# 2024年阳光体育的活动总结与感悟(十八篇)

来源：网络 作者：心上人间 更新时间：2024-10-01

*在平日里，心中难免会有一些新的想法，往往会写一篇心得感悟，从而不断地丰富我们的思想。那么你知道心得感悟如何写吗？以下是小编帮大家整理的心得感悟范文，欢迎大家借鉴与参考，希望对大家有所帮助。阳光体育的活动总结与感悟篇一一、我校阳光体育工作的实...*

在平日里，心中难免会有一些新的想法，往往会写一篇心得感悟，从而不断地丰富我们的思想。那么你知道心得感悟如何写吗？以下是小编帮大家整理的心得感悟范文，欢迎大家借鉴与参考，希望对大家有所帮助。

**阳光体育的活动总结与感悟篇一**

一、我校阳光体育工作的实施概况

梅岭小学是一所省级田径传统学校，是江苏省健康促进学校银奖单位，扬州市群众体育工作先进单位和江苏省体育传统项目学校。自建校以来，我校一直致力于走体教结合之路，把学校体育运动，特别是长跑当做特色体育教育来抓，在省市级比赛中均取得了优异的成绩，并曾创下区田径比赛十三连冠的辉煌战绩。近年来，梅小立足田径项目优势的同时，积极响应国家和省市号召，全校师生积极参加阳光体育活动，三年来我校一直积极参加各级各单位组织的冬季长跑活动，成绩显著;201x年扬州市“国缘杯”元旦万人迎奥运健身长跑活动，我校荣获优秀组织奖。这是对我校阳光体育冬季长跑活动开展的极大肯定。

二、健全组织领导，以组织带动实施，以组织引领学生体质健康的发展

学校成立了以陈文艳校长为组长的梅岭小学阳光体育活动领导小组，制定了具体的活动方案，提出以开展阳光体育运动为契机，以全面实施素质教育，全面贯彻体育学科新课程标准中“健康第一”的指导思想，激发学生运动兴趣，并培养学生终生体育的意识。把阳光体育冬季长跑活动与体育课教学、课外体育活动相结合，保证学生每天至少锻炼一小时，形成良好的体育锻炼习惯，通过开展阳光体育运动，推动我校省健康促进学校金奖的创建工作，切实提高学生的体质健康水平。

三、营造宣传氛围，以宣传扩大视野，以宣传践行阳光体育新理念

通过举行全校范围内的冬季长跑活动启动仪式，正式拉开了我校阳光体育运动的序幕，通过国旗下讲话、班队活动和我校“哆唻咪广播台”、梅岭校报的德育宣传的形式，使“我运动，我阳光，我健康”、“健康第一，强健体魄”、“阳光体育，伴我成长”等口号深入到每一个同学的心中。

四、落实长跑活动，以长跑促进锻炼，以长跑彰显健康的活力

在学校阳光体育活动领导小组的指导下，教导处、德育部、各级部认真策划组织，体育组具体分工实施;在全体教师会议上，校长室布置了阳光体育活动的具体内容：

1、与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，通过教学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，并保证每节课每个学生要达到400米以上长跑距离。

2、与课外体育活动相结合

(1)、早晨跑操(地点：学校操场负责人：体育老师)

每天按照学校规定的时间到操场集合，每班有自己指定的位置，听到体育老师口令后，按顺序分批出发进行晨跑，共跑3圈(每圈250米)，跑完后有序放松，并由班主任带回教室。

(2)、课间操(地点：学校操场负责人：体育老师)

每天做完眼保健操，大课间铃响后，学生迅速整队出教室到指定地点集合，由体育老师指挥进入操场，各班班主任和配班老师跟班跑操，共跑2圈(每圈250米)，跑完后放松并有序回教室。

**阳光体育的活动总结与感悟篇二**

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，活泼烂熳的身影，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。

