

# 最新冬季长跑启动仪式主持词(大全8篇)

在日常的学习、工作、生活中，肯定对各类范文都很熟悉吧。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？下面是小编为大家收集的优秀范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

## 冬季长跑启动仪式主持词篇一

为了深入贯彻落实《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》的文件精神，落实“阳光体育冬季长跑”计划的实施，使学生树立“健康第一”的指导思想，促进学生健康快乐成长，柏杨渡小学根据学校实际开展了“阳光体育冬季长跑”活动，现将活动开展的情况总结如下：

1、高度重视，提高认识，加强领导柏杨渡小学成立了“阳光体育冬季长跑”活动领导小组，学校的阳光体育活动由校长亲自主持，教导处承担阳光体育活动计划的制订和活动的落实，体育组进行技术指导，做到专项管理，专人负责，保证了“阳光体育冬季长跑”活动顺利实施。

2、结合实际，科学安排，合理定位柏杨渡小学在校学生306人，为了开展好“阳光体育冬季长跑”活动，我们要求根据场地小、学生多的特点来进行科学安排，充分利用早操时间、阳光体育活动时间及学生放学回家体育活动时间科学安排。早操集中跑步时间，同时要求班主任，教师必须跟班，确保学生跑步安全。学生在校时集中长跑，学生在家时自行长跑，通过长跑竞赛来检验学生的训练。

3、积极宣传，制造氛围学校充分利用校园广播、校内橱窗、班级黑板等宣传媒介，大力宣传阳光体育活动，让学生认识到体育锻炼对身体发展起到的意义，了解冬季长跑对提高身体抵抗力的作用，鼓励学生自觉、自发的进行适当的体育锻

炼。

1、利用干部巡视检查抓规范为将“阳光体育冬季长跑活动”真正落到实处，学校将其落实情况纳入值周领导“每日巡查”，从时间、班级，参与人数等方面进行检查，针对检查时发现的问及时进行反馈，很好的’敦促每一个学生活动目标的达成。把检查结果与评选优秀班级挂钩，激发班级学生的参与度。

2、利用体育课堂抓实践做指导学校充分利用体育课的活动优势，检测学生进行了“阳光体育冬季长跑活动”的效果，并让体育教师对学生体育活动的进行指导，根据不同学生的身体条件和特点，体育教师为其提出适合其自身的冬季长跑运动处方，使学生有针对性的进行体育锻炼，切实提高学生的综合身体素质。教学点加强了面对面的个别针对辅导，指导学生强化训练。

3、利用值日学生抓学生规范学校充分发挥值日学生的作用，放手学生自我管理。在阳光体育长跑进行时，组织值日学生进行检查评比，对表现好的班级进行适当奖励（奖励班级量化分），并报值周领导通报表扬，很好的激励了学生的集体意识，提高了他们的班级荣誉感。

4、加强家校联系，确保活动持续性学校加强与家长联系，让家长了解学校开展“阳光体育冬季长跑活动”的计划与内容，对家长提出具体要求，要求他们监督或陪同孩子在假期进行长跑活动，保证孩子在家的体育活动时间，让家庭与学校共同完成督促管理，确保活动持续性，提高学生的体质。

5、利用升旗集会，及时进行总结。利用第一周的升旗集会时间，对上周“阳光体育冬季长跑活动”的典型进行表扬，以此来调动学生参与阳光体育冬季长跑活动的热情。

## 冬季长跑启动仪式主持词篇二

全面贯彻《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》精神，落实广泛开展的全国亿万学生阳光体育运动，通过开展冬季长跑活动，磨练学生的意志品质，培养良好的锻炼习惯，有效提高学生体质特别是耐力素质水平，进一步掀起阳光体育运动的新高潮。

“冬季长跑与健康同行”

