

阳光体育运动总结 阳光体育活动总结(模板6篇)

总结是指对某一阶段的工作、学习或思想中的经验或情况加以总结和概括的书面材料，它可以明确下一步的工作方向，少走弯路，少犯错误，提高工作效率，因此，让我们写一份总结吧。总结书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇总结呢？以下是小编收集整理的工作总结书范文，仅供参考，希望能够帮助到大家。

阳光体育运动总结篇一

当9月份奥运圣火从北京“鸟巢”传递到英国巴黎的奥运筹备官员的手中时，我校于20__年4月份开启的“阳光体育活动”并未因此射幕，而是更加积极地、稳妥地、安全地、高效地、蓬勃地开展起来，给学校注入了新的活力，成为学校的一道靓丽的风景，让学生有机会解脱课业，愉悦身心，尽情沐浴阳光，促进学生身心健康和谐发展。以下是我校在开展“阳光体育活动”方面的一些典型经验，总结如下：

一、精心组织、提高认识，是开展活动的前提

为了推动全国亿万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，掀起全民健身运动的高潮，以实际行动迎接20__年北京奥运会的.胜利召开，我校于20__年秋季就积极行动起来。统一认识是组织活动的前提，为此学校领导专门组织全校师生座谈，领会这一“活动”的实际意义，并在第一时间内成立了以校长为组长，以专职体育教师为副组长，各班主任为成员的活动领导小组，学校立马形成了一把手亲自抓，分管领导具体抓，各成员负责活动的落实，监管，确保活动安全、有序地开展起来。为加大宣传力度，扩大影响，学校订制了横幅悬挂于校门口，张贴宣传标语，积极同周边社会沟通，得

到了社会的一致好评和认可。同时，学校还组织了一次高规格的启动仪式，启运仪式上由学生代表，教师代表分别宣读了倡议书，让“健康第一”、“每天锻炼一小时，健康工作五十年，幸福生活一辈子”的口号深入人心。使广大师生深深体会到“拥有健康才能拥有明天，热爱锻炼就是热爱生命。”树立全民体育，天天锻炼，终身锻炼的意识，有力地促进我校体育工作，为下一步活动的开展打下了良好的开端。

二、合理安排，丰富内容，加强监管是活动的保障

保证学生每天锻炼时间不少于一小时，丰富学生课间内容，培养和熏陶学生积极、健康、和谐、合作、团结、友善和文明、高雅的艺术素质，提高课间活动的锻炼效果，有效控制和减少课间追逐打闹不安全事故的发生，学校制定了科学的阳光体育实施计划，引导师生积极参与，学会锻炼，强健体魄。

根据低、中、高年级学生年龄特点，本着从小到大，科学安排运动量的原则，体育组精心策划，明确各阶段的活动项目、场地及责任人，这样既保障了活动的规范有序，又确保了活动的安全有效。为此，我校特将全校学生划分为三个阶段，并为每一阶段安排了科学的活动项目，指定了各项目开展的场地，配备了各阶段、各项目的责任人，引导、监管活动的开展。具体安排如下：

1、低阶段：总负责人：汪敏 刘伶俐

活动组织者：各班班主任及科任老师

一二年级：拍球、跳绳、踢毽子、跳房子等

活动地点：小操场

2、中阶段：总负责人：涂丽霞 陈红霞

活动组织者：各班班主任及科任老师

三年级：跳绳、踢毽子、下棋、毛沙包等

活动地点：大操场 教室

四年级：乒乓球、篮球、羽毛球、跳绳、棋类等

活动地点：大操场 教室

3、高阶阶段：总负责人：徐杏娟 叶平

活动组织者：各班班主任及科任老师

五年级：篮球、羽毛球、乒乓球、排球、棋类等

活动地点：篮球场 教室

六年级：篮球、足球、羽毛球、乒乓球、棋类等

活动地点：大操场 教室

学校还详细制订了《阳光体育活动管理细则》，明确规定：每周进行一次活动总结，每月开展一次活动评比，每期搞一至二次竞赛活动，加大活动监管的力度，力争出成果，确保活动高效、持续地开展下去。