**阳光体育的活动总结与感悟篇三**

生命在于运动，我们每个人都认识到运动的重要性。而小班孩子刚刚从家庭的小环境到幼儿园这个大集体,面临着一个环境的转变，对此我们由衷地感到发展提高他们的身体素质和健康行为方法有多么重要。本学期，我们根据幼儿的生长发育和体育活动的规律，以多种形式：如体育游戏，户外活动，散步，户外小型器械练习等，保证幼儿每天有2个小时的锻炼时间，让幼儿进行多方位的锻炼，促进幼儿运动能力的发展与提高。

一、在思想上提高认识

本学期我们严格遵循《幼儿园教育指导纲要》精神：培养幼儿对体育活动的兴趣是幼儿园体育的重要目标，要根据幼儿的特点组织生动有趣、形式多样的体育活动，吸引幼儿主动参与。认识到体格锻炼对孩子们的生理和心理发展大有很大的益处，能促使幼儿身体和心理过程得到全面发展。组织幼儿经常进行体格锻炼，可以增强身体素质，减少疾病，全面地增强智能，促进身体健康地生长发育。阳光体育活动总结

我们结合小班幼儿的年龄特点、生理特点，根据季节的不同以及幼儿在活动中的不同需要，组织开展一系列的体格锻炼活动，有早操活动、小型器械、集体活动和体育游戏等形式，以培养幼儿对体育活动的兴趣，保证每天不少于二小时的户外活动时间，让幼儿在日常活动和游戏中达到锻炼身体、增强自信心，促进幼儿智力、个性品质、审美情趣、交往能力等多方面的发展。

二、在行动上加强落实

从我班幼儿的出勤情况来看，我班十一月份孩子缺勤率，那个月正好是气温刚刚开始下降的时候，由于父母担心孩子受冷生病，就给孩子急切地加衣，只要孩子稍一活动就容易出汗受凉，反而造成孩子咳嗽、感冒，针对这样的情况，我们及时通过父母园地、早晚接送孩子的机会以及路路通短信等，耐心地和父母作好解释工作，让父母们明白，要想让孩子健康地成长必须要加强孩子体格锻炼、增强体质，穿适量的衣物，要不断提高他们对外界气候变化的适应能力和对疾病的抵抗能力。虽然一开始个别父母、特别是奶奶辈，并不是特别愿意配合，但是当她们看见班里穿得少、乐意锻炼的孩子个个健康后，也逐步改变了自己的想法。从十二月、甚至气温已经很低的一月幼儿出勤记录来看，孩子们的缺勤率在逐步降低，到学期结束时几乎天天全勤。

**阳光体育的活动总结与感悟篇四**

健康的体魄是青少年为祖国和人民服务的基本前提，是中华民族旺盛生命力的体现。我校本着“学生健康第一”的理念，全面推进“亿万青少年阳光体育活动”，积极响应和落实教育局关于开展“阳光体育活动”的活动精神，认真开展阳光体育运动，大力宏扬奥林匹克精神，推广“我运动、我健康、我快乐”，提高身体素质，磨练坚强性格，培养集体观念和团队精神，促进身心全面健康发展。现在将工作总结如下：

一、活动主题：阳光体育与快乐健康同行

二、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。

组长：

副组长:

组员：

校长为活动第一责任人，负责本项活动日常工作的部署、实施和督导，负责活动资料的整理和收集。从而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。

三、落实举措，加强监管。

1、我校按照上级的文件精神，开足体育课，保证课时，严禁教师挤占、挪用体育课，保障学生参加科学的体育锻炼;

2、用好早操和课间操时间，在两操时间各年级分层次地开展各种主体活动，如本学期，我们设计了广播体操、跳绳、长跑、立定跳运等活动，每项活动要求全体班主任和行政领导督促参与，分管教师做好记载。

3、落实眼保健操，我校充分利用眼保健操的契机，增强学生体育锻炼和保护视力的意识，让学生科学用眼，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，结合学校资源向社区开放，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、健康工作五十年、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。乒乓球比赛、篮球对抗赛、拔河比赛、跳绳比赛、两人三足跑及体操比赛等团体对抗比赛，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。本月初，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，学生跳绳踢毽充满精神，趣味往返跑活动精彩纷呈，活泼身影跳跃奔腾生命的活力昭然于眼前。

