

最新李姓的现状研究报告表格(通用5篇)

总结是写给人看的，条理不清，人们就看不下去，即使看了也不知其所以然，这样就达不到总结的目的。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的总结吗？以下我给大家整理了一些优质的总结范文，希望对大家能够有所帮助。

小学阳光体育活动总结篇一

为贯彻落实《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》及教育局关于开展体育大课间活动的文件精神，确保我校学生健康成长、全面发展，丰富校园文化生活，把学校体育工作作为全面推进素质教育的突破口和重要内容，积极实施“每天活动1小时，健康工作50年，幸福生活一辈子！”健康理念，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，掀起校园内体育锻炼热潮，我们建安中心小学克服了学生多、活动场地小等实际困难，使学生活动兴趣得到培养，学生锻炼身体的热情得到激发，促进了学生全面发展和健康成长。开展了丰富多彩的校园阳光体育系列活动。现就活动开展情况汇报如下：

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。成立了以校长为组长的.学校大课间活动领导小组，由负责学校体育工作的主席具体抓，形成学校行政、各班班主任、跟班教师、体育教师齐抓共管工作机制，明确各自的职责。根据我们全校现有设备情况以及全体学生的实际情况，领导职责：同时考核、了解情况，发现问题及时解决，在每次的教师会上进行总结，指出不足，并提出整改意见，提高全体师生对大课间活动、阳光体育运动的重视程度。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，切实提高体质健康水平。

我校大课间活动以集体做操为主，分场地、分时间、分年级的形式，有合有分，以音乐为背景串联活动全过程，将艺术、体育、文化融为一体。在开展大课间活动过程中，我们注重学生创造性思维的开发，有意识地把一些游戏和活动内容作为引玉之砖，让学生在实践中发挥聪明才智，创编更多、更好、更适合自己的活动项目，极大地丰富了大课间活动内容。学校成立校园兴趣小组，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，掀起了了我校阳光体育运动的高潮，确保学生每天不少于1小时的锻炼时间。

为切实增强学生体质，营造寓教于乐、趣味健身、陶冶情操的教学氛围，教导处、大队部、体音美教研组协同各班主任及配班老师认真组织，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。学生兴趣浓厚，欢心愉悦，真正体验了快乐与健康。活动让师生走得更近，老师和学生一起活动，使师生得到锻炼，得到放松。师生们积极参与大课间后身体素质明显增强，对教育教学工作的协调发展起到了积极作用，学校学生体质健康达标率大大提高，真正做到了以“我运动我健康、我阳光”的目标。我们欣喜地发现，体育大课间活动开展以来，师生体育综合素质方面均有不同程度提高。

1. 大课间组织技能的培训问题。在大课间活动中，由于体育教师人数较少，无法同时顾及这么多班级。因此在某种意义上来说班主任才是大课间真正的组织者和指导者。但由于时间、人员过于集中，在活动中不可避免地出现这样那样的问题，特别是安全问题。而这些问题的出现，多数与组织不善有关。因此学校必须对大课间组织教师进行必要的技能培训，包括体育技术动作、活动组织方法、安全预见性的培训，使大课间安全顺利地开展。

2. 场地干扰的问题。由于学校场地小，班级多，不可避免地出现相互之间的干扰，如球的滚动或飞行出界、人员跑动减

速不及等干扰到邻近的班级，影响到相邻班级的正常活动。

3. 大课间活动如何确保学生安全的问题。大课间体育活动是全校师生每天在同一时间开展的一堂大课间体育活动课，其基本模式一般是先集体做广播操，再分班活动。特别在分班活动中大都涉及学生自由活动，其组织管理要求较高，这就要求学校管理部门和班主任在实施过程中，要加强对学生的组织纪律性教育，活动安全教育，并做到有效的管理。

小学阳光体育活动总结篇二

为进一步加强学校体育工作，推动我校学生积极参加体育锻炼，促进和谐校园的建设，全面推进素质教育，根据教育局文件精神，认真组织开展好我校“学生阳光体育运动”的活动。现结合我校实际，特制定关于加强学校体育工作，开展学生阳光体育运动的实施方案。

