

健身运动总结(模板6篇)

当工作或学习进行到一定阶段或告一段落时，需要回过头来对所做的工作认真地分析研究一下，肯定成绩，找出问题，归纳出经验教训，提高认识，明确方向，以便进一步做好工作，并把这些用文字表述出来，就叫做总结。总结书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇总结呢？这里给大家分享一些最新的总结书范文，方便大家学习。

健身运动总结篇一

为了进一步贯彻实施《全民健身计划纲要》，掀起我社区全民健身运动的热潮，倡导健康、科学、文明的生活方式，提高人民群众的身体素质，经社区老年体协决定在全社区老年人范围内开展以“健身强体、太极拳汇演”为主题的全民健身活动。

在3月1日这一天在三角公园小广场举行太极拳汇演，包括24式太极拳、32式太极剑、42式太极剑、42式太极拳、陈式太极拳、陈式太极拳养生功、太极功夫扇、吴式太极拳等。让更多的周围居民也能了解、学习太极拳，从而达到全民健身的目的。

通过此次活动的开展达到了全面健身的目的，同时大力普及健身知识，在全社会倡导健康、有益、向上的生活方式。

健身运动总结篇二

今年是“国际体育运动年”，是《体育法》、《全民健身计划纲要》颁布实施十周年，又逢自治区成立50周年大庆。为倡导全新的全民健身理念，不断扩大体育人口，大力宣传全民健身的意义及宗旨，广泛开展形式多样的体育健身活动，提高广大村民健身的意识，营造区庆热流浓厚氛围，把20xx

年全民健身体育周办成隆重、热烈、精彩、简述、农牧民群众积极参与的一次大型全民健身活动，使村民能够充分认识到养成体育健身的习惯对提高身体素质的重要性，从而自觉加入到健身活动中去，我乡积极开展各项活动，现总结如下：

大力开展群众体育活动，是时代的需要，是国情的需要，也是广大人民群众迫切需求。我乡领导和责任部门努力抓好群众性的体育活动项目，积极引导健康向上的活动氛围。由于统一了思想，整合了我乡传统的体育活动项目，开展了健康向上的体育活动，使得体育周活动开展得有声有色。

根据上级精神，我乡及时制定了工作方案，并根据活动主题开展了各种系列活动，确保了活动团队、活动时间、活动内容、活动场地四落实，通过活动加大宣传力度，大力宣传《体育法》、《纲要》、《条例》的内容和健身日的要求，发放体育小知识宣传单1500份，积极组织了以村民和学生为主要参加者的五个阶段的体育健身活动，各项活动受到群众的热烈欢迎。

1、党委、政府高度重视 由乡党委成立的全民健身周活动领导小组牵头，召开全乡的专题工作会议，体现了乡党委、政府对村民身体健康的高度重视。各村、各校积极响应，纷纷结合各自特点制定健身计划，形成全民健身工作齐抓共管个新局面。

2、乡、村互动 从乡机关、站（所）到村委会、学校，健身周活动统一部署，统一行动。

3、活动在基层 健身活动完全贴近群众，在群众身边举行，在活动内容上，有拔河比赛、自行车比赛、足球篮球等球类比赛，适合村民和学生参与，并且都是群众喜闻乐见的健身项目。

4、计划有创新 今年的全民健身周活动，计划周密，内容丰

富，在组织形式上充分体现了社会体育社会办的新思路。

5、放眼未来，真抓实干，建立长效的活动机制 群众性的体育活动是提升国民身体素质的重要渠道，为了有效的开展此项工作，我们在今后的工作中将从以下两个方面开展好工作。

第一，提高对群众性体育活动的认识，把群众体育活动工作摆上重要的议事日程，积极开展丰富多彩、形式多样、生动活泼、科学文明的群众体育健身活动。

第二，按年、按季度、按团队、按部门开展好竞赛活动，参与组织好学校体育竞赛活动。逐步建立起长效活动与管理体制，使全民健身后活动既有一定的规模性，又有一定的群众性。

健身运动总结篇三

我县全面贯彻《全民健身计划》推动群众体育工作持续发展的一年，构建和谐社会的'关键之年，维护我县政治稳定、民族团结、宗教有序、社会和谐、人民安康这样一个安定团结的大好局面，充分占领体育文化阵地，达到推动普及、不断满足广大人民群众对体育文化的日益需求，让广大人民群众享受改革开放，体育健身带来的实惠。下面就全民健身活动，群众体育工作做总结。