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。

**阳光体育的活动总结与感悟篇五**

健康的体魄是青少年为祖国和人民服务的基本前提，是中华民族旺盛生命力的体现。学校领导高度重视学校体育工作，严格执行国家有关文件精神，开齐开足体育课。冬季长跑是我校体育工作的重点工作，学校领导非常重视，及时召开相关人员会议，学习相关文件精神，并做了精心安排，具体做了以下工作：

一、成立领导小组，责任到人

我校成立了由z副校长总负责，年级主任为主要成员领导小组，体育老师是活动的组织者，班主任各班的第一责任人，制定了节前和节后二个阶段计划，每天有专人负责检查。每天按时统计长跑结果。

二、做好宣传工作，齐心协力

1、20--年1月9日，江苏省淳高高级中学中学全体师生齐聚一堂，在热烈而和谐的气氛中举行了阳光体育长跑活动启动仪式。学校陈校长致辞，加强宣传，营造阳光体育运动的良好舆论氛围。充分利用板报、宣传栏等各种宣传手段，开设专题栏目，大力宣传阳光体育运动，广泛传播健康理念，使“每天锻炼一小时，健康生活一辈子”的理念深入人心，唤起师生对健康的关注。

三、持之以恒，加强督促

要求班级所有学生要按时参加长跑活动，班主任每天必须到场，并作为评分内容之一，班级做好日志填报工作，由班长组织检查、统计工作。学校团委组织各班团支部书记对全校长跑活动进行评分。节假日尤其是寒假学校制定了学生自主锻炼计划，由学生自己就地坚持，学生家长督促检查，回校后写心得体会，统计长跑里程。学校成立了督察小组，每天进行督察，发现问题，及时解决，每月总结一次，对不同班级及时进行表扬和批评，并提出改进方案和意见。

四、形式多样，丰富多彩

为了更好开展冬季长跑活动，推动此项工作扎实有效的开展，我校举行了一年一度跑操比赛，举行教职工冬季健身月活动，广大师生踊跃报名参赛，通过比赛促进了学生的长跑成绩不断提高，实践检验了我校冬季长跑活动良好效果。同时，还利用课外活动时间开展了跳长绳、踢键子、引体向上、仰卧起坐、实心球、8人×1000米、8人×800米接力等丰富多彩的小型比赛，丰富了学生的业余生活，把长跑活动推向新的高潮。

由于我校开展冬季长跑活动有序，措施到位，形式多样，督促有力，到本月底，我校所有年级圆满完成了冬季长跑活动任务。

**阳光体育的活动总结与感悟篇六**

健康的体魄是青少年为祖国和人民服务的基本前提，是中华民族旺盛生命力的体现。我校本着“促进学生健康成长”的理念，全面推进阳光体育活动，积极响应和落实上级有关文件精神，认真开展阳光体育运动，大力推广“我运动、我健康、我快乐”，提高身体素质，磨练坚强性格，培养集体观念和团队精神，促进身心全面健康发展。现在将工作总结如下：

一、认真组织，提高认识。

学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。

校长为活动第一责任人，体育组负责本项活动日常工作的部署、实施和督导，负责活动资料的整理和收集。从而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。

1、学校按照上级的文件精神，开足体育课，保证课时，严禁教师挤占、挪用体育课，保障学生参加科学的体育锻炼;

2、用好大课间，各年级分层次地开展各种主体活动，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，让学生科学用眼，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，学校精心设计安排大课间活动，不断提高活动质量。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跳绳、踢毽、立定跳远、羽毛球、篮球等多项锻炼内容，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。

认真组织实施，提高健康水平，打造学校阳光体育亮点。学校认真组织，积极实施，在全体班主任的会上，布置了阳光体育活动的具体的内容：继续开展体育大课堂;精心组织各年级的下午体煅半小时;由于学校场地狭小，体育组还还制定表格督促学生回家自觉参加体育锻炼教育，通过多项举措引导学生积极参加阳光体育运动。逐步建立和完善《学生体质健康标准》测试结果记录体系，定期上报结果。

