# 202\_健身工作总结范文(实用13篇)

来源：网络 作者：风起云涌 更新时间：2025-01-29

*20\_健身工作总结范文1xx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。xx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...*

**20\_健身工作总结范文1**

xx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。

xx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xx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。

>一、8月8日全民健身日全面推动社区群众体育工作蓬勃发展。

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“xx老人学校”、“xx艺术团”、“xx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动会取得团体第一，三八节组织妇女职工参与登山活动、xx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，xx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，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多人次，形成xx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。

>二、存在不足和困难

1、群众体育健身发展存在年龄断层，特别是xx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，xx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。

**20\_健身工作总结范文2**

从这三句话可以：任何的成功都是要有代价的，都需要我们付出很多、很多，而灵感、技巧、运气也是成功不可缺少的因素。下面是我个人健身销售的年终工作总结：

>一、勤学习，不断提高、丰富自己

2、学习、接受行业外的其它知识。就像文艺、体育、政治等等都应不断汲取。

3、学习管理知识。这是对自己的提高，我们不能总停止在现有的水平上。你要对这个市场的客户进行管理。客户是什么，是我们的上帝。

>二、勤拜访

一定要有吃苦耐劳的精神。业务人员就是＂铜头、铁嘴、橡皮肚子、飞毛腿＂。1、＂铜头＂---经常碰壁，碰了不怕，敢于再碰。2、＂铁嘴＂---敢说，会说。会说和能说是不一样的。能说是指这个人喜欢说话，滔滔不绝；而会说是指说话虽少但有内容，能说到点子上，所以我们应做到既敢说又会说。3、＂橡皮肚子＂---常受讥讽，受气，所以要学会宽容，自我调节。4、＂飞毛腿＂---不用说了，就是六勤里的＂腿勤＂。而且行动要快，客户有问题了，打电话给你，你就要以最快的速度在第一时间里赶到，争取他还没放下电话，我们就已敲门了，勤拜访的好处是与客户关系一直保持良好，不致于过几天不去他就把你给忘了。哪怕有事亲自去不了，也要打电话给他，加深他对你的印象。另外，我们要安排好行程路线，达到怎样去最省时、省力，提高工作效率。

>三、勤动脑

就是要勤思考，遇到棘手的问题，仔细想一下问题出现的根源是什么，然后有根据地制定解决方案。销售工作中常存在一些假象：有时客户表面很好，很爽快，让你心情很好的走开，可是你等吧，再也没有消息。有时表面对我们很不友好，甚至把我们赶出去，我们可能因此不敢再去拜访。这是因为我们没有分清到底是什么原因，所以我们一定要静下心来，冷静思考，才不会被误导。

>四、勤沟通

人常说：＂当局者迷＂，所以我们要经常与领导和同事交流沟通自己的市场问题，别人的市场可能同样存在，了解他们是如何解决的，也许经过领导和同事的指点，你会恍然大悟，找到解决问题的办法，共同提高。

>五、勤总结

有总结才能有所提高，无论是成功还是失败，其经验和教训都值得我们总结，成功的经验可以移植，失败的教训不会让我们重蹈覆辙。

**20\_健身工作总结范文3**

>一、坚持以人为本，强化全民健身意识

不仅如此，xxx领导还在百忙之余，身体力行的参加各项体育运动，提出了“我运动我健康我锻炼我受益”的全民健身号召。由xxx领导组成的篮球队每周二晚上都要和基层单位的职工进行一场篮球友谊赛，通过各种形式的运作，使全民健身意识逐步深入人心。

xxx体育运动委员会在xxx党委的领导下，坚持把丰富职工业余生活、全员参与健身活动作为重要议事日程。按照xxx党委提出的全民健身活动“四化”要求，即：

小型化、多样化、经常化、群众化，认真开展工作。年初对xxx全年体育工作进行安排，每月进行检查，年末进行总结。xxx体育委员会结合xxx人员相对集中的特点，做到月月有活动，周周有赛事，活动的组织，不但丰富了职工的业余生活，创造了全民健身的氛围，而且还使得越来越多的职工把自觉参加体育健身作为了茶余饭后必不可少的活动之一。