组长□z

副组长□z

组员：各班班主任、体育教师

### 四、参加对象

全校师生。

20xx年11月1日至20xx年3月31日

1□20xx年11月1日上午大课间，举行z市扇横中学学生阳光体育冬季长跑活动起跑仪式。

2、每生每天长跑距离平均约1500米，整个活动每个学生长跑距离约180公里。

3、在法定工作日每天以班级为单位，由班主任和体育教师组织指导完成跑步里程，假日和寒假期间学校要求学生自觉坚持长跑并做好记录。

4、学校各班级要做好每日长跑活动情况记录，在冬季长跑活动结束后，统计每个学生冬季长跑的总里程。

初一在操场，初二在篮球场，初三在教学楼周围过道。

- 1、在体育与健康实践课中进行长跑。
- 2、大课间中进行长跑。
- 2、课外活动中进行长跑。
- 3、参加田径运动会、球类比赛和其它竞技性体育比赛折算为长跑里数。
- 4、班级利用课余时间组织锻炼。
- 5、个人进行自我锻炼。

注：每天要求完成的长跑里程可以一次跑完，也可以在一天内分二至三次跑完，具体由班主任和体育老师根据学生体质安排。学生也可根据自身情况提出申请，并提供有效证明，可酌情免于参加冬季长跑运动。

- 1、学校致家长一封信，阐述本次活动的意义、要求、活动内容，并征求家长意见，调查学生是否适宜长跑训练。
- 2、体育教师要利用体育课向学生传授长跑的基本知识和技巧，并进行长跑安全教育。
- 3、原则上每节体育课学生跑1000米，大课间跑800米至1000米。要求班主任、体育教师根据天气、学生身体状况及学生当日长跑情况，合理安排。
- 4、在组织学生长跑活动、大课间和阳光课外体育活动时班主任、体育教师要提前到位，周密组织指导；防止学生拥挤；避免学生踩踏等安全事故的发生。
- 5、注重安全教育，各班学生在长跑前应整队，并做好准备活

动，然后按顺序开始跑步。

6、在集体跑步过程中，严禁班级之间进行超越。

7、班级之间应间隔有一定的距离，学生严禁说话、打闹、推、挤、撞等。

8、在跑步过程中每个学生应听从教师或体育委员的口令指挥，要求队伍整齐。

9、班主任要做好学生身体素质情况的调查，对于不适宜长跑的学生，班主任、体育教师要安排适合的体育项目进行锻炼。

10、雨天停止，女生例假做好请假登记。

本次活动结束后，学校根据每个班级每天学生的长跑情况，对长跑活动开展好的班级、班主任、体育教师、学生和教师进行评选表彰并向上级推选。对学生的表彰记入学生成长记录、素质报告书或档案。

附：班级优秀组织奖评选条件：

1、冬季长跑活动组织健全，措施具体；

2、认真组织起跑仪式并积极开展冬季长跑的宣传教育活动；

3、冬季长跑普及率高，学生普遍完成长跑里程，锻炼效果显著；

4、记载完整；

5、活动期间未发生任何安全事故。

评为优秀组织奖的班级由学校适当进行奖励。

## 冬季长跑启动仪式主持词篇三

全面贯彻落实《《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》（中发〔20xx〕7号）精神，按教育部 国家体育总局 共青团中央《关于开展第三届全国亿万学生阳光体育冬季长跑活动的通知》的统一的要求和市教育局、区文体局工作安排，我校将于20xx年11月2日至20xx年4月30日，在学校开展冬季长跑活动。动员广大学生积极参加体育锻炼，以健康的体魄庆贺中华人民共和国建国60周年，通过开展冬季长跑活动，磨练青少年学生的意志品质，培养良好的锻炼习惯，有效提高学生体质特别是耐力素质水平，进一步掀起阳光体育运动的新高潮。