一年来，我县体育工作在县政府全民健身小组的领导下，把全面健身计划列入政府工作日程，以“全民健身与奥运同行”为主题，取得了显著成绩，得到了上级体育主管部门和广大农村农民的认可，特别是通过市三运会，农民体育建设工程的贯彻实施，人民群众参与健身的意识不断增强，体育健身项目不断的到了普及。

一、8月8日全民健身日全面推动我县群众体育工作蓬勃发展。

我县8月8日“全民健身日”博大杯”大型文艺晚会的成功举行，文化体育融为一体，市三运会的号角吹响了万众欢乐促和谐，全民健身全民健身展风采的一系列体育活动，健身秧歌活动内容丰富，形式多样，突出特色，放大整体效益。参与活动大5000多人，观众达1万多人。

体育组织不断增强，新的体育健身项目在不断巩固，羽毛球项目城区内不断发扬广大。接受不少民用人士独办体育项目的健身热潮。自发体育组织在开始崛起。

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，大力推动了基层整体工作，取得了显著的成效，在全年工作中建立了老年人体育工作联系会制度，下发了《关于在新农村建设中加强老年人体育工作的意见》，重点开展了“老年体育科普年”活动、开展了一系列老年健身活动、体育展示活动。目前全县各种活动站点186个，门球队20个，会员200多人，太极拳、剑委员386人，文艺队30支800余人，花鸟联合会会员近百人，参加柔力球活动的人员达400人，乒乓球会员近200人，威风锣鼓队86人，参加老年人活动近五万多人，已形成了一支社会影响大的体育大军。

二、存在不足和困难

群众体育健身发展不平衡、思想不一致，经济欠发达，特别是农村基层的体育基础设施建设十分艰巨，虽然当前体育工作重在农村，基在农民，养在学子，但与各族群众的期望和实现的可能性之间存在较大的差距。

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，由于我县经济欠发达、广大群众生活水平不高，生活方式相对落后，体育健身意识不强，体育经费短缺，体育协会、团体不能充分发挥作用，全民健身工作只能在少部分单位，少部分个人参与，还不能

深入广大农村和社区，全县群众体育工作没有蓬勃发展起来，并掀起热潮。

健身运动总结篇四

20xx年8月8日是我国第xx个“全民健身日”，为了增强全民健身意识，养成良好的体育锻炼习惯□xx社区在街道领导的正确指导下，开展了一系列“全民健身日”活动，现将20xx年“全民健身日”活动开展情况总结如下：

为开展好xx社区“全民健身日”活动，成立了社区“全民健身日”活动工作领导小组，由社区书记任组长，副书记任副组长，太极队；秧歌队、舞蹈队等负责人为成员的领导小组，结合xx社区实际，制定了□xx社区20xx年“全民健身日”活动方案》唱响“全民健身，全民共享”活动主题。

1、为了进一步提高全民健身意识，帮助居民提高科学的健身观念，8月8日在xx社区文体活动室，组织社区居民开展一次以“每天健身一小时、快乐工作每一天”健身知识讲座。

2、为更好地推动社区全民健身活动的深入开展，促使社区居民积极参与各项全民健身活动，8月10日上午九点钟，社区以“全民健身，全民共享”为主题，组织社区居民举办一场“参与全民健身、展现活动。

3、想通过这种行动，使更多的青老年朋友走出家门，每天早上6—8点进行跳舞、健身操、太极拳、健身秧歌等项目的排练，作为全民健身宣传，营造全民健身的良好社会氛围。

通过经上系列活动的开展，充分调动了xx社区居民的参与热情和积极性，使群众在参与体育，感受快乐、享受生活中得到乐趣，在社区进一步掀起了全民健身活动的新热潮。

健身运动总结篇五

—社区庆祝全国第一个“全民健身日”暨全民健身节目大展示活动在县城—公园隆重举行。为了在全社会宣传“科学健身，全民健康”的生活理念，积极营造全民健身的良好氛围，科学指导群众性体育活动，促进全民健身在构建和谐社会与全面建设小康社会的积极作用，在县委、县政府的正确领导下，我县各级党政领导高度重视，周密部署，各系统、各部门、各单位积极行动、广泛宣传，把全国第二个“全民健身日”活动打造成了一项有创意、有影响、得人心的活动，全面展现了如东县贯彻实施《全民健身计划纲要》十五年来的群众体育工作所取得的成果，在全社区上下掀起了全民健身新高潮。