一、宗旨

贯彻落实全国学校体育工作会议精神，牢固树立健康第一、以人为本的指导思想，切实减轻学生过重的课业负担，全面推进素质教育，以阳光体育运动为载体、以体育运动为题材，加强锻炼以提高我校学生体质健康，让每一个学生充满激情与梦想，成为德才兼备、身心健康、体魄强健、意志坚强的一代新人。

二、主题

以“学习使我进步、文化促我成长、运动让我健康”为主题、形式多样地、因地制宜地开展学生阳光体育运动。

三、实施原则

1、开展阳光体育运动，我校遵循教育性、科学性、趣味性相

结合的原则。坚持育人为宗旨，遵循教育发展和体育运动规律，符合小学生身心发展特点，寓学于乐，寓练于乐，避免成人化。

2、开展阳光体育运动，我校遵循全面性原则。既阳光体育运动的内容与形式要丰富多彩，能够满足不同特长、不同兴趣、不同层次学生的发展需要，促进学生的身体素质、心理素质全面提高，并形成在普及与提高的基础上良性发展的局面。

3、开展阳光体育运动，我校遵循自主自愿与积极引导相结合原则。要求我校教师因势利导、因材施教，充分尊重学生的自我选择权和自主活动权，为学生营造一个自主讨论、组织、操作、交流和评价的良好环境和氛围。

4、开展阳光体育运动，要与学校体育课教学相结合原则。坚持依法治教，规范办学行为，严格执行国家有关体育课时的规定，开足、开齐并上好体育课，不得以任何理由挤占体育课时。深化教学改革，不断提高教学质量，通过体育教学，教育和引导学生积极参加“阳光体育运动”。

5、开展阳光体育运动，要与课外体育活动密切结合。配合体育课教学，保证学生每个学习日有一小时体育锻炼时间。将学生课外体育活动纳入教育计划，形成制度。大力推行大课间体育活动形式，积极创建小学快乐体育园地，加强学生课余体育训练。通过广泛开展学生体育竞赛、主题鲜明的集体项目、具有学校特点的学生体育活动等，不断丰富学生课外体育活动的形式和内容。

6、开展阳光体育运动，要遵循安全第一原则。我校时刻注重加强学生的安全教育，制定了切实有效的安全措施、应急措施和防范措施，避免和防止意外事故的发生。

四、实施内容

- 1、根据《学校体育工作条例》，积极开展大课间体育活动。我校大课间体育活动项目有跳绳，乒乓球、踢毽子、篮球，排球，游戏等。大课间活动时间安排老师有序组织学生进行活动。
- 2、开足开齐体育课，无体育课的当天安排一节体育活动课；同时要积极推进体育教学改革，不断提高体育教学质量。
- 3、在全校普及“两操一活动”，即：眼保健操、学生广播体操和大课间体育活动。
- 4、加强学校体育项目特色的建设。
- 5 各班以班为单位，各年级活动项目一个星期为一个活动周期，活动项目一周交换一次。

六、实施要求

- 1、统一思想，提高认识。要求我校老师要充分认识开展阳光体育运动的重要性，明确分工，责任到人，把开展阳光体育运动作为推进素质教育、活跃学生课余生活、培养学生健康生活方式的一个重要组成部分，落到实处，见到实效。
- 2、扩大宣传，营造氛围。
- 3、因地制宜，制定规划。组织学生开展阳光体育运动是学校教育的一项经常性、长期性的工作，根据教育部阳光体育运动实施工作的总体要求，结合实际实事求是地制定和落实实施方案，并在实践和探索中不断完善，形成特色。
- 4、强化培训，全员参与。 附：活动安排表

楼德镇中心小学

2014年2月

附件：杨梅塘小学阳光体育特色活动方案

附件：

杨梅塘小学阳光体育特色活动方案

阳光伙伴

一、活动目的培养学生协调能力与合作精神，促进参与者的交流。

二、训练规则

1. 这是一项由20个选手（10男10女）肩并着肩，腿绑在一起跑完20米的团体运动竞赛。同时需备有4名左右的替补选手。

2. 在训练过程中，全部选手要把右手放在右邻选手的右肩上，左手放在左邻选手的左腰上。（或者是把左手放在左邻选手的左肩上，右手放在右邻选手的右腰上。）3. 选手们各就各位后，教练员发令，标志训练开始。以全组选手中，跑在最后一位选手抵达20米终点线的时间来计时。