阳光体育与全民健身同行

本校全体学生，一、二年级适当减量。

### 四、活动时间

20xx年11月2日至20xx年4月30日

1.20xx年11月2日上午国旗下讲话后正式启动。举行响水小学学生阳光体育冬季长跑活动起跑仪式。

每天长跑距离（参考）基数为：三、四、五年级小学生1000米。在法定工作日、节假日和寒假期间要求学生自觉坚持长跑并做好记录。各班级要做好每日长跑活动情况记录，在冬季长跑活动结束时，统计每个学生冬季长跑的总里程。冬季长跑总里程以60公里为基数，象征新中国成立60周年。

2. 以班级为单位组织学生参加冬季长跑活动。根据学生身体素质状况，长跑运动按早晚二个时段进行，既早锻炼时间和下午的文体活动时间，每次500米。

长跑路线：绕学校操场跑

学生在班主任和体育老师的组织下，在运动场内指定区域内集体跑完当天预定的里程（1000米），然后以全班同学累积的总里程做好记录。此记录将成为评选学校长跑优胜班级的依据之一。

组 长：孔\*军 负责冬季长跑的全面工作。

副组长：白\*安 制订活动方案，组织好活动的开展

组 员：杨\*珍、高\*桂、焦\*华、\*见觉、顾\*标

焦见觉协调、确保活动的开展、检查与评比，制订评比细则，并做好冬季长跑活动宣传专栏，报道学校活动开展的情况，并做好相关申报工作。

2. 营造良好的舆论氛围。通过多种形式，大力宣传阳光体育运动，广泛传播健康理念，唤起社会、家长、老师对学生体质健康的广泛关注，支持阳光体育运动的开展。

3. 建立学校体育活动的长效机制，加强管理。做到“阳光体育运动”有人抓，有安排，有落实，有检查，有评价，有成效。学校成立阳光体育运动领导工作小组，负责活动全面安排检查评价。

4. 与课外体育活动相结合，利用好文体活动时间。保证学生每天能有一小时的体育锻炼时间，将学生课外体育活动纳入学校年度教育计划。

5. 加强领导，保证时间，形成制度，注重检查评价。鼓励师生开展阳光体育锻炼的积极性。

1. 提高安全意识，保证学生安全。领导和教师要各伺其职，

认真履行自己的职责。

2. 卫生保健教师随时做好救护准备。

3. 各班班主任要按时组织本班学生参加冬季长跑活动，没有学校的通知，不许不参加冬季长跑活动，有事要及时向组长请假，班主任是班级的第一责任人。

4. 在冬季长跑活动中如发生意外情况，教师能自行解决的要妥善解决，处理完后及时向副组长汇报，不能自行解决的要及时找到副组长或组长进行解决。

5. 关心学生，各班班主任要及时了解本班学生的身体健康情况，对于身体不适的学生班主任要及时安排其见习或教室休息。

一年级负责：杨\*珍

二年级负责：高\*桂

三年级负责：焦\*华

四年级负责：焦\*觉

五年级负责：顾\*标

## 冬季长跑启动仪式主持词篇四

在本次活动中，我校很好的贯彻了上级的要求，继续每年冬季开展学生阳光体育冬季长跑活动，并且认真制定了我校活动方案、安全预案、活动要求等，在实施跑步过程中，我校体育组制定跑动路线、规范要求，让学生在跑步中领会长跑要领、锻炼意志品质以及增强班级荣誉感。活动的开展对于提高学生的体质健康水平、培养学生的耐力素质、增进学生

身心健康、保持学生良好体魄、磨练学生的意志品质、培养学生的团队精神和集体荣誉感，起到了一定的积极作用。全校师生将积极响应国家阳光体育冬季长跑运动的号召，坚持每天长跑锻炼，以自己的实际行动实践“每天锻炼一小时，健康生活一辈子”的生活理念。

本次活动达到了预期的目的，同学们都能积极主动的参与到体育活动中，效果也很显著，七年二班、八年一班、九年一班获得了冬季长跑班级集体荣誉奖，我想奖励是一种激励，师生们在运动中锻炼了身体，学会了互相帮助的集体主义感，懂得了在运动中只有大家同心协力才能获得最快的成功与进步。养成了良好的体育锻炼习惯，弘扬了体育精神，创建了我们校园的体育文化氛围，这就是目的。

