# 学校阳光体育课间跑操活动总结

来源：网络 作者：清幽竹影 更新时间：2024-07-29

*最新学校阳光体育课间跑操活动总结5篇体育运动传播了社会体育健康价值观，减轻人们对于传统体育的依赖，弘扬全民健身、休闲文娱等。以下是小编整理的学校阳光体育课间跑操活动总结，欢迎大家借鉴与参考!学校阳光体育课间跑操活动总结精选篇1为全面推进素质...*

最新学校阳光体育课间跑操活动总结5篇

体育运动传播了社会体育健康价值观，减轻人们对于传统体育的依赖，弘扬全民健身、休闲文娱等。以下是小编整理的学校阳光体育课间跑操活动总结，欢迎大家借鉴与参考!

**学校阳光体育课间跑操活动总结精选篇1**

为全面推进素质教育，进一步加强学校阳光体育运动，牢固树立“健康第一”的指导思想，吸引同学们走向操场、走进大自然、走到阳光下，积极参加体育锻炼，掀起了校园内外体育锻炼热潮，我校开展了丰富多彩的校园阳光体育系列活动。现就活动开展情况总结如下：

一、抓管理，完善阳光体育运动管理机制

为有效引导师生树立正确的阳光体育运动与健康观念，切实提高学生身体素质，将工作落到实处，我校高度重视校园阳光体育活动的组织实施。成立了阳光体育活动工作领导小组，同时成立了指导小组。根据我校现有设备情况以及全体学生的实际情况，领导小组加强领导，统一部署，制定了具体的实施方案。在学校范围内形成了一把手亲自抓、分管领导具体抓，体育组与班主任、各兴趣小组联动机制，确保活动开展得有序、有效、安全。以全面实施《学生体质健康标准》为基础，以“达标争优，强健体魄”为目标，坚持与体育课教学、课外体育活动相结合，形成良好的体育锻炼习惯，通过开展阳光体育运动，切实提高了学生体质健康水平。

二、抓宣传，营造阳光体育运动舆论氛围

学期初，学校将阳光体育活动写入了学校工作计划之中。校领导在阳光体育运动启动仪式上向全体同学发出倡议，提出了具体目标和参与方案。随后，学校召开了指导小组长会议，对阳光体育活动的目的意义、活动理念等相关知识进行了讲解。“我运动，我健康，我快乐”、“阳光体育与祖国同行”、“每天锻炼1小时，健康工作五十年，幸福生活一辈子”等口号深入每一个同学的心中。全校师生都积极投入到以提高师生的身体素质为目的，走向操场、走到阳光下的体育锻炼活动中来，掀起了了我市阳光体育运动的高潮。使学生和家长了解到了阳光体育运动的意义及方案，使家长支持此项工作的开展，得到社会各界及家长的好评。

三、抓落实，促进学生身心健康

我们坚持“健康第一”的指导思想，学校合理科学的安排上午25分钟，下午40分钟~1小时的大课间活动，上午在全校统一做足球操和做广播操，下午要求班主任教师带领同学开展一些强度适宜的课间活动，如：调皮筋、跳绳、踢毽、丢手绢、老鹰捉小鸡、武术等，使大课间活动开展得有声有色，冬季场地充足的学校进行长跑安排。为保证每天让学生参加1小时的户外体育活动，我校严格按上级的要求安排课时计划和课程表，开齐课程，开足课时，除体育课的当天外，每班每天安排一节体育活动课，由班主任、体育教师任辅导教师。为保证此项活动的常规性和制度性和实效性，各学校每天由分管领导和体育教师进行检查，检查结果纳入到对班主任教师、对学校的考核当中。我们还定期举行一些班际间的篮球、跳绳、拔河等学生喜闻乐见的体育活动，使每一个学生享受到快乐体育的成功和愉悦。

四、抓载体，推动阳光体育运动的发展

为保障阳光体育运动的实效性，各学校成立了田径队、篮球队、足球队、队列方队等校级体育兴趣小组，有专职体育教师任辅导教师。学校每个兴趣小组、每个班都有组织、有特色的开展体育活动，为保证活动的实效性、有序性和常规性，每天活动学校都有专人进行检查，期末学校对各活动组进行活动目标达标检查，各项检查结果纳入对班级和辅导教师的量化考核中、对学校的考核中。由于措施得力，学校的阳光体育运动特色鲜明，促进和鼓舞了我市阳光体育活动开展。为发展学生个性、素质教育的全面发展起到了促进作用。

按照市教育局的要求结合我校的实际，活动期间，要求各学校、每班制定出切实可行、内容丰富、形式新颖的上报，活动过程图片上报，而且要求每班有特色、有创新，人人参与，每项活动有成果。同时，在活动中学校组织专门的机构对活动情况进行督查，对统一的活动项目组织比赛或选拔，对有特色的活动及时鼓励和宣传，对发现的问题及时处理和纠正，以最大限度的调动每一个辅导教师的积极性，使每一个学生体会到体育带给他们的愉悦和快乐。