1、每位同学按照“每天锻炼一小时”的理念，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。乒乓球比赛、篮球对抗赛、拔河比赛及体操比赛等团体对抗比赛，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。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，学生跳绳踢毽充满精神，趣味往返跑活动精彩纷呈，活泼身影跳跃奔腾生命的活力昭然于眼前。

3、学校还提倡学生与家长、同学一起参加体育锻炼活动，增强天天锻炼意识，养成运动好习惯。

**阳光体育的活动总结与感悟篇七**

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。

**阳光体育的活动总结与感悟篇八**

为贯彻党的教育方针，加强学校体育工作，增强青少年体质，促进青少年学生健康成长，根据教育局《关于在全县中小学校继续开展阳光体育群体性系列活动的通知》开展阳光体育文件精神，切实提升当代学生的体育文化素养和身体健康水平，以此促进学校校风、学风更加健康地发展，我校在阳光体育系列活动中开展了扎实有效的工作，取得了初步成效，现将相关工作总结如下：

一、领导重视，部署周密

成立了以李校长为组长的领导小组，负责组织协调全校学生阳光体育运动的开展。引导全校组织成立相应的组织协调机构，按照教育局的统一部署，制定具体措施细则和，组织本校学生阳光体育运动的实施。同时把推动全校的阳光体育系列活动列入了议事日程，根据学校特点，分类实施，形成合力，强力推进此项工作，并将责任具体落实到人，要求全校加强沟通，扎实有效的开展工作，并特意为这次活动购置器材。

二、组织比赛，营造氛围

我校充分利用我校的特点，组织以年级以班为单位比赛，广泛地传播健康理念，使“健康第一”、“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，同时学校组织在201x11月17日下午在学校操场进行阳光体育活动比赛和表演。本次活动中各班主任、体育教师组织学生在课余时间、体育课上练习，使阳光体育运动人人皆知、提高了同学们参与活动的积极性，扩大了阳光体育运动在学生中的影响力和感召力。

三、精心谋划、狠抓落实

我校根据文件的统一部署，结合实际，制定出活动的具体方案，并认真组织、策划、实施，做到师资、时间、器材设备三落实，师生共同参与。

1、把开展阳光体育运动与学校特点和体育课特点相结合，按照教育局文件有关要求，我校的活动主题内容为“第三套广播体操”“新型奥林健身操”“三跳’(跳绳，踢毽子，跳皮筋)比赛，录制群体性系列活动比赛展示录像体育。

2、是把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，通过教学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，并保证每天每个学生参加体育活动在一个小时以上，学校将在以后的每学期至少组织一次大型的体育活动或比赛，并评选出“优胜班级奖”“优秀组织奖”“优秀指导教师奖”。

3、是把开展阳光体育运动与课外体育活动相结合，结合实施学生素质拓展，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。

**阳光体育的活动总结与感悟篇九**

为全面推进素质教育，进一步加强学校阳光体育运动，深入贯彻落实《中共中央国务院“关于加强青少年体育，增加青少年体质的意见”》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运动的决定”，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，我市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，我市高度重视校园阳光体育活动的组织实施。成立了由崔德福局长、丁光富副局长为正、副组长的阳光体育活动工作领导小组，同时成立了指导小组。根据我市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。在全市各级各类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。全市师生以开展阳光体育运动为契机，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，各级各类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，我市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。“迎奥运，扬帆船”、“达标争优，强健体魄”、“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。全市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。并通过媒体报道宣传了x月29日上午10时阳光体育运动启动仪式;10月27日下午3：00阳光体育冬季长跑活动起跑仪式和各段活动过程。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30至40分钟的大课间活动，在全校统一跳课间舞和做广播操之前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、单双扛技巧基本动作、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，我市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，各学校每天由分管主任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。全市除一年一度的体育节、中小学生田径运动会、乒乓球比赛、足球比赛、竞技比赛外，我们还定期举行一些校际间的篮球、跳绳、拔河、越野赛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、乒乓球队、足球队、竞技队、武术队、军体拳队、旗语队、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，其中，我市参加的青岛市田径运动会、帆船比赛、竞技比赛取得了较好成绩。其中我市隐珠中心小学参加的竞技比赛队进入了由中央电视台播放的决赛，取得了较好成绩，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市的实际，我们把每年的3月—6月定为我市的体育节。体育节期间，要求各学校、每班制定出切实可行、内容丰富、形式新颖的活动方案上报，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。