>二、健全组织机构，全员参与健身活动

随着全民健身意识的加强和参与全民健身的职工人数的增加，为能满足各层次各方面的需求，xxx体育委员会结合实际，以体育委员会做导向，各基层单位为助手，群众打基础，结合各族职工喜欢的文体活动，坚持“劳逸结合，发扬兴趣，振奋精神，丰富生活，强身健体，增进友谊”的宗旨成立了各种协会，现有：

xxx围棋对抗赛、xxx篮球友谊赛、xxx羽毛球比赛等，在请进来走出去的过程中，加深了兄弟单位之间的友谊，也使得xxx全民健身活动呈现出一片繁荣景象。

今年年初，随着“第八套广播体操”的推出，xxx体育运动委员会积极组织全体职工开展推广活动，购进了“第八套广播体操”的教学VCD和录音带，并请专门人员逐个单位进行指导。

此项活动也得到了各基层单位领导的重视，利用中午和晚饭后的时间组织职工进行训练，“第八套广播体操”很快在xxx得到了普及。同时，xxx决定将“第八套广播体操”作为xxx的班前操，每天早上上班前，xxx全体职工集中在一起做操。为了检验推广活动的效果，xxx体育运动委员会于x月x日组织了xxx“第八套广播体操”比赛，通过比赛，进一步规范了广播体操的标准，达到了预期的目的。

**20\_健身工作总结范文4**

要做好前台这个岗位的话，就要对前台工作有重要性的认识。这个岗位不单单体现出公司的形象；还是外来客户对公司的第一形象。 所以，从前台迎客开始，好的开始是成功的一半。我觉得，不管哪一个岗位，不管从事哪一项工作，都是公司整体组织结构中的一部分，都是为了公司的总体目标而努力。有了对其重要性的认识，促使我进一步思考如何做好本职工作。以下是我x月份工作总结：

>一、上下班时要整理好前台的物品，察看一切电器是否完好，是否关闭好电源。

当天看看备忘录还有什么事情要做。前台大厅是随时都要保持整洁大方。每天报纸要整理好。保洁饮用水不够时要及时叫送水。前台所需物品不够时，都要及时申请购买如：纸巾、笔、玻璃胶等。登记好预约，避免重复时间预约。打印机没有墨时，要电话通知送机送墨。如果前台的物品坏了如：对讲机坏了要叫维修工维修。有什么问题都要想办法解决。

>二、接收文件

要注意对方传给谁，以免接收送错文件，接受到文件要及时转交给相关人员，要查收传真有无缺漏。复印时要注意复印的资料完整否，避免复印资料缺漏。如有信件也要及时交给相关人员。

>三、前台接待客人

做好这项工作，最重要的是服务态度和服务效率。看到有来访客人，要立即起身主动问好。对第一次来访客人要问清楚对方贵姓，找谁有什么事，了解来访者的目的后通知相关负责人，其中也要了解是否把客人留在前台大厅还是引客到负责人办公室。接待客人要笑脸相迎，耐心细致，亲切大方。引客入座后倒上茶水，告知客人已通知相关负责人，请稍等。

>四、转接电话

做前台工作也有四个月多了，工作范围较小；工作内容也比较少。但自己也有不足的地方，工作时集中力不够，会犯迷糊；我希望以后能够更认真上班工作，勤力做事。为公司做的多些。

**20\_健身工作总结范文5**

岁月如梭，转眼又快迎来了新的一年。在即将过去的20xx年里，我在公司领导是同事的关心和热情帮助下，顺利完成了前台接待相应的工作。现在对20xx年的工作作出总结。

>一、前台工作的基本内容。

前台的工作是一个需要有耐心和责任心的岗位，热诚、积极的工作态度很重要。20xx年11月，我开始从事前台接待工作，深知接待人员是展示公司形象的第一人。在工作中，严格按照公司的要求，工装上岗，五官清秀。热情对待每一个来访客户，并热心的指引到相关的办公室。为公司提供了方便，也为客户提供了方便。接电话时，做到耐心听客户的询问，并力所能及的作出相应的解答。

>二、前台工作的经验和教训。

在到XXX企业工作前，虽然也有过前台接待的工作经验，但是，还是需要不断学习和努力的。比如综合素质方面，责任心和事业心有待进一步提高，服务观念有待进一步深入。在工作期间，让我学会的如何更好的沟通，如何踏实的积极进取。

>三、前台工作的下一步计划。

基于对前台接待工作的热爱，我会严格要求自己不但要遵守公司的相关工作制度，还要更积极踏实的对待工作。努力提高工作素质，加强对工作的责任心和事业心。我将进一步更好的展示自己的优点，克服不足，扬长避短。与公司及同事团结一致，为公司创造更好的工作业绩!