三、适时总结、注重指导，确保了活动的蓬勃发展

有人说：“应试教育”是一团死水，学生已被窒息；“素质教育”犹如春风，吹皱了一池春水，让人心旷神怡。我想说“阳光体育活动”的开展，让学校生龙活虎，更为“素质教育”插上了腾飞的翅膀。当我校自20__年开启这项活动以来，就积极组织教师总结活动经验，为学校下一步的开展献计献策、导航。比如：当活动开展到一定时间后，在形式上

开始出现了一些程序化、机械化、活动缺少灵活机动性，致使学生对体育锻炼的兴趣和热情开始淡化，这时学校领导通过师生交流经验，及时决策，开辟一些丰富多彩的活动内容，同时注意加大体育设施的建设，争取多开展一些运动项目。

总之，建立学校体育活动的长效机制，营造人人参与，个个争先的氛围；建立评比、表彰制度，及时总结不足，积累经验，确保了我校此项工作的蓬勃发展。

阳光体育运动总结篇二

学校本着“我运动，我快乐”的活动主题，在体育节中让学生在和谐、平等、友爱的运动环境中感受到集体的温暖和情感的愉悦。在经历挫折和克服困难的过程中，提高抗挫折能力和情绪调节能力，培养坚强的意志品质。在不断体验进步或成功的过程中，增强自尊心和自信心，培养创新精神和创造能力，形成积极向上、乐观开朗的生活态度，形成现代社会所必需的合作与竞争意识，学会尊重他人和关心他人，培养良好的体育道德和集体主义精神。营造轻松、活泼、热烈、欢快的校园氛围，同时进一步活跃校园文化，丰富学生的学习生活，提高学生身心素质。

回首本届体育节，一幅“一枝独秀不是春，百花齐放春满园”的盛景。展现自我的开幕式，花样百出的学生是朵朵快乐的白云。古诗词操、万众齐心跳、障碍接力跑、无敌风火轮、迎面接力比赛、三人两足跑、指路过桩内容与形式富有技术性、趣味性、竞争性、欣赏性。

迎风而立，洒了一地青春。将热情点燃了体育节激扬的开始，是我们五六年级的学生们。他们的古诗词操比赛，出场形式多样，队列队形整齐统一，动作规范到位。指挥员口令铿锵有力，精神抖擞。冬雨阵阵，寒风吹拂的赛场，五(八)班师生展现出五年级学生昂首自豪的风貌，不畏一切困难扬帆起航。障碍接力跑和万众齐心跳，加油声、呐喊声，化作前行

的动力。五六年级的学生将洒脱的身影，留在了操场留在我们心间。比赛的人都是胜利者，参与就是成功！三四年级的古诗词操比赛，多样的表达，形式丰富的出场。通过赛前积极的准备和练习，他们的动作、口令、队列队形全部到位。每个班级都有自己与众不同特色，但我们都有同一个阳光运动快乐的心。无敌烽火轮这充满童趣的项目，赛场上下都是期待和加油。学生们的脸上都挂满了笑容和比赛热情高涨。迎面接力比赛，三四年级的学生丝毫不输给五六年级的大哥哥大姐姐们，他们如羚羊一般奔跑，如群雁齐首飞扬在赛场上。

还有一群弟弟妹妹们的身影，他们是一二年级的孩子们。整齐有序的出场，活泼烂漫的身影，透着天真快乐。小小的身躯里，将阳光体育的精神发扬光大。两人三足接力赛、指路过桩比赛让操场融成一片欢乐的海洋。亲子互动、默契无间。每个家长积极响应和孩子们都参与进来，感受到体育带来的乐趣。

在每个项目的比赛中，同学们表现出了高度的集体荣誉感，竭尽全力为班级夺取好成绩。小运动员们初生牛犊不怕虎，比赛中奋勇向前。班主任老师看到同学们冲过终点，都高兴得欢呼起来，搂着自己的学生一起庆祝胜利时刻的到来。拉拉队员们忙着为比赛的队员们拿衣服、送水、加油呐喊……做着各种服务工作，他们虽然不是运动赛场上的英雄，但是比赛顺利进行有他们的一份功劳。实习老师们一起与学生们共同进退，就在这样冷峻的冬天里，用爱和希望陪伴着学生成长。开幕式上他们穿着活泼可爱的植物大战僵尸的道具服装，吸引着全体师生的眼光。比赛中他们全心投入，专注执着。他们意气风发，少年壮志。