**阳光体育的活动总结与感悟篇十**

“生命在于运动”，我们每个人都认识到运动的重要性。而小班孩子刚刚从家庭的小环境到幼儿园这个大集体,面临着一个环境的转变，对此我们由衷地感到发展提高他们的身体素质和健康行为方式有多么重要。本学期，我们根据幼儿的生长发育和体育活动的规律，以多种形式：如体育游戏，户外活动，散步，户外小型器械练习等，保证幼儿每天有2个小时的锻炼时间，让幼儿进行多方位的锻炼，促进幼儿运动能力的发展与提高。

一、在思想上提高认识

本学期我们严格遵循《幼儿园教育指导纲要》精神：“培养幼儿对体育活动的兴趣是幼儿园体育的重要目标，要根据幼儿的特点组织生动有趣、形式多样的体育活动，吸引幼儿主动参与。”认识到体格锻炼对孩子们的生理和心理发展大有很大的益处，能促使幼儿身体和心理过程得到全面发展。组织幼儿经常进行体格锻炼，可以增强身体素质，减少疾病，全面地增强智能，促进身体健康地生长发育。

我们结合小班幼儿的年龄特点、生理特点，根据季节的不同以及幼儿在活动中的不同需要，组织开展一系列的体格锻炼活动，有早操活动、小型器械、集体活动和体育游戏等形式，以培养幼儿对体育活动的兴趣，保证每天不少于二小时的户外活动时间，让幼儿在日常活动和游戏中达到锻炼身体、增强自信心，促进幼儿智力、个性品质、审美情趣、交往能力等多方面的发展。

二、在行动上加强落实

从我班幼儿的出勤情况来看，我班十一月份孩子缺勤率，那个月正好是气温刚刚开始下降的时候，由于家长担心孩子受冷生病，就给孩子急切地加衣，只要孩子稍一活动就容易出汗受凉，反而造成孩子咳嗽、感冒，针对这样的情况，我们及时通过“家长园地”、早晚接送孩子的机会以及路路通短信等，耐心地和家长作好解释工作，让家长们明白，要想让孩子健康地成长必须要加强孩子体格锻炼、增强体质，穿适量的衣物，要不断提高他们对外界气候变化的适应能力和对疾病的抵抗能力。虽然一开始个别家长、特别是奶奶辈，并不是特别愿意配合，但是当她们看见班里穿得少、乐意锻炼的孩子个个健康后，也逐步改变了自己的想法。从十二月、甚至气温已经很低的一月幼儿出勤记录来看，孩子们的缺勤率在逐步降低，到学期结束时几乎天天全勤。

其实对于人体来说，除了体育活动，加强卫生工作，如果能利用自然界的日光、空气水、风、雪等不同刺激的锻炼，就能增强机体的耐受力经得起外界自然因素的突然变化。所以我们的体格锻炼活动主要通过日常生活来进行，如利用餐后散步的机会让晒太阳，呼吸新鲜空气，接受一些不同温度的冷热刺激，就是充分利用日光、空气和水来锻炼身体。事实证明，孩子们经过锻炼，呼吸道的疾病大大减少;同时精神焕发，行动活泼，食欲良好，睡眠安静而持久，身体强壮。体格锻炼不仅能使幼儿身体强壮，疾病减少，而且还锻炼了孩子们的坚强意志。我们能合理安排一日活动时间，教师间密切配合，保证每个孩子健康成长。

