

冬季长跑活动简报(大全7篇)

无论是身处学校还是步入社会，大家都尝试过写作吧，借助写作也可以提高我们的语言组织能力。那么我们该如何写一篇较为完美的范文呢？以下是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。

冬季长跑活动简报篇一

为全面贯彻落实《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》精神，动员广大青少年学生积极参加体育锻炼，使学生体质健康水平明显提高的工作目标，结合我校的实际情况，并以“我阳光、我运动；我健康、我快乐”为活动主题。于20xx年冬季对学生冬季长跑活动进行了具体的组织实施，并取得了初步成效，现将活动情况总结如下：

学校组织全体师生认真学习有关文件，成立了以刘文权校长为组长的阳光体育活动领导小组，制定了具体的活动方案。学校提出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“健康第一，强身健体”为目标，与体育课教学、课外体育活动相结合，保证学生每天锻炼一小时，形成良好的体育锻炼习惯，通过开展阳光体育运动，推动健康促进学校的创建工作，切实提高学生的体质健康水平。

通过每年举行冬季长跑活动启动仪式，通过国旗下讲话、校园广播“心灵驿站”站的宣传，学校德育画廊周刊以及各班的黑板报的宣传。使我校提出的“我阳光、我健康；我运动、我快乐”，“强身健体、立志成材”，“跑步使生命充满活力，人生因体育勃发生机”，“以人的健康为本”等口号深入每一个同学的心中，以开展阳光体育运动来提高学生的身体素质，让学生走出教室、走向操场、跑在阳光下，积极参加体育锻炼。

在学校阳光体育活动领导小组的指导下，年级组、体育老师认真组织，积极实施，在全体班主任会议上，布置了阳光体育冬季长跑活动的具体内容：

- (1) 各班每周利用三节体育课完成3000m长跑；
- (2) 各班每周利用两次统一组织的课外活动完成20xxm长跑；
- (3) 各班每周自行组织完成1500m长跑；
- (4) 节假日、寒假期间学生自行安排时间坚持每天跑完1500m□

这种安排，既有学校的统一组织，又有各班或学生的自主选择，浓厚了全民健身运动的氛围，凸显了我校实施方案中提出的“我阳光，我健康；我运动，我快乐”的主题。经过一年的阳光体育冬季长跑活动的组织实施，我校冬季长跑活动已初见成效，学生跑步技术动作越来越规范，体质也有了明显提高。每年全校学生中长跑成绩与上一年同期相比都有不同程度的提高。据班主任和任课老师反映，自开展冬季长跑活动以来，学生患伤风感冒少了，上课精神更加饱满了，这充分说明我校的阳光体育冬季长跑活动已经取得了显著效果。

总之，阳光体育冬季长跑活动，我校给予了高度重视，并认真组织，效果显著。但是，活动的开展距离上级的要求，距离我们的目标还有差距。为此，我校将把这项事关学生体质健康的活动坚持不懈地开展下去。让每一位学生都注入快乐体育的全新理念，确立合作、竞争、快乐、主动、健康发展的体育观。

冬季长跑活动简报篇二

为深入贯彻落实《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》，动员学校全体师生积极参加体育锻炼，

以健康的体魄努力实现中学生体质健康水平明显提高的工作目标。学校根据《商南县阳光体育冬季长跑活动实施方案》文件精神，紧紧围绕“阳光体育与祖国同行”的活动主题，开展了形式多样的群体性体育活动，营造了师生热爱体育、崇尚运动、健康向上的氛围，有力促进了学校体育工作持续健康发展，进一步掀起了阳光体育运动的高潮。

1、接到文件后，校长立即组织召开校委会，成立以副校长为组长的活动领导小组，全面安排部署我校的阳光体育冬季长跑活动。

2、教导处制订了《阳光体育冬季长跑活动实施方案》。在方案中明确了分工，夯实了责任，使整个活动顺利有序进行，取得较好的效果。

3、举行了城关初中冬季长跑启动仪式。启动仪式上校长做了动员讲话，让全体师生知道了活动的意义要求及达到的目标。

1、学校安排三名体育教师为冬季长跑活动的指导教师。具体分工为陈益福负责指导初三年级，张海峰负责指导初二年级，李平负责指导初一年级，从而让学生科学的参与锻炼。

2、召开班主任会，建立活动的长效机制。在班主任会上明确了班主任是活动的具体负责人。学校要求在校时间每天以班为单位组织，节假日学生自觉坚持长跑，各班建立记录和活动档案，确保完成长跑180公里的里程。