一场体育的盛会，一个全校集体性的活动，给所有的班级、每一个同学提供了展示的舞台。通过此次活动，我们收获许多，忘不了最近这一段时间，全校师生掀起练习队列队形、古诗词操的高潮。体育老师和班主任老师集中训练，各班挤时间进行巩固练习，熟悉动作。古诗词操练成了我们百花校

园一道亮丽的风景线，真是“窗外体操当早餐”。晨跑时全校师生风华正茂，将热情融化在冬天里。天气虽然一直都阴郁，时而露出的阳光也是短暂的笑脸。体育节团结了人心，凝聚了集体、班级的凝聚力，让百花校园焕发出勃勃生机。体育节的举办，同学们从中施展了自己的才华，锻炼了的能力，更显示了集体团队精神。比赛丰富了同学们的课余文化生活，还促进了各班级同学的情感交流，提供相互学习的机会。不仅激发了学生们自觉运动的习惯，家长们也积极响应，热情参与。由于体育节筹备细致周全，富有创意，社会反响热烈，受到了家长、社会的一致好评。

阳光体育运动总结篇三

xx学校积极贯彻关于开展第七届全国亿万学生阳光体育冬季长跑活动的通知》和总局教育局的《关于开展全局学生阳光体育冬季长跑活动的通知》精神，以““诚信100，挑战自我”和“以行诺言，我要成长”活动，”为活动主题，在全校范围内开展冬季长跑活动，确保学生每天锻炼一小时，切实提高学生身体素质。现将活动总结如下：

一、领导重视，责任到位

为确保学校“阳光体育冬季长跑”活动有序的开展，学校成立“阳光体育冬季长跑”活动领导小组，组长由校长担任，体育教师和各班主任为组员，形成了强有力的领导机构，保证活动的顺利进行。每周的值周领导负责监督协调，各班主任负责本班学生的组织、考勤工作并记录每天长跑的记录，由体育教师负责全校的组织。这样，使活动有计划、有组织、有序秩的开展。

二、从学校实际出发，具体工作如下：

- 1、制定严格阳光体育冬季长跑活动的方案。

2、每天利用间操时间8：50—9：20进行跑步和大课间活动，小学生每天800-1000米，初中生每天1500米，此项工作由体育教师、班主任组织落实。

3、节假日和寒假期间要求学生自觉坚持长跑并做好记录。

4、11月份学校利用活动时间组织了启动仪式。活动起跑仪式安排在xx年11月20日下午1：30，校长进行“xx中学阳光体育冬季长跑活动”宣传发动，进一步宣传冬季长跑的目的、意义。并在启动仪式当天和xx年4月20日分别组织一次长跑比赛。

5、制定了学生长跑记录表，每天完成情况有记录登记。制定了切实可行的安全预案，实行安全工作的责任制，落实到位。

6、开辟“xx中学阳光体育冬季长跑活动宣传栏”。传播阳光体育运动知识，发布相关阳光体育活动的通知，宣传阳光体育运动，弘扬体育精神，使其成为精神文明的宣传阵地和我校学生展示精神风貌的窗口，成为校园文化建设和校园人文景观的新平台。

7、学校对各班开展的冬季长跑活动全程跟踪检查，对在活动中表现突出的优秀班级、学生和教师进行了表彰，对学生的表彰记入中小学生学习综合素质评价手册。

三、取得的成绩

1、全员参与，学生投入情绪高。开展阳光体育运动和提高体育教学质量相结合，积极推进体育教学改革，不断提高教学质量，养成良好的体育锻炼习惯。

2、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。体现了人人参与，个个争先、生龙活虎、朝气蓬勃的校园体育氛围。