**阳光体育的活动总结与感悟篇十一**

为全面推进素质教育，进一步加强学校阳光体育运动，深入贯彻落实《中共中央国务院“关于加强青少年体育，增加青少年体质的意见”》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运动的决定”，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，我市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，我市高度重视校园阳光体育活动的组织实施。成立了由崔德福局长、丁光富副局长为正、副组长的阳光体育活动工作领导小组，同时成立了指导小组。根据我市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。在全市各级各类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。全市师生以开展阳光体育运动为契机，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，各级各类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，我市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。“迎奥运，扬帆船”、“达标争优，强健体魄”、“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。全市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。并通过媒体报道宣传了上午10时阳光体育运动启动仪式;10月27日下午3：00阳光体育冬季长跑活动起跑仪式和各段活动过程。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30至40分钟的大课间活动，在全校统一跳课间舞和做广播操之前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、单双扛技巧基本动作、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，我市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，各学校每天由分管主任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。全市除一年一度的体育节、中小学生田径运动会、乒乓球比赛、足球比赛、竞技比赛外，我们还定期举行一些校际间的篮球、跳绳、拔河、越野赛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、乒乓球队、足球队、竞技队、武术队、军体拳队、旗语队、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，其中，我市参加的青岛市田径运动会、帆船比赛、竞技比赛取得了较好成绩。其中我市隐珠中心小学参加的竞技比赛队进入了由中央电视台播放的决赛，取得了较好成绩，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。

**阳光体育的活动总结与感悟篇十二**

为全面推进素质教育，进一步加强学校阳光体育运动，深入贯彻落实《中共中央国务院“关于加强青少年体育，增加青少年体质的意见”》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运动的决定”，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，我市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，我市高度重视校园阳光体育活动的组织实施。成立了由崔德福局长、丁光富副局长为正、副组长的阳光体育活动工作领导小组，同时成立了指导小组。根据我市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。在全市各级各类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。全市师生以开展阳光体育运动为契机，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，各级各类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，我市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。“迎奥运，扬帆船”、“达标争优，强健体魄”、“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。全市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。

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30至40分钟的大课间活动，在全校统一跳课间舞和做广播操之前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、单双扛技巧基本动作、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，我市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，各学校每天由分管主任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。

**阳光体育的活动总结与感悟篇十三**

为认真贯彻落实《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，健康工作50年，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，走到太阳底下，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、统一思想，高度重视：

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。成立了由邹淳校长、赵轶竹副校长为正、副组长的阳光体育活动领导小组。

根据我们全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，在全校范围内形成了一把手亲自抓、分管领导具体抓，确保活动开展得有序、有效、安全。学校要求全体师生以开展阳光体育运动为契机，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，切实提高体质健康水平。

二、精心安排，有序组织：

我们的活动主题是——我运动我健康我快乐

我们的活动口号是——每天运动1小时，健康工作50年，幸福生活一辈子

我们的活动要求是——人人有项目班班有团队学校有比赛

具体安排：

(一)、活动时间安排及要求：

课间操、大课间活动时间:9：30---10：00下午14:25---14:50

眼保健操：上午10：40---10：45下午14:20---14:25

上好眼保健操和课间操。体育教师和班主任指导学生规范做好每一个动作，提高两操质量。实行“大课间”的体育活动课制度，按班级划分活动区域，进行丰富多彩的体育活动。

(二)课时安排：

按新课程标准开足上齐体育课。切实保证体育课和体育活动课的上课时间。

每天一节体育课或体锻活动课40分钟，没有体育课的当天，班主任要鼓励学生积极参加课外活动，由体育教师与班主任教师共同设置课程内容，并在活动中指导学生练习。确保每天有一小时的体育锻炼时间。总计任何一名学生每天都能在校运动1小时以上。

三、管理制度：

学校规定，体育教师要认真上好体育课，任何教师不得擅自占用学生的体育课时间，各年级、各班级要督促学生做好上午的课间操和眼睛保健操，体育教师要进行监督管理不得拖堂，挤占两操时间。

四、安全保障措施：

1、行政做好值班巡视工作，体育教师做好协调指导工作。

2、晨间锻炼和大课间活动由班主任和体育教师组织活动。

3、活动器材由学校准备一部分，班级或学生个人自备一部分。

4、卫生保健教师做到每天巡视，防止学生意外事故发生，一旦发生要及时救治和上报。

5、班主任和体育教师在活动前积极向学生宣传体育锻炼的重要性，做好热身活动，增强自我保护意识。

**阳光体育的活动总结与感悟篇十四**

我校阳光阳光体育代表队在参加苏仙区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。

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，我们的工作是扎实高效的，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。