长跑只是起步，让我们以本次活动为契机以我校大课间为平台，积极参与到活，把我校的“大课间”特色发展下去，为创造良好的教学氛围，打下坚实的基础，希望全校师生积极投入到阳光体育活动中去，为了我们的健康，为了学生的发展，让我们共同去努力，共同去参与，共同去创造良好的教学环境吧！

今天的长跑只是阶段性的，它不是是终点而是起点，运动的真谛就在于贵在坚持。

今天，通过“阳光体育冬季长跑活动”的开展，真正让广大师生深刻地认识到提高自身体质是一项“长久之计”。对每一名学生来讲，“拥有健康才能拥有明天、热爱锻炼就是热爱生命”，参加阳光体育活动，不仅是每天简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，让我们师生进一步树立了全民体育、天天锻炼、终身锻炼的意识，有力地促进我校体育工作，为学生身心的健康发展，打下良好的基础。为祖国的繁荣富强锻炼出强健的体魄！

## 冬季长跑启动仪式主持词篇五

为贯彻落实中央国务院关于开展阳光体育文件精神，以实际行动提高学生的体育水平和身体健康水平，我运动、我健康、我快乐、以此促进学校校风、学风更加健康地发展，我们小学在阳光体育冬季长跑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：

为确保我校“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，副组长由德育副校长担任，各处室主任、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。根据活动内容安排，每周的值周领导负责监督协调和总结，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路程，由体育教师负责全校的组织 and 记录。这样，使活动有计划、有组织、有序秩地开展。

自学校接到开展活动通知起，立即把通知精神下达，向学生讲明开展此项活动的重要意义及活动方案。此外，我们还利用学校的宣传栏、校报宣传等阵地，写上“每天锻炼一小时，幸福生活享受一辈子”的固定标语，并通过和校园广播等广泛传播健康理念，在校园内加大宣传力度。使“生命在于运动”、“我运动、我健康”等口号深入人心，使全校师生人人热爱体育运动，参与运动。扩大了阳光体育运动在学生中的影响力和感召力。

我校根据结合实际，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。

一是把开展阳光体育运动与《学生体质健康达准》测试相结合，按照有关要求建立《学生体质健康标准》测试成绩，作为学生成长记录的重要内容。

二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，养成良好的体育锻炼习惯，并保证每天每个学生要达到1000米以上长跑距离。

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。让感受体育的永恒与魅力。

现在，阳光体育活动成为我校的体育工作的日常组成部分，成为推进素质教育的突破口。通过阳光体育活动不仅培养了学生的组织纪律性，集体和爱国主义精神，而且还使他们形成了互相激励，自学奋进的好习惯，各种优良的意志品质正在潜移默化的形成。同时，对教育教学工作的协调发展起到了积极作用。对身体素质与精神状态的改善大有益处，有利于教学质量的提高。我校将“阳光体育”与相关校园体育文化结合，开展形式多样、内容新颖的活动，取得了显著成效。在活动开展中我们引导学生在参加体育活动的同时，注意活动的后续宣传，鼓励班级学生积极参与与体育活动。使冬季长跑活动真正成为重要的教育活动形式，实现以体育为手段，磨炼学生意志品质，培养集体主义情感，提升学生耐力素质，促进青少年全面发展的活动目标。

总之，通过开展冬季长跑运动，磨炼了同学们的意志和品质，培养了他们良好的锻炼习惯，有效提高同学身体素质，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、健康向上的和谐校园。通过“阳光体育冬季长跑活动”的深入开展，能够让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，为祖国的繁荣富强锻炼出强健的体魄！