总之，通过开展冬季长跑运动，全体教师和学生理解了“每天锻炼一小时，健康工作50年，幸福生活一辈子”的体育锻炼理念，磨炼了同学们的意志品质，培养了他们良好的锻炼习惯，有效提高了同学们的身体素质，形成浓郁的校园体育锻炼氛围和师生全员参与的体育锻炼热潮，营造出了一个生机勃勃、健康向上的和谐环境；整个活动过程中师生们表现出了极大的热情，每到课间操时间他们走出教室、走向操场、走到阳光下，积极参加体育锻炼，增强体质，领略体育的魅力，释放青春激情。通过冬季长跑活动的深入开展，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，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。

阳光体育运动总结篇四

经过两个月的艰苦训练于5月25日，我校阳光阳光体育代表队在参加xx区201x阳光体育比赛中获小学组趣味运动竞赛团体总分第一名，现将活动总结于下：

一、学校统一思想，领导高度重视。

万校长亲自召开阳光体育工作会议，给予代表队极大精神鼓励。充分做好后勤保障，学校专为阳光体育购置赛篮球10个，并给每个队员配置了一套运动服，在衣服上印制了我校的校名，让全体队员在赛场上展示了一完小的团队精神面貌。刘莉副校长更是非常关心日常训练工作，督促老师做好日常训练的记载工作，有第一手资料就可以准确得选好队员，并且几次带领全体阳光体育队员到华湘学校取经学习，一起学习跳绳技巧，一起指导学生如果甩绳，训练同学们达到默契，每日过问关注训练结果，比赛当天带队参赛，并亲自开车送队员，给予全体训练队极大关心鼓励。

二、教练员认真组织，全体队员刻苦训练。

从3月份接到通知就开始选人组队后，从六年级初选出20人进行训练，每天保证2—3个小时训练时间，早上45分钟下午120分钟的训练时间。在经过不断的磨合训练，观察学生之间是否形成了默契，哪些学生训练有毅力，有体力又能吃得苦，从20名学生中筛选出了参赛的11名队员。其中一名后备队员。最后一个月，整合11名队员的协调性、强化技巧、训练体能，队员们都能不怕苦不怕累，吃苦耐劳，进行比赛项目的逐项训练，每天都在进步。当然李声宇老师也想了很多调动学生积极性的办法，特别是加入邓红力老师的协助之后，同学们的热情高涨。值得特别表扬的是224班的罗芾同学，在比赛的前一天生病，在家休息了一天，第二天参赛还能在母亲的陪同下积极参加，他是跳绳中的主力队员，顽强的毅力助涨了他参赛的决心。最后大家以389个的好成绩获得跳绳项目的第一名。

三、老师精诚合作，发扬团队精神。

团队精神是高绩效团队中的灵魂，本次活动中，体育组的所有老师能积极出谋划策，全体队员和辅导教师牺牲了很多的休息时间，经过刻苦的训练，我校的成绩有了很大的提高。

王素英、周新义到东校区指导训练；曹显平老师在参加农村组的比赛裁判后，立即将比赛中学生容易犯的错误收集起来，到东校区训练点参加指导学生训练，以减少比赛中的失误；因团队人数较多，小学生自觉性较差，训练项目较多，管理难度较大等原因，一个人管理训练起来精力不够，学校安排了邓红力老师协助训练，邓红力老师每天训练学生的投篮，及时指导学生投篮技巧，学生投篮率迅速提高，阳光体育组的训练成绩离不开邓老师的大力协助。

总之，在本次活动的开展激发了学生的体育锻炼欲望，并为师生之间提供了更好的沟通交流的机会，每一位老师、同学都做到了精诚团结，我们的工作扎实高效的，比赛能取得如此好的成绩，更充分体现出我们是一只成功的团队，有利

于更好地开展教育教学工作，我们也将在今后的工作中更加努力。

阳光体育运动总结篇五

为了认真贯彻落实《教育部、国家体育总局、共青团中央关于开展全国亿万学生阳光体育活动的通知》文件要求，我校积极响应阳光体育运动的号召，树立“每天运动1小时，幸福生活一辈子”的健康理念，全面实施“阳光体育活动”，让全体师生走向操场，走进大自然，积极参加体育锻炼，开展了丰富多彩的校园阳光体育系列活动，在全校掀起健身运动的热潮，现就活动开展情况汇报如下：