4. 训练过程中，在选手跌倒时或者是绑腿带脱落的情况下，全部选手要按照裁判员的指示，退回到跌倒或是绑腿带脱落的地点，重新开始起跑。

三、训练用品

绑腿带（20厘米以内的松紧带）、护肘、护膝、终点保护垫（厚度不得少于50厘米）。

四、注意事项

4. 训练及比赛场地应以草地、木板地或塑胶地面为宜；

7. 在训练及比赛时为了预防运动员摔倒后被物品扎伤，之前应认真清理场地杂物。禁止运动员佩戴眼镜、随身佩戴胸针、钥匙、手机等坚硬物品； 8. 在训练及比赛时运动员要听从教练员哨声指挥，在集体跑动中一旦有人摔倒，教练员立即鸣哨全队停止跑动防止运动员受伤。

小学阳光体育活动总结篇三

这学期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，掀起全体师生健身运动的热潮，并取得了一些成绩。现将开展活动以来的一些工作总结如下：

教导处对照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。

教导处结合学校自身实际，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。

学校于20xx年11月1日在学校操场召开小学生运动会，运动会共包括田径项目比赛和小学生广播操展示。共有九个代表队，

114名运动员参加运动会，按甲乙丙丁组分别参与了60米、100米、200米、400米、1500米（女子800米）、跳远、急行跳远、跳高、铅球、垒球等10个单项以及4×100米，4×50米接力的比赛。有利的促进了学校阳光体育运动的开展并推向新的高潮。

为了扎实开展，有效推进，一如既往，持之以恒，我校把每天的大课间活动纳入了学校常规检查之中，对各班各区域学生的活动进行不间断地评估检查。一方面督察班主任在岗在位的情况，确保各班活动有组织有秩序有成效；另一方面能够发现成功洞察漏洞，确保学生活动期间的人生安全。

总之，通过活动，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。

20xx*年***月

小学阳光体育活动总结篇四

开展阳光体育活动，可以树立全民体育、天天锻炼、终身锻炼的意识。下面是本站小编整理小学阳光体育活动总结范文的范文，欢迎阅读！

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。

根据低中、高年级学生年龄特点，本着由小到大科学运动规律安排运动量的原则，精心策划，明确各阶段的活动内容及

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。

一、活动安排：

低中阶段：

活动组织者：各班班主任及配班老师

活动内容：拍球、跳绳、踢毽 跳绳、踢毽、垫上活动

活动地点：本校操场。

高阶阶段：

活动组织者：各班班主任及配班老师

活动内容：篮球、羽毛球

活动地点：排球场

二、积极组织，关注过程。

活动开始前5分钟，全体师生和着音乐的节奏，迈着矫健的步伐，开心地来到活动场地。

1、宣读倡议书。在“阳光体育”活动启动仪式上，校长蒋金英做了发言，要求全体师生人人参与、个个争先，营造生龙活虎、生气勃勃的校园体育氛围，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。

2、同做广播操。在优美的旋律中，全体学生共同做了一遍广

播体操《雏鹰起飞》，他们用整齐利索的动作向人们诠释了体育锻炼的纪律性、规范性。

3、分年级活动。按照事前划分好的区域，各年级学生在班主任老师的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、球类运动异彩纷呈、活泼身影跳跃奔腾生命的活力昭然于眼前。

由于本次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。此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，巩固了良好的团队精神，利于更好地开展教育教学工作。活动远远超出了预期的效果，自始至终都是沉浸在一片欢乐声中，得到了师生们的一致好评。当然，由于活动处于刚刚起步阶段，难免会存在一些问题，比如说：活动的过程中还需穿插更丰富的小游戏，同学们的投入还有所不够。对于本次活动中存在的不足，只有通过不断的积累和总结经验，相信能够在今后的活动中做的更好。