**阳光体育的活动总结与感悟篇十五**

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

1.我校按照上级的文件精神，开足体育课，保证课时，严禁教师挤占、挪用体育课，保障学生参加科学的体育锻炼;

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。

**阳光体育的活动总结与感悟篇十六**

现在的幼儿都是独生子女，是家长们的掌上明珠，在家里不让玩这不让玩那，缺乏锻炼，来到幼儿园有了快乐体育的时间孩子们尽情的玩，尽情的去探索各种游戏活动的玩法，孩子成了游戏的真正主人。为了使我们班孩子的身体得到更好的锻炼我们应做到：

一、选取的体育器械一定要是生活中废旧的东西

花钱买的体育器械是非常多，也非常好玩，但是这些器械孩子们早已经是玩了很多遍在上孩子们玩就没有什么新鲜感，也不会很好的发挥孩子们的想象力和创造力，毕竟这些器械是死的。介于这一点我们班选取了废旧的材料比如：轮胎、纸箱子等，在家长的眼中有可能是废品，但是来到了幼儿园里却能成为孩子们很好的伙伴，我们不会想到很多玩法，但是到了孩子们的手中，他们会探索出许多我们想不到的玩法，锻炼了孩子们的想象力、创造力、以及探索的精神。

二、一定要体现孩子是游戏的主人

这么多的体育器械，挺好玩，我们会想到很多的玩法，但是我们不能把玩法都摆在孩子们的面前，不要让孩子们听老师的说法去玩，而作老师的只需要把材料分给幼儿，让幼儿自己去探索，自己去研究，找同伴去商量，研究出器械的玩法。

三、运用各种体育器械发展幼儿各种能力的培养

体育器械就是要培养幼儿的各种能力，我们班快乐体育开展的材料是废旧的物品，但是我们照样能锻炼孩子们的能力，比如：轮胎我们可以让孩子们滚动，让孩子们从轮胎的洞洞中迈过让孩子们从轮胎的上面走过，让孩子们搬动轮胎等等，这些玩法不仅可以锻炼孩子的身体协调能力还可以锻炼孩子们的交往能力。再说纸箱子：在平时纸箱子可以当作废品卖了，可是来到我们班却成了孩子们玩的玩具，孩子们可以把纸箱子当作障碍物，绕着纸箱子跑，可以从纸箱子的身上跳过，可以从纸箱子里钻出玩“小鸡出壳”的游戏，可以躺在纸箱子上做游戏，可以把纸箱子当作汽车快来开可以从纸箱子中间钻过，可以在纸箱子中滚动等等，这些玩法都可以锻炼孩子的跳、跑、钻、滚等方面的能力。

总之，我们要让孩子们自由快乐自主的发展，让孩子快乐健康的成长。

**阳光体育的活动总结与感悟篇十七**

为贯彻落实中央国务院关于开展阳光体育文件精神，切实提升学生的体育文化素质和身体健康水平，以此促进学校校风.学风更加健康地发展，我校在阳光体育活动中开展了扎实有效的工作，现将相关工作总结如下：

一、加强组织领导，健全规章制度，用制度保证阳光体育活动顺利实施。

为了保证学生阳光体育运动方案的顺利实施，我校成立了阳光体育运动领导小组，由分管校长任组长，体卫主任为副组长，班主任.体育教师组成的阳光体育活动领导小组，并且细化了各自的职责和具体要求。学校制定严格的规章制度和评价机制以及相应的活动方案并逐步逐项落实。

二、打造健康文化，传播健康理念，用理念引领阳光体育活动开展。

为使每一位师生都能自觉地参加到阳光体育活动中来，充分享受运动带给生命的快乐，学校充分利用宣传栏、校园广播等各种宣传工具和手段，大力宣传阳光体育运动，广泛传播“健康第一”的思想，让“每天锻炼一小时，健康工作五十年，幸福生活一辈子”，唤起全校师生对健康的关注。特别注意开展丰富的教师体育娱乐活动，用教师带动学生体育活动的开展，以此带动更多学生参与到阳光体育活动中。