## 冬季长跑启动仪式主持词篇六

(1) 12月11日，举行全校冬季长跑动员大会，并以“学生跑操比赛”启动全校冬季长跑活动。

(2) 12月14日，各班班主任利用班会进行全班学生动员，并且组织学生填写《x中学学生冬季长跑活动记录卡》，安排长跑活动检查监督人员。

(3) 学校以做好学生冬季长跑活动为主题撰写致家长的信，向家长宣传长跑意义，争得家长的理解和支持。

### 阳光体育与全民健身同行

1、时间安排：根据教育部、国家体育总局、共青团中央共同决议要求，以及莱城区教育局的具体安排，结合我校实际确定学生冬季长跑时间为20xx年12月至20xx年4四月，共计5个月。

2、组织形式：因学校场地和学生在校时间所限，本次长跑活动要求全体学生利用每天早晨上学以前的时间或上学路上进行长跑，具体要求如下：

(1) 从12月14日开始，全体学生禁止骑车上学。

(2) 居住地距x中学不足1.5千米的学生必须在家长的协助下选择长跑训练路线完成训练任务；居住地距x中学满1.5千米的学生应采用跑步上学的形式进行训练。

(3) 学生训练时间的安排，由学生根据训练路线用时的长短进行安排，要确保学生在7：30左右来到学校进行正常的学习和班务整理。

(4) 学生双休日、节假日期间应自觉坚持进行长跑训练，全

体班主任要协助做好学生家长的监督工作。

(5) 全体学生在结束长跑时要确保累计长跑距离达20万米以上。

(6) 全体教师同时参考学生长跑计划，拿出自身的锻炼计划。

(7) 长跑期间全体师生要加强安全意识，遵守交通规则，在保证安全的前提下完成长跑任务。

## 1、活动的监督：

为确保学生长跑质量，养成自觉长跑的习惯，各级部、各班主任应协同家长共同做好此次活动的监督工作，建议采用以下监督方式实施监督：

(1) 班级成立学生监督小组：监督小组坚持每天开展检查活动，具体检查项目如下：

a□在校门口或学生自己设定的跑操路线上对学生进行检查。

b□通过电话等形式回访家长，确定学生确实严格按照要求进行长跑活动。

c□检查学生有无骑自行车上学现象，坚决禁止学生在长跑活动期间骑自行车上学，特别注意学生有无把自行车停放在校外周边地区的现象。

(2) 做好家长的监督工作：

节假日、双休日等学生校外活动期间，学生必须自觉进行长跑锻炼，各班级一定要在学生离校前将《x中学学生冬季长跑监督评价卡》发给学生，要求学生家长在“学生长跑情况监督记录”中填写评价意见，学生返校时要将监督卡及时带回，

各班级要及时做好家长意见的整理和回访工作。

## 2、活动的评价：

(1) 各班要坚持每周一总结每月一评价制度，每周班会要对上一周学生长跑情况做总结，问题及时记录在《□x中学学生冬季长跑监督评价卡》上，每月月末各班级要做好长跑活动的系统总结工作，将结果填写在《□x中学学生冬季长跑监督评价卡》上，整个冬季长跑活动结束后，要对学生参加长跑情况做出全面评价。

(2) 将学生评价结果作为学生素质评价“体育与健康”维度中的重要指标列入学生综合素质评价。

(3) 活动结束后，学校要对这项活动进行专题总结，对活动中涌现出的先进班级和个人进行表彰奖励。

(4) 学校将不定期开展各种抽查活动，结果用于评价级部和班级。抽查内容如下：

a□抽查各班对学生长跑活动的监督检查记录。

b□抽查各级部学生监督评价卡。

c□检查学生骑自行车上学现象和在校外乱放自行车现象。

## 冬季长跑启动仪式主持词篇七

为了贯彻区教委关于冬季长跑活动文件精神，推广“热爱运动，享受健康”生活理念，进一步增强学生身体素质，我校从11月5日开始号召全校学生参与到阳光体育冬季长跑活动中来，做到“每天锻炼一小时，全程跑完150公里”。同学们成功完成了预定150公里的目标数。学生处杨主任在升旗仪式时予以总结与表彰，同时体育组冀峥老师为我校第十届体育节

