目。活动形式有全*动会、社区邀请赛、千人舞会、全民健身展示及各类健身项目比赛、培训班等。在庆祝“全民健身日”期间，全县各种体育设施、场馆全部免费向群众开放，开展了“健康家庭大赛”等传统赛事。

五是围绕“全民健身日”开展全民健身系列活动，整个活动贯穿全年。今年以来，仅我局牵头组织的大型大赛活动有如东县第三届县级机关运动会，机关工委、教育、文化、卫生、工商、税务等部门开展的各种群众性体育赛事。

六是广泛宣传，放大整体效应。8月3日我局通过县“两台一报”，发布“全民健身日”活动安排。此外，我局积极与媒体沟通，主动协助媒体做好新闻宣传和报道。据不完全统计，仅在8月8日前后几天内，在县以上各类报纸刊登有关新闻消息和报道近20条，电视台和电台专题节目5次。

三、统一主题，规模壮大

为配合“全民健身日”活动，在全社会宣传“科学健身，全民健康”的生活理念，积极营造全民健身的良好氛围，科学指导群众性体育活动，促进全民健身在构建和谐社会与全面建设小康社会的积极作用，做到联动，特别是在县城浅水弯城市公园掀起了全民健身热潮。本次活动有以下特点：

(一) 主题突出，喻意深远

局王林副局长任办公室主任。此次活动主会场设在浅水湾，对展示如东日新月异风貌，促进文明如东、和谐如东建设，有着广泛和十分重要的意义。喻示着如东借国家沿海开发战略的东风，黄海旅游圣地、东方深水大港、绿色能源之都“三张名片”一定会更加美好。

(二) 层层联动，家喻户晓

“全民健身日”活动的举行，贴近基层群众，家喻户晓，体现了全民参与的理念。全县(区)、各镇的领导干部都参加活动仪式，组织每个乡、镇联动，参加活动的总人数超过50万人。

(三) 内容丰富，气势恢宏

8月8日，如东县委、县政府在浅水湾广场隆重举行庆祝活动，出席本次活动的县四套班子在如领导，各行各业、社会各界的群众代表共3000多人。县委常委、宣传部长陈昌龙作动员讲话，县委副书记潘建华为“全民健身日”暨全民健身节目大展示活动发令!3000人像一条长龙，沿着湖边弯弯曲曲的幽静的路径，边走边欣赏沿途十多处健身节目的展示，内容丰富，气势恢宏。

四、统揽核心，人本至上

一是形式新颖，方法科学，在活动现场，设立健身咨询处，有高级别的社会体育指导员，有资深的主任医师，大家边参观健身指导展板，边领取健身指导的宣传资料。主办方不仅现场展示科*动健身方法，还采用制作运动健身科普挂图、展板，发放宣传手册的方式，在大众宣传运动健身科普知识。而现场咨询指导，则使全民健身活动更加深入人心。

二是注重针对性，强化体验式感受。此次活动在健身项目的选择上强调趣味性，针对不同人群和地方特色，既包括传统的健身项目，又包括具有现代感的健身项目；既选择了针对普遍能适用的健身走项目，又突出了“绵缓”健身项目在中老年人群中健身的重要性；既包含表演展示项目，又推出了群众能够现场亲身参与的项目。

三是知识性和趣味性结合。该活动另一亮点是突出科学健身方法与手段的指导和推广应用，积极转化最新的群众体育科技成果以指导群众科学健身活动，提高全民健身活动的科学化水平，为老百姓开展系统健身，取得长期效果创造有效途径。

四是健身活动劲吹低碳风。本次活动除科学健身之外，许多活动开始大兴“低碳”风，朝环保生态的方向发展，引导活动参与者树立更为低碳环保的健身意识。在浅水湾公园湖畔，绿树成荫，清风徐来，水波不兴。“环湖健身走”就在这样一个风景如画的地方举行，以实际行动向群众展示低碳型体育活动，传达环保生态的和谐理念。

我县今年的“全民健身日”活动，以开展群众体育系列活动为主线，以增进群众健康为宗旨，掀起了全县全民健身热潮，真正倾情推了一场全民健身活动的嘉年华。群众体育健身意识普遍提升，群众体育骨干队伍进一步壮大，有力推动了我县体育服务体系的不断完善。充分体现群众体育在贯彻落实科学发展观中的积极作用，将不断为增强人民体质、服务经济建设、构建和谐如东作出新的贡献。