总之，通过这次活动，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。

为贯彻落实中央国务院关于开展阳光体育文物精神，切实提升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，我校在阳光体育冬季长跑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，由校长任组长，体育老师为副组长，班主任、其他任课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、校园网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1小时，健康工作50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，用教室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、正和现有资源，利用大课间开展以空竹项目进行锻炼，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，明确活动主题，用主题催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，推行阳光体育主题月活动，如冬季阳光长跑、冬季三项运动和拔河比赛等活动。通过活动，提高了锻炼质量，同时也拍养了学生的集体主义观念，提高了学生的合作能力。

总之，通过系列阳光体育活动，我校广大师生深深地体会到了“拥有健康才能拥有明天、热爱锻炼就是热爱生命”的内涵，进一步树立了全民体育、天天锻炼、终身锻炼的意识。阳光体育活动不仅有力地促进我校体育工作，为学生身心的健康发展，打下了良好的基础，而且极大地增强了学生团队协作意识，磨练了学生的意志，陶冶了学生的道德情操。

为了更好的贯彻落实全国学校体育工作会议精神，响应“全国亿万学生阳光体育运动”的号召，牢固树立“健康第一”、“以人为本”的指导思想，切实减轻学生过重的课业负担，全面推进素质教育，促进学生德、智、体、美全面发展。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。我校周密部署，统筹安排，积极树立“健康第一”的意识，创新比赛项目，取得了较好的效果，受到学生的欢迎，现将开展体育活动以来的情况简单总结如下。

一、领导重视，认真组织。

校领导高度重视阳光体育活动。为了搞好阳光体育活动，成立了阳光体育活动领导小组。校长曹艳霞为组长，成员有朱予成、曹红、张长征、张勇、翟霞、颜柯，全体班主任。形成了一把手亲自抓，分管领导具体抓，政教处、教导处与各年级联合，确保活动有序、安全。要求全体师生人人参与、个个争先，营造生龙活虎、生气勃勃的校园体育氛围，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。

二、开足、开齐各年级的体育课程。

开齐并上好体育课。充分发挥“主渠道”作用。把实施“2+1项目”中的体育项目融入新课改之中，以保证体育等课程有效教学为核心，充分发挥课堂教学这一“主渠道”的作用。禁止挤占体育课课程的时间给学生补习文化课。一学期来体育课堂正常有序，真正让学生得到锻炼的机会，提高了体育运动技能。

三、精心安排，内容丰富。

(一)大课间：

根据各年级学生年龄特点，本着由小到大科学运动规律安排运动量的原则，教导处协同体育组精心策划，明确各阶段大课间的活动内容、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。具体如下：

第一部分：

《七彩阳光》

各班安排一到两名领操员。通过广播操既锻炼了学生的综合素质和协调能力，又起到了热身的作用。

第二部分：

1. 技巧类：

滑板、轮滑、滚铁环。在相对比较空旷平整的地方练习。

呼啦圈、挂脚球、篮球、足球

跳绳：跳小绳、双人跳、跳大绳；

可以锻炼学生的身体柔韧度和节奏感。

踢毽子：个踢、对踢、集体踢；

2. 跳跃类：

包含立定跳远、单脚跳、双脚跳、青蛙跳、袋鼠跳、跳跳球等结合跳的游戏，有效的锻炼学生的跳跃能力，发展下肢力量。

3. 奔跑类：

包含接力跑、夹球跑、换物接力、跨越障碍接力等多种形式，充分发展学生的心肺功能。

4. 传统游戏类：

包含钓鱼、兔子舞、编花篮、贴膏药、跳房子等传统游戏项目，是学生喜闻乐见而又极富效率的健身项目。

组织形式

上午大课间：

(1)9：50-9：51校园集结号，集合准备。

负责人：曹红、颜轲、长征 练习：各班班主任和配班教师

(4)10：00-10：15分年级开展学校特色活动。(滑板、轮滑、滚铁环、挂脚球；推小车；跳绳：跳小绳、双人跳、跳大绳；踢毽子：个踢、对踢；呼啦圈；游戏：一、二年级跳圈接力、夹球跑等)