五、抓特色，促进阳光体育运动的\'发展

为切实增强学生体质，营造寓教于乐、趣味健身、陶冶情操的校园氛围，各级各类学校根据学生各年龄段特征，认真组织，积极实施，在加强、创新校园体育活动形式、增强实效性上开动脑筋，开展了丰富多彩的校园阳光体育活动特色活动。

为进一步加强传统体育项目的普及、突出学校特色。指导教师科学训练，在队员们掌握了基本技能外，增强了体质，活跃了校园，锻炼了学生身体的协调性，提高了学生的身体素质，同时培养了学生善于动脑、敢于创新、大胆实践的优秀品质，让学生体验到了体育活动的快乐。

“阳光体育冬季长跑活动”是全国亿万学生阳光体育的重要内容，我们在开展好阳光体育活动的同时，更加重视开展好阳光体育冬季长跑活动。在体育课上，要求体育老师教给学生长跑的基本常识，利用有限的时间，组织学生进行千米长跑。学校体育组设计学生锻炼记载表格，以班为单位建好跑步记载手册，一天一记，一月一评。每月月底进行总结评比，评出“长跑星”若干名。通过活动，不断增强学生体质，培养竞争意识和进取精神。赢得了家长的高度关注和赞誉，又为形成良好校风、全面育人奠定了基础。

阳光体育运动与全面实施《学生体质健康标准》有机结合，各学校按规定有效地组织学生进行体质健康测试，建立和完善了《学生体质健康标准》测试结果记录体系，让学生至少掌握了2项日常锻炼的体育技能。

学校评选出了阳光体育活动先进班级、优秀班主任、优秀体育教师、“体育锻炼小明星”，充分展示了现代青少年儿童的阳光气魄。我校在实行学生阳光体育活动的同时，提出了教师与学生共同进行阳光体育活动，全面提高教师身体素质。“每天锻炼1小时，健康工作五十年，幸福生活一辈子”的健康理念深入人心，我们倡导教师利用休闲时间走出教室、走出办公室，走向操场，走到学生活动圈内，与学生互动，调动学生体育活动的积极性，同时锻炼自己的身体，营造浓郁的校园体育锻炼气氛。现在热爱体育、崇尚运动、强身健体在校园内已蔚成风。身体强了，精神饱满了，教学有劲了，教师笑了。

六、加大投入，统筹资源

各学校加大了经费投入，学校体育专项经费纳入年度教育经费予以保障，并做到随教育经费增长同步增长，进一步加强了场地、体育器材配备。增加大量小型体育器材，完善了学校学生体育活动的设施，为阳光体育活动提供了必要的物质条件，同时，积极利用现有条件，因地制宜，因陋就简，就地取材，并切充分利用当地社会教育资源，以满足学生锻炼场所，不断拓展体育活动空间。 经过努力，由于我校的阳光体育运动扎实有效，因而促进了学校各项体育活动的开展，并取得了显著的成绩。

今后我校将继续坚持“健康第一”的指导思想，加强阳光体育运动活动的管理与指导，广泛开展校园多种多样的群众性体育活动，不断改进指导措施、手段、方法，完善活动的科学性、系统性、参与性，不断增强学生的审美情趣，促进学生健康发展，激发学生运动兴趣，培养学生终身体育的意识，为培养能够适应21世纪的新型人才作出不懈的努力。

**学校阳光体育课间跑操活动总结精选篇2**

一、高度重视，认真做好宣传发动工作。

1.贯彻要求，制定计划。认真组织学生学习省“千万学生阳光体育活动”精神，成立了以班级为单位，由班长和体育委员组成的“阳光体育，快乐成长”工作小组，按照学校的统一部署，根据班级实际，制定了班级活动计划，组织本班学生开展阳光体育活动。

2.广泛宣传，营造氛围。我班充分利用班报宣传等阵地，利用晨会、班会等时间，广泛地向学生宣传“健康第一”的理念，使“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，使“长跑是一项全身性运动，对全身各器官系统都能产生良好的影响”等道理人人皆知、提高了同学们参与活动的积极性，扩大了阳光体育活动在学生中的影响力和感召力。

二、强化落实，积极开展冬季长跑活动。

我班根据学校统一部署，按照活动方案，认真组织实施，做到人员、时间、器材设备“三落实”，师生共同参与。

1.明确要求。把开展长跑运动与《学生体质健康达准》测试相结

合，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。把开展冬季长跑运动和提高学生体育素质相结合，通过活动使学生基本掌握科学锻炼身体的基础知识和基本技能，养成良好的体育锻炼习惯。

