

2024年冬季长跑活动总结（20篇）

1. 2024年冬季长跑活动总结 篇一

我班开展了冬季长跑活动，我班还成立了活动领导小组，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，领导小组按职责进行了分工，使活动的各项工作做到了有人负责组织、有人抓落实，并落实层层责任制。现将活动开展情况总结如下：

一、制定活动方案

为确保活动顺利开展，既切合学生的实际，又能充分激发广大学生参与的积极性，根据要求，我班讨论确定开展活动的内容和形式，制定了冬季长跑活动的实施方案建立长效的活动机制。

二、活动有声有色

自冬季长跑活动启动以来，得到了全体学生的积极响应和广泛参与。学校发放《20xx年寒假致家长一封信》，对冬季长跑活动提出了明确要求，倡导家人与学生一起长跑锻炼身体，营造健康和谐的家庭氛围，使“每天锻炼一小时，健康生活一辈子”的理念转化为良好的生活习惯。

三、活动持续有效

冬季长跑活动已先后持续了数月，取得了一定的成效。但是，还存在一些问题和不足。我们将严格按照有关要求，进一步采取切实有效措施，以新的思路、新的观念和新的举措，坚持开展好此项活动，确保活动持续有效。

2. 2024 年冬季长跑活动总结 篇二

为贯彻落实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养和身体健康水平，我校在 20xx 年 11 月 1 日上午 9:40 举行了阳光体育冬季长跑启动仪式。自学校举行长跑以来，全体师生积极投入，开创了临沂第三十二中学阳光体育冬季长跑的新局面。现在第 xx 届阳光体育冬季长跑活动已经暂时告一段落了，回顾这 xx 届阳光体育与祖国同行冬季长跑活动，我们学校在以下几个方面取得了一定的成绩，现总结如下：

一、领导重视，部署周密。

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，我校领导高度重视，成立了以常振涛校长为组长，付纪锋、刘月民副校长为副组长，各年级主任、班主任、全体体育教师为组员的领导小组，制定了《临沂第三十二中学阳光体育冬季长跑活动方案》。把全校的阳光体育冬季长跑运动列入了议事日程，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，扎实有效的开展工作。

二、加大宣传，营造氛围。

我校充分利用宣传栏、校园网、校报宣传等阵地，在校园内悬挂宣传标语，加大宣传力度，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，同时在组织冬季长跑活动时间播放《阳光体育之歌》，音乐教师、体育教师组织学生在音乐课、体育课上学唱，让《阳光体育之歌》在校园传唱，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。同时引导学生在开展活动的同时，注意活动的后续宣传，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，磨练学生意志品质，培养集体主义情感，提升学生耐力素质，促进学生全面发展的活动目标。

三、精心谋划、狠抓落实、安全实效。

1、我校把初一、初二、初三学生（指能从事各项体育锻炼活动，发育健全、身体健康的学生）及全校教职员工，作为实施对象。时间安排是：初一、初二年级下午第二节课后课间进行，初三年级在课外活动时间进行，每天每人长跑按标准实施。各班一律四路纵队，班主任在后，体育委员带队。要求集体齐跑，不得乱跑。教育处负责检查评比。

2、注意事项：

(1)注重安全教育和体育卫生教育，按顺序开始跑步。

(2)班级之间应间隔有一定的距离，学生严禁说话、打闹，推、挤、撞等现象发生。

(3)在跑步过程中每个学生应听从教师和体育委员的口令指挥，要求队伍整齐，步调一致。

(4)班主任要做好学生身体素质情况的调查，对因身体原因而不能参加长跑的学生，班主任应做好工作，并安排好该学生的活动。

(5)各班级要重视学生的安全教育与安全工作，体育组要制定科学合理、循序渐进的长跑计划，加强长跑活动的技术指导。

(6)

学校具体布置各班级做好每日长跑活动情况记录，向各年级每一位学生发放了《阳光体育冬季长跑活动记录表》，每天登记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，激发同学们参与长跑活动的热情。在阳光体育冬季长跑活动结束后，统计每个同学冬季长跑的总里程。

3、学校将阳光体育冬季长跑运动与体育课《国家学生体质健康达标》测试相结合，认真实施《国家学生体质健康标准》，做好测试数据的采集和报送工作，确保报送数据的真实性、有效性和及时性。同时，将数据汇总、分析，采取措施，不断提高学生体质健康水平。学校还将阳光体育冬季长跑运动与课外体育活动相结合，实施学生素质拓展训练，广泛组织学生体育单项竞赛促进活动的深入开展。