负责人：张永（音乐） 练习：各班班主任和配班教师

下午大课间：

(1) 3：25—3：30 校园集合乐曲，集合准备。

(2) 3：30—3：35 集体展示：校园集体舞

(3) 3：35—3：55 分年级开展学校特色活动。（滑板、轮滑、滚铁环、挂脚球；推小车；跳绳：跳小绳、双人跳、跳大绳；踢毽子：个踢、对踢；呼啦圈；游戏：一、二年级跳圈接力、夹球跑等）

负责人：张永

(4) 3：55—4：00 放松操、集合、整队带回。

负责人：（颜轲、长征、曹红、翟霞）

(二) 单项活动：

为丰富学生的课余文体生活，增强身体素质，全面展示“运动快乐健康”的阳光体育风采，“六一”国际儿童节到来之际，体育组举办了“跳大绳、跳绳、踢毽子”第五届校园体育健身比赛，以比赛促锻炼，让学生在完成运动的过程中，体验“我运动、我快乐、我健康”。比赛场地上，角逐激烈，精彩迭起，加油声一浪接一浪，不时响起一阵阵欢声笑语，处处充满着激动与欣喜，无论谁输谁赢，学生们都尽情的享受了一番快乐时光。此时此刻，学生们的脸上写满了喜悦和幸福，内心充满了欢乐与童趣。本届校园体育健身赛融趣味与健身为一体，磨练了学生的意志，培养了学生的团队精神。活动的开展展现了学生们的运动风采，让他们享受了运动的快乐，激发了全体学生参与运动的积极性，推进了学校全民健身运动的深入开展。

四、认真做好体育艺术“2+1”项目的认定工作。

学校成立由体育教师和班主任联合组成的“体育、艺术2+1项目”多个认定小组，根据教育部制定的《“2+1项目”体育与艺术技能标准》和学校实际，由学校在学期末安排时间进行认定，并将认定结果记入《学生综合素质报告单》和学生成长记录册。对学生一个阶段的锻炼成绩反馈给学生，以期在下阶段锻炼中再提高。技能标准力求简明易行，体现激励机制，鼓励学生积极参与，允许复评，努力达标。并鼓励学生通过课外体育活动、社会体育活动及家庭教育等多种方式，提高项目成绩。

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。今后我们将继续在市、区教育局的领导下，一定要将阳光体育运动持续深入开展下去，为我校的体育工作再上新台阶而努力工作！

小学阳光体育活动总结篇五

为了推动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，我校周密部署活动方案，统筹安排，积极树立“健康第一”的意识，创新比赛项目，取得了较好的效果，受到学生的欢迎，现将阳光体育冬季长跑活动总结如下。

校领导高度重视阳光体育活动。为了搞好阳光体育冬季长跑活动，学校组织成立了活动领导小组，校长任组长，分管校长任副组长，形成了一把手亲自抓，分管领导具体抓，体育组与各年级联动，确保活动有序、安全。活动前根据学生习惯积极安排活动内容，落实各项活动名称，力求影响深远，并规划活动场地，策划活动范围，确定活动时间，为响应启动活动做好充分准备。我校积极响应阳光体育运动的号召，认真组织学习，并按照通知要求，制定周密活动计划，吸引

广学生走向操场走进大自然，走到阳光下，积极参加体育锻炼。

学校根据各年级学生年龄特点，本着由小到大科学运动规律安排运动量的原则，体育组精心策划，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。

1. 一、二年级活动开展：拍球、传球、小游戏；
2. 三、四年级活动开展：跳绳、踢毽子、立定跳远；
3. 五、六年级活动开展：100米短跑、跳大绳、立定跳远、篮球、立定跳远等；

活动开始前5分钟，全体师生和着音乐的节奏，迈着矫健的步伐，开心地来到活动场地。

1. 同做广播操。在优美的旋律中，全体学生共同做了一遍广播体操，他们用整齐利索的动作向人们诠释了体育锻炼的纪律性、规范性。
2. 分年级活动。按照事前划分好的区域，各年级学生在体育老师、班主任的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、球类运动异彩纷呈、活泼身影跳跃奔腾生命的活力跃然于眼前。

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。