**20\_健身工作总结范文6**

今天是东湖区的全民健身日。我们学校非常重视这项体育工作。根据东湖区市教育科学体育局的统一安排，组织学生开展各种跳绳活动，有效促进了学校全民健身活动的开展，使学生在德、智、体各方面得到全面发展，将我区的体育工作推向了一个新的水平。以下是我校一年来全民健身工作的总结：

>一、建立健身目标并实施

我校一贯高度重视体育工作，坚持不懈地开展体育工作，不断取得进步，教学科研取得双丰收，着力提高学生体质健康，围绕学校工作全面贯彻党的教育方针，充分发挥体育育人功能，为学校体育和素质教育的深入发展做出了应有的贡献。

>二、具体措施

1、积极响应\_、\_的号召，认真学习国家下发的体育工作精神，领会精神实质，掌握其要求和内容，根据学校实际情况科学安排内容。

2.坚持普及与提高相结合的方针，经常开展小型多样的竞赛小组活动，特别是结合我校“田径传统项目学校”的特点，为上级部门提供更好水平的体育种苗。

3.加大教学改革力度，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，让学生既能掌握知识和技术，又能以愉快的心情和充沛的精力转入下一节文化课。

4.把握“两课两练三活动”，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，确保学生每天的体育锻炼时间不少于一小时。

5.加强学校田径队训练，努力早、快、好产出人才。

6.做好《学生体质健康标准》培训，促进学生正常发展和健康成长，确保区试成绩和班级达标率达到90%以上。否则不评为先进年级和班级，达不到标准的不评为三好学生，以激发学生体育锻炼的积极性和自觉性。

7、办好学校的年度田径运动会或体育周，提高运动水平。具有特殊技能的学生被选拔到学校参加田径运动或其他竞赛生活方式日”。

**20\_健身工作总结范文7**

一个好的健身教练，可以给客人们带来更好的帮助，这也是为什么会有那么多人选择健身房的原因，因为有一个专业的健身教练在一旁指导，这样会更加有利于帮助自己塑造体形，而且还可以时刻提点自己哪些方面做得不正确，可以便于及时更改。

20xx年来，我在健身教练岗位上学习了许多，也有些许心得，现将其总结如下：

>1、不断地学习

想成为一个优秀的教练，关键在于如何训练，如何成长提高自己，当教练不是一天就能成的事情，健身行业发展快，不断跟上时代的变化。才能取得成功，不断学习，培训更新新的技术，千万不能永远原地踏步。

>2、多接触好的环境

保持良好心态的秘诀在于，让自己身处良好的环境，人是环境的产物，努力给自己创造良好的环境3、时间的积累很多教练刚开始的时候还不如你呢，关键是他们从业时间长，跳的时间长了有经验而已。