一、认真组织，提高认识

我校领导高度重视阳光体育运动，并将其作为一项长期的工作进行，常抓不懈，处处落实，将开展阳光体育运动和减轻学生课业负担联系起来。为了落实到位，学校成立了阳光体育活动领导小组，形成了一把手亲自抓，分管领导具体抓，确保活动有序、安全地开展。为加大宣传力度，扩大影响，教师会上不定期进行了宣传、布置。

同时组织学生进行板报和广播宣传，使同学们的运动兴趣，集体感等充分被激发，也激活了学生健康第一的理念。

二、落实举措，加强监管

2、利用好大课间，各年级分层次地开展各种主体活动，如本学期，一二年级开展少儿体操活动，三四年级开展跳绳、跑步活动，五六年级开展篮球、乒乓球活动。每项活动要求全体教师参与，分管教师做好记载。

3、落实“两操”，我校充分利用课间操和眼保健操的契机，增强学生体育锻炼和保护视力的意识，让学生劳逸结合。

三、精心安排，内容丰富

为了促进学生身心健康全面发展，落实阳光体育活动，丰富学生的暑期生活，活跃校园气氛，学校开放了校园各种教育阵地。

1、每位同学按照“每天锻炼一小时，幸福生活一辈子”的成长理念，积极参加各类体育健身活动。

2、开展一系列的体育竞赛活动。健美操比赛、舞狮对抗赛、腰鼓比赛及体操比赛等各种团体对抗比赛，培养了学生的团体精神和集体主义荣誉感，同时也锻炼了学生各项身体素质，让学生明白团体力量和健康都不容忽视。今年，我校分年级班级进行“跳、踢、跑”活动。按照事前的计划，各个班级的学生在班主任带领下进行了各种各样的精彩活动。

活动期间，学生们打腰鼓、跳健美操充满精神，舞狮活动精彩纷呈，活泼的身影，跳跃奔腾的活力昭然于眼前。

3、学校还提倡学生与家长、同学、邻居、朋友一起参加小型体育锻炼活动、趣味游戏活动，增强天天锻炼意识，养成运动好习惯。

由于活动的安排比较周详，落实的较好，使得活动达到了预期的目的。阳光体育锻炼活动的开展激发了学生的体育锻炼欲望，并为师生之间提供了更好的沟通交流的机会，巩固了良好的团队精神。

从而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”，进一步树立“健康第一”的思想，为学生身心的健康发展，打下良好的基础。

阳光体育运动总结篇六

高度重视阳光体育活动，促进青少年学生健康成长、全面发展、终身发展，让“健康第一”，“每天锻炼一小时，健康工作五十年，幸福生活一辈子”深入到我们每个人心中，用实际行动踊跃参加丰富多彩的体育活动，在运动中领略体育的魅力，感受体育的美，体会运动的快乐。

根据学生年龄特点，本着科学运动规律安排运动量的原则，明确各阶段的活动内容、地点及责任人，这样既保障了活动的规范有序，又确保了活动的安全有效。活动内容有皮筋、田径、游戏、拔河、球类、绳类等。

由于活动的策划和安排比较周详，落实的较好，包括从开始的策划、场地的安排、成员间的动员和宣传到活动的开展等一系列的过程，使得活动达到了预期的目的。阳光体育活动的开展激发了学生的体育锻炼欲望，并为师生之间提供了更好的沟通交流的机会，巩固了良好的团队精神，利于更好地开展教育教学工作。活动进进超出了预期的效果，自始至终都是沉浸在一片欢乐声中，得到了学生们的一致好评。

开展阳光体育运动，增强了群体性活动广泛开展，使学生的体质健康状况得到了普遍改善，但是学生体质健康方面仍存在一些不可忽视的问题，如耐力素质和反映心肺功能的肺活量的上升趋势还不明显。对于活动中存在的不足，只要通过不断的积累和总结经验，相信在今后的活动中会做的更好。

总之，阳光体育运动所取得的效果是显著的，所带来的影响是巨大的。今后我们一定要将阳光体育运动持续深入开展下去，为学生的终生发展打下基础！