2.精心组织。把长跑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。具体措施如下：

（1）坚持利用每天大课间时间绕学校大操场跑步 1000米。

（2）坚持利用体育活动课时间绕学校大操场跑步1000米/节。

（3）学生做到利用课余、双休日时间自行锻炼，每周跑步不少于4000米。

（4）利用寒假学生自觉跑步，1000米/天。

（5）积极开展跳绳、踢毽子、乒乓球等阳光体育活动。

（6）制定了学生长跑记录表，每天完成情况有记录登记。

（7）引导学生了解我国体育成就，了解我国长跑项目发展水平和为国争光的体育明星的爱国精神。同时，引导学生通过报纸、电视了解世界长跑明星。

（8）及时表扬先进，在班级开展评比“长跑每周一星”活动，并利用宣传栏开辟专栏，宣传涌现出的先进个人及事迹。

3.做好服务。针对小学生年龄小的身心特点，在组织长跑活动中注意做好各项服务工作，根据气候环境，提醒注意事项。注重过程，确保安全。

1.认真制定切实可行的安全预案。以小组单位，落实安全工作责任制，不要到路面不平整的道路上活动。不仅保证活动有序开展，而且保证取得实效。

2.班主任坚持与学生在校园内共同活动，及时了解学生运动情况。关心每一位同学的身体健康，做到科学锻炼，并教育学生同学之间相互关心，体现团队精神。如，长跑前应做“热身”活动，如深呼吸，做做下蹲运动，让上肢、下肢关节和肌肉都放松、有弹性，防止运动损伤。起跑时，不要骤然加速，应先慢后快。对于那些体质差、不经常锻炼的学生，刚开始可走一段跑一段，让身体有个适应过程。长跑时要保护好足部，一律穿运动鞋；跑步过程中，如感到不适，腿发沉、胸发闷，要适当降低跑速，调节好呼吸等。

三、总结经验，促进学生综合素质全面提升。

在学校领导的精心组织下，我班阳光体育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、普及性，真正形成了人人参与，个个争先、生龙活虎、团结拼搏。同时，我班将阳光体育与良好的班风建设相结合，引导学生写日记、作文，交流活动所得。同学们都表示，通过开展阳光体育运动，不仅锻炼了意志品质，而且提高了身体素质和运动能力，收获很大。由于我班活动开展得扎实，班风纯正，学生学习成绩名列前茅，多次受到学校领导的表扬。

**学校阳光体育课间跑操活动总结精选篇3**

我校一直注重开展丰富的体育活动，强健学生体魄。区局有关文件指出“保证学生物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：

一、扎实抓好教学常规管理，保证体育课及课外活动时间。

我校教务处对照崇川区学校教学常规管理要求，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、教务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。

二、精心设计安排大课间活动，不断提高活动质量。

我校体育组在教务处的领导之下，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、跳远、技巧、羽毛球、乒乓球、篮、足、排球等十项锻炼内容，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。

三、综合活动支撑，打造学校阳光体育亮点。

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、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。由于我校生源的特殊——他们来自全国近二十个省市，运动会中，我们创造性地将孩子们按来源地区划分，组队比赛，因此，我们的趣味运动会便成了十足的“小小全运会”。

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。

**学校阳光体育课间跑操活动总结精选篇4**

为了认真贯彻落实《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》《学校体育工作条例》《学生体质健康标准》和《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》文件的要求，弘扬奥运精神，我校积极响应上级号召，认真实施学生集体锻炼一小时活动，吸引同学们走向操场、走进大自然、走到阳光下，开展了丰富多彩的校园阳光体育系列活动，掀起校园内体育锻炼热潮。现就活动开展情况总结如下：

一、加强组织领导，增强开展阳光体育运动的认识

为有效引导师生树立正确的健康观念，切实提高学生身体素质，将阳光体育运动工作落到实处。我校高度重视，成立了由祁金良校长、樊西萍副校长为正、副组长的阳光体育活动领导小组，根据我校现有设备情况，结合全体学生的实际情况，统一安排部署，制定具体的实施方案，五名体育教师为成员，具体组织实施阳光体育活动，在全校范围内形成了以全面实施《学生体质健康标准》为主体，以“达标争优，强健体魄”为目标，学校一把手亲自抓安排、分管领导具体抓实施，体育教师和年级组长抓落实，教导处抓考评，把体质锻炼与体育课教学、早操、大课间阳光体育活动相结合，形成良好的体育锻炼习惯。通过开展阳光体育运动，在确保各项阳光体育活动活动开展得安全、有序、有效的\'基础上，切实提高学生体质健康水平。