四、丰硕的成绩

本次阳光体育冬季长跑活动由于措施得力，工作扎实，在本次活动中，从未出现安全事故。同时由于活动的开展，使我校的群体活动得到了空前的提高，我校《国家学生体质健康标准》及格率达到95%以上；在今年的中考体育测试中我校学生的满分率在70%左右；在县级以上各类体育比赛中名列前茅；更为显现的成绩是学生的整体素质有了较大的提高，原来升旗仪式学生晕倒的现象没有了。虽然本届阳光体育冬季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、课外活动等形式继续坚持带领同学们每天积极锻炼一小时。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！

3. 2024年冬季长跑活动总结 篇三

为全面贯彻落实教育部、国家体育总局、共青团中央联合发出的“全国亿万学生阳光体育冬季长跑活动”的通知精神，动员广大青少年学生积极参加体育锻炼，大力弘扬奥林匹克精神，提高我校学生的综合素质，以健康第一为宗旨，面向全体学生，通过丰富多彩的团体体育活动，激发学生的运动兴趣，营造浓厚的学校群体性体育文化氛围，培养学生的协作能力，健身意识、集体主义精神，树立良好的道德风

尚，引导和促进学生全面健康发展。根据省市区教育局的安排部署，结合本校创建健康促进学校的实际情况，在此次阳光体育冬季长跑活动中我校以“热爱生命，享受运动！”为主题，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、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；xxxx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。

4. 2024 年冬季长跑活动总结 篇四

为全面贯彻落实《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，学校组织高年級的全体学生参加了“阳光体育冬季长跑”健身活动。今年是我校开展冬季长跑活动的第二年，“阳光体育冬季长跑”已成为了我校的常规性体育活动。总得来看，活动开展得比去年更有声色，具体表现在：

一、活动时效

教务处参照去年开展冬季长跑活动的时间节点，在 11 月份就一边着手准备一边等教育局相关活动通知，在教育局的发令枪迟迟不响的情况下，我们果断“抢跑”，在 12 月份启动长跑活动，早于上级文件通知近一个月的时间，赶上了全国长跑活动的节奏，使长跑活动在时间上和效果上得到保证。

二、精心组织

本次冬季长跑活动从形式上切实把冬季长跑运动与保证学生每天锻炼一小时活动结合起来，利用体育课、大课间活动组织学生在校园开展长跑，创建班级“阳光体育公益林”以跑步里程换“树苗”激励学生在课外、在节假日和寒假期间自觉坚持长跑锻炼。在大课间长跑组织上，做到了“师资”、“场地”、“安全”三到位，“人员”、“里程”、“时间”三落实，由体育老师、各班主任及配班老师带领本班同学伴随着催人奋进的跑步曲、群情激昂地奔跑着，让原本枯燥的长跑平添了几份乐趣和激励。

三、师生积极参与

今年的大课间长跑为做到安全有序增加了领跑老师的人数，整个活动期间安排到各班的人员不管是体育老师、还是班主任老师，还是配班老师都有极强的纪律性和责任心，出勤到岗率接近 100%，此外不少没有任务的老师也主动参与到长跑中来，给孩子们做出了榜样。在此向组织和参与活动的老师们表示感谢。在老师的带动和激励下各班同学的参与热情很高，跑步的队伍整齐了许多，中途掉队的同学少了许多，校外坚持自觉长跑的同学也增加了许多。

活动中涌现出了一批组织有序、纪律严明、精神风貌良好的班级以及表现积极的同学。教务处根据每次长跑时学生值周干部的打分+各班“阳光体育公益林”得分+学生长跑活动记录及上交情况进行了总评。

5. 2024 年冬季长跑活动总结 篇五

为全面贯彻落实教育部、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运动的通知》精神和教育局文件精神，大力弘扬奥林匹克精神，提高学生的综合素质，让每个同学都能运动起来。我班在学校德育处的领导下于 20xx 年 10 月到 20xx 年 3 月期间开展了阳光体育学生冬季长跑活动。现将活动开展情况总结如下：