3、认真上好“三操”，积极开展课外体育活动。学校坚持学生每天早晨上30分钟早操，中午30分钟大课间体育活动，下午10分钟的眼保健操和60分钟的课外体育活动。在课外活动除长跑外，体音美教研组还安排了学生篮球赛、乒乓球赛、羽毛球赛、跳绳比赛、拔河比赛、障碍赛等丰富多彩的活动，使冬季长跑活动与课外活动有机结合起来，相得益彰，相互促进。

冬季长跑活动简报篇三

为贯彻落实保定市教育局、体育局、共青团保定市委局《关于开展第五届全是青少年学生阳光体育运动冬季长跑活动的通知》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：

成立了以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，按照全镇的统一部署，制定具体实施方案，组织本校学生阳光体育运动的实施。

组长：周永利 副组长：聂宏志

成员：刘桂生 王少静 井虎 魏威 李士娇 薛燕 各教学点负责人

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、是把开展阳光体育运动与《学生体质健康达标》测试相结合，按照有关要求建立《学生体质健康标准》测试报告书制度，并把测试报告书作为学生成长记录或学生素质报告书的重要内容。

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计划，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。

学校体育组不仅重视校内开展“阳光长跑活动”，而且与家长联系动员学生在节假日照常完成每天规定的跑量。做到“阳光长跑活动”日积月累、持之以恒，让长跑活动对提

高学生体质状态及健康水平，产生有效作用。从20xx年11月8日起至20xx年4月中旬，我校五年级学生长跑情况汇总如下：要求五年级学生每天跑步的基数为1000米，到20xx年4月中旬完成120公里的总路程。并且要求各班每天作好每生跑步的记录，然后汇总。另外，还要求学生就冬季长跑活动写好体验和感受。目前，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。营造了人人参与，个个争先、生龙活虎、朝气蓬勃的校园体育氛围，让学生在各种各样的体育活动中释放青春与朝气，感受体育的永恒与魅力，体会体育的美丽与快乐。

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。在活动开展中我们还注重挖掘特色，树立典型，推广经验，引导学生在开展活动的同时，注意活动的后续宣传，鼓励班级积极写好心得体会，上传学校开展活动的图片资料，引导学生写长跑日记，与其他班级或学校学生分享长跑体验。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，通过本次“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，参加阳光体育活动，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！

冬季长跑活动简报篇四

为贯彻落实中央国务院关于开展阳光体育文件精神，切实提升我校学生的体育文化素养和身体健康水平，我校在阳光体育冬季长跑活动中开展了扎实有效的工作，成效显著，具体

做法如下：

我校成立了阳光体育冬季长跑领导小组，由校长任组长，副组长，各班主任和体育教师为成员。组长、副组长负责组织协调全校学生阳光体育运动的开展，共同协商规划适合我校学生冬季长跑的时间、地点，并把此项工作具体落实到每天负责的领导和个人，做到了学生每天参加长跑活动时，有校领导在场协调统一指挥，有班主任、任课教师、体育教师参与组织活动，让孩子们能愉快安全地参与活动，感受活动的快乐！

我校充分利用宣传栏、校会、班报宣传等阵地，加大宣传力度，广泛地传播健康理念，在以“阳光体育绿色公益长跑”为主题，使得“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，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。

我校根据文件统一部署，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、把开展阳光体育冬季长跑运动与《学生体质健康达准》测试相结合。结合阳光体育冬季长跑运动，把每一天的体育课和课外活动合理组织和安排锻炼内容。由此一来，我校每年的《学生体质健康达准》测试都落实的很好，优秀率和及格率不断提高，达到了国家规定的学生体质健康标准。

2、把开展阳光体育冬季长跑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，并开展阳光体育冬季长跑“优胜班级”的评选活动。

3、把开展阳光体育冬季长跑运动与课外体育活动相结合，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。在每天课外活动学生长跑过程中由体育教师具体技术指挥，合理安排跑的线路和方法，五到六年级全体参与，利用上午和下午大课间时间，围着教室和操场，每天由各班班主任亲自领跑带队，控制好学生跑的秩序和速度，做到每天学生长跑活动安全有序。每天坚持跑步不少于800米。而且做好班级日志，由各班班长组成检查小组组织检查，并每天做好统计。

冬季长跑活动简报篇五

为了认真贯彻落实《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》《学校体育工作条例》《学生体质健康标准》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活动的通知》文件要求，弘扬奥运精神，积极实施学生集体锻炼一小时活动，幸福快乐一整天。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，养成终身自觉参加锻炼的习惯。我校积极开展了冬季“阳光体育与祖国同行”长跑活动和丰富多彩的校园阳光体育系列活动。