三、强化规范管理，丰富活动内容，用内容彰显阳光体育活动的魅力。

1.我校严格落实“常规”的要求，认真执行课程计划，真正做到了开齐、开足、开好每节体育课，确保全体师生每天体育活动不少于一小时。杜绝了挤占体育课时的现象。保证所有学生都能按计划参加体育活动。

2.精心设计安排大课间活动，突出特色。

目前我校结合自身实际，充分调动、整合现有资源，确保每个学生每天长跑(利用早操时间)一千米。同时利用大课间开展羽毛球、乒乓球、跳绳、踢毽子等项目进行锻炼，保证了学生有充足的时间进行锻炼。活动过程中，班主任积极配合做好学生的运动辅导及安全监护，确保每天的锻炼安全、有序、高效。

四、遵循科学规律，明确活动主体，用主体推动阳光体育活动的全面发展。

为使我校阳光体育活动科学有序的进行，我们按照教育局的要求，结合我校实际情况，推行各项体育健身活动，如开展冬季阳光长跑、羽毛球比赛、篮球比赛等活动。通过活动，提高了锻炼质量，同时也培养了学生的集体注意观念，提高学生的合作能力。

**阳光体育的活动总结与感悟篇十八**

为了更好的落实《xx市中小学生“开展生阳光体育运动”方案》，加深“每天活动1小时，健康工作50年，幸福生活一辈子!”健康理念，推动学校群体性体育活动的组织开展，切实提高学生的体制健康水平，进一步展示xx小学全面落实实施素质教育和体育活动果，我们制定了《xx市xx小学阳光体育活动实施方案》，根据阳光体育实施方案，我们扎实有效地开展了阳光体育活动，取得了明显的活动效果。

我们学校共有三位体育教师，他们工作踏实，努力上进，专业知识精湛，有很强的团结合作意识。他们利用每天早6点——7：30和下午3点30分——5点，进行集体竞赛项目训练。xx老师xx老师负责中长跑训练，xx老师训练女篮，后勤主任擅长篮球，就由他负责训练男篮。体育组利用间操时间进行学校大课间“韵律操，广播操和武术操”训练，大队部老师和全体正副班主任协助训练。

学校以年段位单位，开展年段特色的体育集体体育项目训练。全体教师认真对待此项工作，各负其责，团结协作，形成特色，确保了阳光体育活动扎实有效地进行。

20xx年x月x日，我们举行了xx市xx小学阳光体育活动推进会活动。

活动主题：阳光牵系你和我，健康快乐动起来。

活动程序如下：

1、大队辅导员宣布活动开始，全体学生放飞氢气球，欢呼。

2、校长致词。

3、体育组长x老师讲话。

4、少先队员发言。

5、三操展示。

6、各年段学生集体活动。

(1)一、二年段以游戏为主，建议：丢手绢或是老鹰抓小鸡。

(2)三、四年段丢沙包或是跨下传球。

(3)五、六年段篮球，跳大绳或是条小绳。

7、集队，总结。

同学们，“每天锻炼一小时，健康工作50年，幸福生活一辈子”是一种时尚健康的生活理念，让我们每一天都拥抱阳光，积极投身阳光体育活动，享受阳光体育活动的快乐，做一个全面发展的好学生。今天的阳光体育活动推动会圆满落下帷幕，祝福同学们健康快乐每一天。

有人曾形容“阳光体育运动”意味着学校体育的春天到来。教育部有关负责人指出，“阳光体育运动”号召学生到阳光下、到操场上、到大自然中去锻炼身体，陶冶情操。当前，全国各地都在积极探索，以创新的手段推进学校体育教育。在今后的教学工作中，我们xx小学还将一如既往地开展好阳光体育运动，确保全体师生的身体健康，把阳光体育活动落实到实处，让学校处处充满阳光。

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找