做动员。

在冬季长跑活动过程中，有的年级口号洪亮；有的年级队伍整齐；有的年级出勤率接近100%。我们看到了团结的集体与同学们的朝气蓬勃。有的同学跑步过程中自带沙袋，增加运动强度；有的同学虽然跑的慢，但是仍然坚持追赶本班的队伍；有的同学累到就要放弃的时候，纪检部的同学跑到他的身边鼓励他，甚至拉着他向前跑。这样的感人情景每天都在发生，我们看到了同学们的努力、坚持与互帮互助。150公里仅仅是一个数字，数字的背后是同学们在不知不觉中提高的身体素质和积极向上的班风。

经过统计与测算，荣获冬季长跑活动优秀的班级是：

初一1班、初一3班、初一2班、初二1班、初三2班，高一1班、高二1班、高三1班。

其中，初一年级全体同学全员参与长跑，在各年级中表现最为突出，荣获了特别优秀奖。

通过冬季长跑活动的开展，磨练了同学们的意志和品质，让健康和运动的理念深入内心，并成为自觉习惯，为自己健康幸福的生活打下坚实基础，也营造出一个生机勃勃、健康向上的和谐校园。

希望同学们在第十届体育节期间发扬“重在参与、努力拼搏”的精神，在安全、文明、有序的氛围中真正享受运动给大家成功的快乐。

## 冬季长跑启动仪式主持词篇八

为全面贯彻《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冬季长跑活动的通知》精神，切实提高学生的身体健康水平，我校于20xx年11月9日至20xx年4月30日

扎实开展了“阳光体育与祖国同行”冬季长跑活动。现将相关工作总结如下：

为保证“阳光体育与祖国同行”冬季长跑活动能够安全、有序地开展，学校成立了以邹日芬校长为组长，以朱伦权为副组长，以校务人员、年级组长、全体班主任及体育老师为组员，把推动全校的阳光体育冬季长跑运动列入议事日程，并安排体育组作为此项活动的直接负责部门，形成合力，强力推进此项工作的进行。

学校结合本校的实际，制定了《阳光体育与祖国同行阳光学校冬季长跑活动方案》，召开了全体教师会议，布置长跑活动相关事宜并提出具体要求。学校安排体育组对学生做好长跑活动的技术指导，了解学生的身体情况，循序渐进，科学分解要求学生所达到的里程数。对身体状况不适合长跑活动的学生实行免跑，防止意外伤害事故的发生。同时，要求班主任老师协助体育老师做好安全教育工作，确保活动安全开展，严防安全事故；还要求班主任老师和体育老师共同来指导学生做好长跑计划和记录。

自接到县教体局发来的通知之日起，我校积极筹备，于20xx年11月9日利用晨会课在操场举行了起跑仪式，使阳光体育人人皆知。起跑仪式上，邹校长向大家宣传了冬季长跑的意义，希望广大师生牢固树立“健康第一”的观念，养成良好的锻炼习惯，积极投身到冬季长跑活动中，做到每天锻炼一小时，并作了具体的工作布置和长跑安全教育。

我校不仅充分利用启动仪式，还通过校园广播和班主任的的宣传，提高学生参与这项活动的积极性。

为了切实提高各个年级学生参与活动的积极性，使活动能真正有效地进行，学校根据各年级学生的年龄特点和身体情况，确定我校学生每天长跑距离基数为：学生每天跑步1500-20xx米。

为确保活动顺利开展，我校将此项活动纳入体育课活动中。体育课上，体育老师不仅对学生进行长跑过程的技术指导，还注重对学生在长跑前后的准备运动和放松运动，防止出现安全事故。学校鼓励学生在节假日和寒假期间，也自觉坚持长跑。