>4、关键靠自己

任何的天才，取得成功人，都是自己训练出来的。老师只是起到指引作用。

>5、成功秘诀

练一万遍就比练100遍强，身体协调性性，越练越好。协调性不是天生的，是后天训练出来的。复习就能出成绩，锁定目标，专注重复。

>6、虚心教练

不能轻浮，不要盲目自大，勇敢接受别人的意见，完善自己。

20xx即将到来，我会根据15年的领悟，做好健身教练本职工作，不断向前！

**20\_健身工作总结范文8**

xx社区健身气功队，从成立至今已经2年，从最初10来人的小团体，已逐渐发展到拥有63名会员的学习型社团，气功队走出了一条属于自己的不同寻常路。

首先，队伍从懵懂中找到了一条属于自己该走的路，即确定了创建社团的最终目的——“快乐健身，从而使人的这个高度精密复杂的系统得到科学、合理的调整，达到防病、治病、延年益寿的目的”，坚持“业余自愿，户外为主，小型多样”的原则；“从武到舞，武舞共存”，就是健身气功队的特色。其次，每个成功的社团都有其标志性活动，我社也不例外，像每年一度的“三八节”、“重阳节”等，每年这些活动，直街社区健身气功队都会积极参与，在参与活动的过程中历练了会员，同时也丰富了社区健身文化生活，得到社区居民的一致好评。再次，社团拥有稳定的管理，作为社团第一负责人的糜爱芝老师更把社团的事情当作自己的事情做，积极参加回春医疗保健操、八段锦的规定套路培训，学成后花大量的时间和精神，将所学无私的传授给社团成员，这种奉献精神也影响着队伍的每一位成员，队伍的团结也空前的一致，每一次团队活动的成功就是大家共同努力的结果。

一个成功的学习型社团能立足于社区，最重要的原因就是必须具有独特的社团文化。直街健身气功队与其他的健身团体，最根本的区别就是它不光是以增强人民群众身体素质为目的，最重要的是将快乐引入健身活动中，让人充满自信地去面对人生、事业和生活，主要表现有：

>一、武舞结合，树立快乐健身理念

健身气功是中华民族的优秀传统文化，是我国全民健身运动的重点推广普及项目，深受国内外广大人民的喜爱。健身气功是以自身形体活动，呼吸吐纳、心理调节相结合为主要运动形式的改善自身健康状况，开发人体潜能，使身心臻于高度和谐状态的技能。

健身气功练习时柔和绵缓，不拘不僵，轻松自然，舒展大方，呼吸深细匀长，精神放松，意识平静，似有似无，使身心在安全、节能和不产生运动负效应的情况下提高机能生理效果。健身气功强调修身养性，内外兼修，更注意人的心理和精神上的调节，通过练功达到心理健康，精神愉快，使心神处于良好状态，从而强心壮外，抵御外邪，祛病强身，延年益寿。特别是“六字诀”、“八段锦”、“易筋经”等健身气功的规定套路，都是队员们的快乐健身源泉。

>二、加强学习交流借鉴，不断推动社团的发展

通过对其它站点健身气功的交流，以提高整个社团的武术水平、舞蹈造诣，推动社团自身建设的发展，为社区文化建设打下基础，为中国特色文化的继承与繁荣做出贡献。

在全民健身运动会、邻里节系列活动、三八妇女展风采、心连心九九重阳等活动中，积极组织队员参与，表演各类健身气功。为大家献上精彩表演的同时，推广健身气功的功效，以吸引更多的居民朋友学习健身气功。

通过参与以上这些活动，健身气功队即充实了队伍的健身文化，又提高了社团的整体健身水平。

通过2年时间的洗礼，和队员们的共同努力，总结出社团的核心文化及理念——快乐健身，武舞相融、刚柔相继、二者相辅相成，我们将健身文化进行到底。

**20\_健身工作总结范文9**

时光如箭，岁月如梭。转眼间本学期已快接近尾声，承载着武术的热爱，我们相聚于武术健身协会，本着“以武健身，以武养性！”的办会理念，为更好的发展建设好社团，繁荣社团文化，我协会在院团委的正确领导下，积极开展协会各项工作，始终活跃在社团活动的第一线。总结过去，展望未来，我们努力，我们收获，回顾这一学期所经历的风风雨雨，失去与所得，我从中学会了许多，也感悟了许多。从刚刚开始的一事不懂到现在的稍有几分成熟稳重。我觉得我有了很大的进步，这些进步是加入武术健身协会工作之后的无形中所获得的，是会员权益部给了我这样一个平台。让我明白地告诉自己，选择了就不要放弃，选择了就要坚持到底。总结一下这个学期的各方面情况，大概可以归纳以下几个要点。

>一、在思想方面，

对“全心全意为广大同学服务”这句话有了更深的理解。当自己真正的融入到活动时，才会发现，收获的永远要比付出的多的多。也正是通过一次又一次的想不通到想通，不知不觉中自己的思想素质已经有很大的提高。