一、统筹谋划，精心组织

一是制定并印发了《—社区庆祝20—年全国第一个“全民健身日”活动暨全民健身节目大展示活动实施方案》，按照创新形式、突出特色、丰富内容、塑造品牌的工作思路，以坚持“有影响、有规模、有创意、有地方特色、群众喜闻乐见”为原则，是一项引导全县广大群众广泛开展全民健身活动的指导性文件。具有较强的引导性、特色性、操作性和持续性，群众喜闻乐见，依靠群众智慧挖掘如东健身文化内涵，弘扬民族精神和时代精神，营造健康和谐的社会人文环境。

二是印发了—[20—号《—体育局关于组织开展第一个“全民健身日”活动的通知》，为继续打造我县全民健身活动的品牌，使今年的“全民健身日”活动主题更突出，有所创新，并成立相相应的活动组织领导机构。充分发挥政府部门的主导作用，为掀起全民健身活动高潮提供了有力保证。

二、统领全局，全民参与

一是活动的主题鲜明突出。我县“全民健身日”活动的组织

开展与“迎海洽盛会，展示如东风采”等活动相结合，突出群众健身主题。集中8—9月两个月时间，通过组织开展影响广泛、特色鲜明、主题突出的大型示范活动和群众喜闻乐见、小型多样的休闲体育活动，在全社会形成崇尚健身、参与健身、追求健康文明生活方式的良好环境和氛围。

二是党政领导重视并直接指挥参与全民健身活动。县四套班子领导多次出席全县全民健身活动，出席了多个乡镇运动会的开幕式并作重要讲话，激发广大人民群众投身全民健身的热潮。县政府姜晓静副县长多次听取我局关于全民健身工作的汇报，并就今年全民健身工程建设及“全民健身日”活动安排等工作做出重要指示。

此外，不少镇区或部门领导多次集体出席和参加当地全民健身活动，特别是在全民健身日当天更是一次对人民群众的示范。

三是区域、行业互动，全县联动。《县体育局关于组织开展“全民健身日”活动的通知》下发后，县文明办、教育局、文化局、卫生局、广电局等唱响了“全民健身日”活动的序曲和主旋律。全县各镇(区)、开发区和各行业响应号召，开展了声势浩大、持续不断的全民健身活动。

其中，全县14个乡镇全部举办了全民健身运动会，县体育局举局一致，发动本系统所有干部职工、所有单项体协8月8日全部出动，为全县人民倾情奉献了一道丰盛的体育大餐。

四是活动内容丰富、形式多样。既有大型有示范带动作用的全县性活动，又有贴近生活、方便群众参与的体育健身展示、交流、比赛、辅导、培训等内容。在全县组织开展的全民健身活动中，项目即涉及篮球、羽毛球、乒乓球、足球等奥运项目，更多的是健身操、太极、腰鼓、健步走、台球、柔力球、轮滑、电子竞技、门球、象棋、毽球、钓鱼、抖空竹、秧歌、广播体操、街舞等全民健身项目。

活动形式有全-动会、社区邀请赛、千人舞会、全民健身展示及各类健身项目比赛、培训班等。在庆祝“全民健身日”期间，全县各种体育设施、场馆全部免费向群众开放，开展了“健康家庭大赛”等传统赛事。

五是围绕“全民健身日”开展全民健身系列活动，整个活动贯穿全年。今年以来，仅我局牵头组织的大型大赛活动有如东县第三届县级机关运动会，机关工委、教育、文化、卫生、工商、税务等部门开展的各种群众性体育赛事。

健身运动总结篇六

_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。

_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__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。

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“__老人学校”、“__艺术团”、“__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女职工参与登山活动、__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，__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，棋牌社2个社员达30多人，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多次，形成__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。

1、群众体育健身发展存在年龄断层，特别是__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，__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，我们一定要认真贯彻党的十九大精神，抓抢机遇，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。