学校具体布置各年级学生做好长跑活动情况记录，向每一位学生发放《阳光学校冬季长跑体育课活动记录表》，登记每节课参加长跑活动的里程数，让学生收获长跑活动的成功和快乐。在阳光体育冬季长跑活动结束后，统计每个学生冬季长跑的里程数。其他各班的学生重在参与，营造出人人参与、朝气蓬勃的校园体育氛围，让学生享受体育的快乐。

1、历时6个月的冬季长跑活动即将结束，我校学生累计跑步里程50余万公里。每天操场上整齐的跑步队伍，形成了一道靓丽的风景线，在长跑中培养了同学们拼搏向上，团结协作的精神。

2、全校同学的耐力素质水平明显提高，中长跑优秀率大幅提升。20xx年1月上旬检测了全校同学中长跑成绩，七年级优秀率为19.23%；八年级的优秀率为26.56%；九年级的优秀率为56.53%；3月下旬又组织检测了全校同学的中长跑成绩，七年级优秀率为49.81%，上升了30个百分点，不及格率为10.12%，下降了23个百分点；八年级优秀率为47.36%，提高了近21个百分点，不及格率为8.89%，降低了5个百分点；九年级优秀率为77.64%，提高了21个百分点，不及格率为1.92%，降低了2个百分点。可以看出长跑活动和体育课的有效教学带给同学们的益处，同时也培养了同学们的意志品质和积极参与体育锻炼的积极性。

3、学校对阳光体育冬季长跑活动中表现突出的“优秀班级”和“优秀学生”进行了表彰。获得本次阳光体育冬季长跑活动的先进班级是：七（3）班、八（1）班、九（1）班。先进个人是：刘淋、肖伟亮、匡军威、袁为强、郭涛、肖志强、刘

明、兰先科、许运明、陈辉、肖路平、黄萍、刘鑫、刘龙香、罗金平。通过本次活动，磨炼了学生的意志品质，培养了学生良好的锻炼习惯，有效提高了学生体质。

4、阳光体育冬季长跑活动对我校学生的影响。节选三位同学的长跑感想，“人生就像一场长跑比赛，谁都会在意自己的“名次”，只有坚持再坚持，努力再努力，才能不断超越对手，超越自己！”；“付出了汗水和努力，拼搏以后，累一点又算什么呢！第一次成功后，是多么想立刻与家人，朋友一起分享此时的喜悦，并告诉更多的人，坚强能改变许多事情。”；“几个月的长跑活动，着实提高了不少我的身体素质，为我的学习建立起了一面坚强的后盾。我为我的成长感到骄傲，我要向阳光体育活动说声‘谢谢’，希望更多的人加入此项活动中来。”孩子们的心声给了此项活动最真实的评价，也给了我们体育工作者更多的鼓励，体育组将以阳光体育作为抓手，努力营造我校体育文化，将体育工作打造成为学校的一个亮点、一个窗口，为枳头中学的迅速腾飞贡献一份力量。

在开展本届阳光体育冬季长跑活动中，也有一些不尽人意的地方，如，在长跑活动初期有些班级重视不够，未能很好的组织长跑活动，还有未按照活动的要求，随意挤占学生的跑步时间；大部分学生寒假期间未坚持跑步，本学期开学后的第一次体育课，体育组检测了4个班级的中长跑，平均成绩比放假前下降不少。

本届长跑活动即将落下帷幕，但我校的阳光体育运动不会停止，我们将利用体育课、大课间、课外活动等形式带领同学们积极参加体育运动，真正落实“每天锻炼一小时”这一政策，将冬季长跑活动作为我校常规工作开展。

老师们、同学们，让我们共同携起手来，为了健康生活一辈子，为了祖国的未来，请走向操场，走向大自然中，走向阳光下，积极参加各种有益于身心健康的体育活动，在运动中

体验生命的活力与欢畅，感受阳光的温和与恬美，领略体育运动的艺术和魅力。