一、结合实际，因地制宜，制定方案。

为确保活动顺利开展，既切合学校的实际，又能充分激发班上学生参与的积极性，使活动真正取得实效，我要求学生在学校组织的冬季长跑活动中积极参与，认真跑步；此外，我还要求学生在放学回家和早晨来校的路途中尽量用跑步和走路两种方式交替进行，让学生更多地参与到跑步当中来。并且利用寒假开展“小手拉大手”活动，倡导家人与学生一起长跑锻炼身体，营造健康和谐的家庭氛围，使“每天锻炼一小时，健康生活一辈子”的理念转化为良好的生活习惯。

二、加强督促，活动持续有效。

为确保活动顺利开展，我认真组织班上学生进行长跑活动，要求每个学生必须参加，在跑步时要求步调一致，不能忽快忽慢，不能讲话，班级队列要做到整齐划一，横平、竖直，口号要整齐洪亮。并安排班干部监督班上学生跑步情况，对表现不好的学生要求及时纠正。当然，我也是始终跑在班级队伍前面，起到了带头示范的作用。久而久之，绝大多数学生都能养成良好的跑步习惯，锻炼了他们的身体。

三、常抓不懈、持之以恒。

现在，学生阳光体育活动成为推进素质教育的突破口。通过阳光体育活动使我班学生的长跑能力提高了一个层次，身体素质也得到明显改善。它不仅培养了学生的组织性和集体精神，而且还使他们形成了互相激励、自学奋进的好习惯。

我校开展了这个活动，使“我运动，我健康，我快乐”的理念深入人心，使得学生的精神面貌有所改变，增强了班级的凝聚力，增强了班与班之间的友谊，体育锻炼的氛围也有所加强，让班上学生深刻地认识到了提高自身素质是一项“长久之计”。

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 xx 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：

一、领导重视，部署周密

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：__

副组长：__

成员：__、__、__、__

二、加大宣传，营造氛围

我校充分利用宣传栏、校园广播站、班报等阵地，在校园内悬挂宣传标语，加大宣传力度，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，

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。

2、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，并保证每个学生要达到 1000 米以上长跑距离。并开展阳光体育冬季长跑“优胜班级”“长跑活动”的评选活动、

3、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。

四、日积月累、持之以恒

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。

五、积累经验、巩固实效

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！

7. 2024 年冬季长跑活动总结 篇七

为全面落实学校关于冬季长跑活动的要求，提升学生的体育文化素养和身体健康水平，我校在冬季长跑活动中开展了一系列有效的工作，现将相关工作总结如下：

一、成立领导小组，领导重视

我校高度重视此项工作，成立了冬季长跑领导小组，组长姚晓俊，副组长龚乾，各班主任和体育教师为成员。组长负责组织协调全校学生冬季长跑运动的开展。工作按照统一部署，制定具体措施，组织本校学生进行冬季长跑。同时，学校还把推动全校的阳光体育冬季长跑运动列入了议事日程，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。

二、做好宣传工作，营造氛围

学校充分利用宣传栏、广播等宣传手段，在校园内书写宣传标语，加大宣传力度，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，利用校园广播在早晨、大课间及下午的锻炼时间，轮流播放体育运动歌曲，用歌声营造体育运动的氛围，使阳光体育冬季长跑运动人人皆知、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、师生全员参与，持之以恒

学校从一到六年级全部参与，12 年级由班主任老师带队，每天坚持 500 米，36 年级，每天坚持 800 米。而且做好班级日志，由教务处组织检查。节假日，由学生自己就地坚持，

回校后写心得体会，统计长跑里程。

四、加强过程监管，狠抓落实

学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《学生体质健康标准》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。

2、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要达到 800 米以上长跑距离。

3、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。

五、不断总结经验，巩固实效

学校将“阳光体育冬季长跑”

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，磨练学生意志品质，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，全体师生形成了“健康生活”的理念，学校掀起了阳光体育运动的热潮。

8. 2024 年冬季长跑活动总结 篇八

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。

一、把开展阳光体育冬季长跑运动与《学生体质健康达标》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《学生体质健康达标》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。

二、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。

三、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。

我校将“阳光体育”与相关校园体育文化结合，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，磨练学生意志品质，培养集体主义情感，提升学生耐力素质，促进学生全面发展的活动目标。