二、营造舆论氛围，传播健康理念

每学期初，我校便将阳光体育活动写入了学校工作计划之中。开学初，通过校内的宣传栏向学生大力宣传健康理念，校领导通过讲话向全体同学发出号召，提出了具体目标和参与方法，全校师生都积极响应，认真投入到以提高师生的身体素质为目的阳光体育活动洪流中来，走向操场、走到阳光下的体育锻炼活动中来，掀起了了我校阳光体育运动的高潮。如今，“达标争优，强健体魄”“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”等口号深入每一个师生的心中。

三、认真组织实施，提高健康水平

为切实增强学生体质，营造寓教于乐、趣味健身、陶冶情操的锻炼氛围，教导处、年级组、术科组协同各班主任认真组织，积极实施，在加强、创新校园体育活动形式、增强实效性上开动脑筋，开展了丰富多彩的校园阳光体育活动。

1、明确“两操”与课间活动要求，确保锻炼质量。

教师学生全员参与（中小学分开），中学每天早操20分钟，跑步1000米，做广播体操一次；大课间40分钟，跑步1000米，然后以年级或以班级为单位，开展特色体育活动（小学：校园集体舞、跳绳、踢毽子、跳皮筋、游戏等；中学：跳绳、俯卧撑、深蹲、纵跳、蛙跳、折叠跑等），两操均由办公室对教师考勤，值周领导、值周教师对跑步情况和班级活动进行检查考核，教导处对体育教师的活动开展执行情况进行考核；眼保健操，每天早第三节课前学生听广播在教室做，由第三届任课教师督促落实。下午放学期间，为学生自由活动时间，体育器材室的值班教师负责及时为学生提供跳绳、篮球、羽毛球、乒

乓球等活动器材，确保学生能在有限的时间和场地内有效、安全开展好各种体育锻炼，丰富大家的校园生活。

2、开展形式多样的比赛活动，展示锻炼效果。

为了增强锻炼趣味、丰富课余生活、展示锻炼效果，我校积极探索，勇于创新，对校园阳光体育活动的开展内容和形式进行了有益探索，经过几年实践，形成了我校独有特色：坚持每学年举办一次运动会、一次队列队形比赛，、一次拔河比赛、一次趣味体育活动比赛，不定期开展学生乒乓球赛、篮球赛、跳绳赛、校园集体舞赛等活动，既提高了学生体育锻炼的积极性，展示了学生体育锻炼成果，又锻炼了学生体魄，增强了班级凝聚力，丰富了校园生活。正是由于阳光体育活动的广泛开展，我校学生的体育体质测试成绩正逐步提升，中考体育成绩显著提高。

3、开展教师武术舞蹈训练，增添锻炼趣味

随着阳光体育活动的深入开展，教师的锻炼热情得到渲染和激发，许多教师自发组织，在早操期间，学习打太极拳，哪慢中有动，柔和顺畅的拳意总是引来学生们羡慕的目光；大课间，随着优美的旋律，许多教师在校园跳起了广场舞，那优雅的舞姿，为大课间阳光体育活动的开展增添了靓丽的风景。

现在，全校师生们已经充分认识到加强体育锻炼的重要性，更体会到了体育锻炼带来的乐趣，参与热情如火如荼。你看，伴随着下课的铃声，孩子们奔出教室，奔向阳光，用阳光的笑脸与青春的活力去渲染阳光的校园，形成了广泛的体育锻炼风气。

今后，我们仍将大力开展学生阳光体育运动，不断提高学生的体质健康水平，为构建社会主义和谐社会，努力培养身体阳光、心理阳光、德智双全的合格学生而努力奋斗。

**学校阳光体育课间跑操活动总结精选篇5**

伴着冬季的来临，学校利用大课间时间组织同学们参加阳光体育冬季长跑活动。长跑属于有氧代谢，对提高同学们的心肺功能有很大帮助;长跑可以消除脑力疲劳，使同学们情绪高昂、精力充沛。

为开展好此次活动，学校提出三点希望：

一、希望全体师生提高认识，积极参与长跑是一项简单但效果明显的健身运动，它有益于我们的`身心健康，有益于我们培养良好的体育锻炼习惯和健康的生活方式。希望全体同学充分认识开展冬季长跑活动，是磨练意志品质，培养良好习惯，有效提高体质特别是耐力素质水平的重要举措;充分认识提高身体素质和学好科学文化知识是同等重要的，希望大家努力做到德智体全面发展，认真主动地参与到这次活动中去。

二、希望班主任认真组织，注重质量全校各班要按照学校要求认真组织，全体班主任和副班任全程参与管理。

三、坚持锻炼，注意安全习惯的养成贵在坚持，希望全体同学坚持每日跑步，不但在校时积极参加锻炼，节假日在家也要坚持长跑。在跑步前要做好热身活动，注意安全。

祝延兴小学阳光体育冬季长跑活动取得圆满成功!祝全校师生身体健康、心情愉悦!

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！