>二、在学习和生活上。

也因为进入武术健身协会而发生改变。从无所事事的状态变的紧张忙碌，学习上我也感到了一种前所未有的压力。也是正因为这样，促进了我的学习意识，变被动学习为主动学习。同时学会了合理安排自己的时间。让自己的生活充实而又丰富。

>三、个人方面，

我也通过武术健身协会锻炼了自己的品质，由冲动的个性逐渐学会了忍耐，学会了坚持，学会了冷静的思考问题。所以，我很荣幸有学生会这个舞台来锻炼自己。

>四、活动方面，

我们武术健身协会参加了各类社团晚会活动邀请表演。在今年五月份参加第九届社团巡礼晚会大赛中，我们不负上届师兄师姐的众望，荣获第一名，这武术协会的社团巡礼比赛的第九连冠，期待下一年第十连冠。

在一学期的工作中，我知道自己还有很多不完善的地方。例如在很多的事上还停留在被动接受的阶段，用一种固有的思维，没有提出自己的想法，没有积极主动的去思考每件事有没有更好的途径去做。在今后的工作中，我将会更好的去完成每一件工作，真正发挥好作为武术协会一员应有的责任感和使命感。但是不管下一届能不能继续留在武术健身协会工作，我都会与武术健身协会为荣。

总之，会员权益部这个团队，让我的大学生活有了不一样的色彩，希望大家在以后的工作中能继续这种愉快的合作。一句话：真诚、用心、努力。我们就是最好的。要做就得做最好的！感谢武术健身协会给我这次锻炼自我、提高自我平台的机会。祝我们武术健身协会越来越壮大，同时预祝明年第十届社团巡礼比赛荣获冠军。

**20\_健身工作总结范文10**

>一、以品牌活动为重点，推动全民健身活动全面开展

>二、以场地设施建设为载体，搭建公共体育服务平台

全民健身的基础是场地设施，我们依照“统筹城乡，合理布局，分步建设”的原则规划场地设施建设。

一是坚持政府投入与社会投资相结合，促进体育场地建设。全县现有体育场地近700个，全县新增全民健身路径7套，新建农民体育健身工程52套，新建塑胶运动场1个，新建健身广场3处。今年全县已完成农民体育工程35%的覆盖率。

三是新市镇的城畈村、洪泉村有代表性的建起了农民健身广场，有篮球、羽毛球、乒乓球等场地，每天参加活动有1000多人，体育场地的不断完善为我县全民健身活动开展提供了有利条件。

>三、以队伍建设为保障，构建公共体育服务体系

**20\_健身工作总结范文11**

xxxxxx位于xxx，目前在册职工272人。近两年来，xxxxxx以20\_年奥运会为契机，紧紧围绕《全民健身纲要》扎实开展全民健身活动，有针对性地结合行业特点，精心策划活动方案，开展了一系列富有成效的文化体育活动，活动的开展进一步增强了广大职工的凝聚力，充分调动了广大职工的能动性和责任感，有的放矢营造以人为本、无私奉献和谐社会氛围。

>一、坚持以人为本，强化全民健身意识

不仅如此，xxxxxx领导还在百忙之余，身体力行的参加各项体育运动，提出了“我运动我健康我锻炼我受益”的全民健身号召。由xxxxxx领导组成的篮球队每周二晚上都要和基层单位的职工进行一场篮球友谊赛，通过各种形式的运作，使全民健身意识逐步深入人心。

xxxxxx体育运动委员会在xxxxxx党委的领导下，坚持把丰富职工业余生活、全员参与健身活动作为重要议事日程。按照xxxxxx党委提出的全民健身活动“四化”要求，即：小型化、多样化、经常化、群众化，认真开展工作。年初对xxxxxx全年体育工作进行安排，每月进行检查，年末进行总结。xxxxxx体育委员会结合xxxxxx人员相对集中的特点，做到月月有活动，周周有赛事，活动的组织，不但丰富了职工的业余生活，创造了全民健身的氛围，而且还使得越来越多的职工把自觉参加体育健身作为了茶余饭后必不可少的活动之一。