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“阳光体育冬季长跑活动”的组织和实施。

1、成立了“活动”领导小组。不仅有安校长为首的校级领导小组，各班级都设立了领导小组。

2、根据全校现状以及全体学生的实际情况，统一部署，制定了学校“活动”方案。

3、各班分别制定了具体的实施方案。

全校形成了一把手亲自抓、分管领导具体抓，体育组与各班联手管理实施，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冬季长跑活动为契机，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，切实提高体质健康水平。

1、各年级在12月28日早晨举行了隆重的启动仪式。班主任代表作了充满激情的发言，强调了这一活动的重大意义。

2、各班级对校园阳光体育冬季长跑活动的目的意义、理念等相关知识进行了解和讨论。

3、“如果你想聪明，跑步吧！如果你想健康，跑步吧！”“达标争优，强健体魄”“我运动。我健康。我快乐”等名言警句、标语口号深入每一个同学的心中，激励着每一个学生锻炼身体，增强体质。

冬季长跑活动简报篇六

活动目的：增强同学体质，丰富课余生活。活动时间□20xx年12月24日下午。活动地点：青岛大学中心校区体育场。活动总结：

经过一场场激烈的奋战校长跑比赛终于在12月24号下午尘埃落定，在这次比赛里我们旅院学子发挥了积极参与、不怕辛苦、团结合作顽强奋斗的精神，完美的诠释了我们旅游学院坚强勇敢的精神风貌。

这次比赛我们积极参与。大一大二男女共20位同学参与了此次比赛。比赛中运动员不畏严寒轻装上阵。各位同学积极进取，敢于拼搏，配合默契。展现了我们旅游学院的精神风貌。选手们和工作人员们不怕辛苦。长跑当天青岛迎来了第一场

雪，但参与人员并没有抱怨与胆怯，还是比较及时的赶到了赛场，并进行了赛前的准备。

后勤人员（体育部）服务周到体贴。宣传部制作了漂亮的胸牌。学生会给予了大力支持。

此次活动，丰富了校园文化，同学们加强了锻炼，提高了身体素质，培养了同学们的团结和竞争意识。

但是，我们工作依然存在问题。面对寒冷天气，后勤保障不足，没有准备紧急药箱。东校区大一新生迟到。这些问题在以后的活动要尽量避免。要做好活动的紧急情况预案。总之，此次活动圆满结束。我们相信，在此后的活动中，我们会做的更好。

冬季长跑活动简报篇七

为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。我校在新学期的就制定了活动方案，进行了统筹安排，启动了“阳光体育运动”。回顾过去我们主要做了以下工作：

- 1、统一思想，高度重视；
- 2、精心安排，有序组织；
- 3、关注过程，加强考评。

我校在开学的教师全会上就组织学习了《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》和教育部国家体育总局《关于进一步加强学校体育工作，切实提高学生健康素质的意见》的主要精神，以江油市教育局《关于认真落实

《学生每天1小时体育活动的通知》精神，明确认识到：学生的健康是每个学生成长的基本条件，关系到民族的未来和国家的发展。成立了活动领导小组。车孝华校长任组长，副校长李谦任副组长，中层领导和体育教研组长为主要组织者，形成了一把手亲自抓，分管领导具体抓，体育组与各阶段联动，确保活动有序、安全。

我们的活动主题是我运动我健康我快乐

我们构建的模式是学校腰鼓舞、集体校园舞、班级特色活动三位一体我们具体操作的内容有

- 1、按新课程标准开足上齐体育课。
- 2、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。
- 3、实行“大课间”的体育活动课制度，按班级划分活动区域，进行丰富多彩的文体活动，包括跳绳、踢毽、打球、跑步、韵律操、丢沙包、做游戏等。学校为各班配备了一定数量的体育运动器材。
- 4、学校组建腰鼓队，形成全校活动特色；继续组建并扩大校级舞蹈队，在选材上做到集传统与现代特色，符合儿童年龄特点。
- 5、以班级为单位，每班组建体育特长活动小组，如：跳绳、踢毽子、乒乓球队、棋队等。
- 6、全面实施《学生体质健康标准》。让每个学生都参加，并努力达到及格以上。学校把此项工作作为今后一个时期学校体育的重点工作，建立健全《学生体质健康标准》工作管理运行机制，建立岗位责任制，实行奖励机制。

在“阳光体育”活动启动仪式上，校长车孝华作了发言，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。

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。

由于活动的策划和安排比较周详，落实较好，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。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。