>二、健全组织机构，全员参与健身活动

随着“第八套广播体操”的普及，xxxxxx体育运动委员会积极组织全体职工开展推广活动，购进了“第八套广播体操”的教学VCD和录音带，并请专门人员逐个单位进行指导。此项活动也得到了各基层单位领导的重视，利用中午和晚饭后的时间组织职工进行训练，“第八套广播体操”很快在xxxxxx得到了普及。同时，xxxxxx坚持将“第八套广播体操”作为xxxxxx的班前操，每天早上上班前，xxxxxx全体职工集中在一起做操。

>三、党政工团级抓共管，全面推进全民健身

全民健身活动是群众文化建设的重要内容，在xxxxxx党委的领导下，xxxxxx工会、共青团等群众组织充分发挥各自的职能作用，积极开展丰富多彩的文化娱乐活动，使全民健身活动不断向“四化”发展。

首先加强硬件投入，先后因陋就简地修建了各种形式的运动场地，购置了多种文化体育活动器材。同时，开辟了各类室内外健身场所。为便于职工在业余时间进行健身活动，xxxxxx每天晚上开放体育场馆，并将相应的运动器具配放到了体育场馆内，由专人进行管理。每晚，在xxxxxx篮球场上、羽毛球场地内、乒乓球桌旁都能看到参加锻炼的职工。

其次，xxxxxx工会、团委定期开展内容丰富、健康向上、群众喜闻乐见的文化娱乐活动，坚持作到“月月有活动，季季有主题”，让职工群众充分展示自我，锻炼才干，增强了集体凝聚力。到目前，xxxxxx工会、团委已组织了十四届排球比赛、十三届篮球比赛、十届乒乓球比赛、六届羽毛球比赛等多项体育竞赛活动，xxxxxx团委还积极组织青年参加xx公司举办的“体能挑战赛”。各基层单位充分利用现有运动场所，在业余时间开展单位内部、单位与单位之间的体育对抗赛，使全民健身活动不断向“四化”发展。第三、为配合xxxxxx全民健身活动的开展，xxxxxx建立了职工健康档案，将每年职工体检结果录入档案，对职工的身体状况进行跟踪、对比。结合xxxxxx职工的多发病症，请来xxx总医院和xx职工医院的专家为职工进行健康知识讲座，使职工认识到参加体育锻炼的重要性。同时，xxxxxx党委坚持落实“好环境、好身体、好心情、好精神”的目标，不断改善职工生活区环境，注重职工饮食营养搭配。在今年的准东职工医院对准东地区职工健康状况评价中，xxxxxx职工健康状况排名第一，这也充分说明了全民健身活动已经在xxxxxx深入人心，并取得了的良好效果。

**20\_健身工作总结范文12**

xx年，在上级主管部门的大力支持下，在区全民的共同参与之下，区全民健身工作开展的有声有色，取得了一定的成绩，在服务全区居民的身体素质提升，在促进全区体育事业的发展方面发挥出了巨大的作用。现具体汇报如下：

>一、工作基本情况

（一）思想高度重视，提前谋划安排

20xx年，我区高度重视全民健身工作，做到早部署，早安排，将全民健身工作作为全区工作的重点之一，早谋划，早部署，结合全区实际情况，制定了区全民健身工作计划，并对计划层层分解，确保工作能够有序推进。

（二）开展全民健身，提升全民素质

今年，我们提倡“体育生活化”理念，将体育健身和日常生活相结合，倡导全区机关、企事业单位及社会团体定期开办各种主题的全民健身竞赛活动，积极推广广播操与工间操，保证在职职工每周参加一次以上体育健身锻炼，每年参加一次以上体质测试，掌握一项以上科学健身方式。中小学校要确保学生每天参加体育锻炼时间不少于1小时，并在教学制度设计方面引导学生积极参与体育锻炼。今年，我区还组队代表感市参加省十四运会的长阳巴山舞和体育舞蹈比赛，获得了可喜的成绩。

（三）加快体育健身软硬件建设，营造良好的氛围

在硬件建设方面：一是开展第六次全国体育场地普查，全面了解我区体育场地 的基本情况；同时，今年对辖区内损坏健身器材登记备案，并制定修缮计划。二是增加体育健身器材的建设。自己购买了体育健身器材共xxx套，资金投入xxx元，同时，积极争取省市配发的体育健身器材，加大了体育建设器材的建设力度，为全区全民健身工作夯实了保障。

在软件建设方面：一是开展第四次国民体质监测，了解全区国民的体质现状，为更好的开展下步体育健身工作夯实基础；通过各种方式和途径，加强宣传的力度，通过内容丰富的宣传活动，提升全民关于全民健身运动的思想意识，调动他们的积极性和参与性；二是加强全民健身师资力量的建设。举办了社会社会体育指导员培训班，使得全民健身更加具有科学性和指导性，也为全民健身运动营造了良好的人力资源保障。

>二、存在问题困境

目前，我区在全民健身工作存在的主要问题，主要有以下两个方面：

一是资金不足。在推广全民健身工作中，因资金问题，造成了很多工作无法开展。

二是人力资源。专业的全民健身工作人员数量不足，影响了全民健身工作的推广。

三是体育设施匮乏。目前，我区体育设施匮乏，很多体育设施由于时间久远，破损严重。

>三、下一步工作计划安排

结合我区实际，下一步工作主要计划如下：

一是思想重视，持之以恒。高度重视全民健身工作的重要性和必要性，思想重视，持之以恒。

二是加大资金投入。一方面，积极通过各种途径自筹资金，另一方面，希望财政加大资金的支持力度。

三是加强专业人才队伍建设。建设一批专业技能强，素质高的人才队伍，促进全区全民健身工作的开展。

四是加大软硬件建设力度。结合实际，有步骤，有计划的重点做好体育设施修缮、投入建设等工作，同时将继续加大宣传力度，提升全区居民的积极性和参与性，更好的推动我区全民健身工作的开展。

**20\_健身工作总结范文13**

转眼之间，一年的光阴又将匆匆逝去。回眸过去的一年，在xx教练工作岗位上，我始终秉承着“在岗一分钟，尽职六十秒”的态度努力做好学习健身教练岗位的工作，并时刻严格要求自己，摆正自己的工作位置和态度。在各级领导们的关心和同事们的支持帮助下，我xx健身教练工作岗位上积极进取、勤奋学习，认真圆满地完成今年的xx健身教练所有工作任务，履行好x健身教练工作岗位职责，各方面表现优异，得x到了领导和同事们的一致肯定。现将过去一年来在xx健身教练工作岗位上的学习、工作情况作简要总结如下：

时代在发展，社会在进步，信息技术日新月异。xx健身教练工作岗位相关工作也需要与时俱进，需要不断学习新知识、新技术、新方法，以提高xx健身教练岗位的服务水平和服务效率。特别是学习健身教练工作岗位相关法律知识和相关最新政策。唯有如此，才能提高xx健身教练工作岗位的业务水平和个人能力。定期学习健身教练工作岗位工作有关业务知识，并总结吸取前辈在xx健身教练工作岗位工作经验，不断弥补和改进自身在xx教练工作岗位工作中的缺点和不足，从而使自己整体工作素质都得到较大的提高。

回顾过去一年来在xx健身教练工作岗位工作的点点滴滴，无论在思想上，还是工作学习上我都取得了很大的进步，但也清醒地认识到自己在xx健身教练工作岗位相关工作中存在的不足之处。主要是在理论学习上远不够深入，尤其是将思想理论运用到xx健身教练工作岗位的实际工作中去的能力还比较欠缺。在以后的xx健身教练工作岗位工作中，我一定会扬长避短，克服不足、认真学习健身教练工作岗位相关知识、发奋工作、积极进取，把工作做的更好，为实现中国梦努力奋斗。

展望新的一年，在以后的xx工作中希望能够再接再厉，要继续保持着良好的工作心态，不怕苦不怕累，多付出少抱怨，做好xx健身教练岗位的本职工作。同时也需要再加强锻炼自身的xx健身教练工作水平和业务能力，在以后的工作中我将加强与xx健身教练岗位上的同事多沟通，多探讨。要继续在自己的工作岗位上踏踏实实做事，老老实实做人，争取为xx做出更大的成绩。

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！