9. 2024 年冬季长跑活动总结 篇九

为贯彻落实共青团中央、教育部、国家体育总局关于全面启动全国亿万学生阳光体育运动的有关部署，切实提升学生的体育文化素养和身体健康水平，自 20xx 年 12 月 7 日开始至 20xx 年 4 月，我校参加全国亿万学生阳光体育运动冬季长跑活动，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

学校领导高度重视“全国亿万学生阳光体育运动”活动，成立了学校“全国亿万学生阳光体育运动”领导小组，负责组织协调学生阳光体育运动的开展，按照上级的统一部署，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运动活动列入了议事日程，根据学校及地区特点，积极推进此项工作，并将责任具体落实到人，扎实的开展工作。

二、加大宣传，营造氛围

指导学校体育组利用宣传栏、校园网、广播、校报宣传等阵地，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，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、狠抓落实指导班级统一部署，结合实际，制定活动的具体方案，并认真组织实施，做到师生共同参与。

（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中小学生学习成长记录或中小学生学习素质报告书的重要内容。

（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，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有一个小时的锻炼时间。

（三）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。

四、积累经验、巩固实效

结合自身工作实际，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，取得了一定成效。

在活动开展中注重挖掘特色，树立典型，推广经验，在开展活动的同时，注意活动的后续宣传，引导学生写长跑日记，与其他班级学生分享长跑体验。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，磨炼青少年意志品质，培养集体主义情感，提升青少年耐力素质，促进青少年全面发展的活动目标。

通过“阳光体育冬季长跑活动”的深入开展，能够让学生深刻地认识到提高青少年体质是一项“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！

10. 2024 年冬季长跑活动总结 篇十

在今天激动人心的日子，“阳光体育与奥运同行”冬季长跑活动将要落下帷幕。

在这次活动中，无论刮风下雨、冰雪严寒，都没有阻挡我们的步伐，因为我们知道冬天只能冻住土地，却冻不住生命。冬天严峻冷酷只是对向那些懦弱灵魂与猥琐生命，而对于我们坚韧意志和顽强精神，却给予无私锤炼。跑步，他强健了我们的体魄、培养了我们坚韧的毅力和拼搏的精神，它帮助同学们在运动中学会了如何相互帮助、支持、鼓励和合

作，学会了尊重与理解、学会了如何克服困难。

尊敬的家长、老师，我谨代表参加阳光体育长跑的同学，向始终给我们鼓励和支持的各位家长表示衷心感谢，是你们给了我们力量，鼓舞了我们的斗志，增强了我们克服困难的勇气！感谢老师无论工作多么繁忙，每天都坚持带领我们长跑，成为师生交流的另一种平台。同学们，虽然这次阳光体育冬季长跑活动结束了，但我想，这只是万里长征的第一步，我们还会把这样的长跑活动坚持下去，同学们：你想变得健康吗？你就跑步吧！你想变得美丽吗？你就跑步吧！你想变得聪明吗？你就跑步吧！

我校开展了冬季长跑活动，现将活动开展情况总结如下：

一、加强组织领导

我校成立了活动领导小组，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，领导小组按职责进行了分工，使活动的各项工作做到了有人负责组织、有人抓落实，并落实层层责任制。

二、制定活动方案

为确保活动顺利开展，既切合学校的实际，又能充分激发广大学生参与的积极性，根据要求，我校及时召开各有关部门负责人参加的动员会，征求意见，讨论确定开展活动

的内容和形式，制定了冬季长跑活动的实施方案建立长效的活动机制。

三、活动有声有色

自冬季长跑活动启动以来，得到了学校广大师生的积极响应和广泛参与。学校发放《20xx年寒假致家长一封信》，对冬季长跑活动提出了明确要求，倡导家人与学生一起长跑锻炼身体，营造健康和谐的家庭氛围，使“每天锻炼一小时，健康生活一辈子”的理念转化为良好的生活习惯。

四、活动持续有效

冬季长跑活动已先后持续了两个多月，取得了一定的成效。整个活动进行了总结，评选出了冬季长跑活动优胜班级”、“冬季长跑活动优秀班主任”、“冬季长跑活动优秀体育教师”等奖项，并对下阶段学校体育工作进行了安排部署。但是，还存在一些问题和不足。我校将严格按照有关要求，进一步采取切实有效措施，成立督导组，以新的思路、新的观念和新的举措，坚持开展好此项活动，确保活动持续有效。

为全面贯彻落实教育部、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运动的通知》精神和教育局文件精神，大力弘扬奥林匹克精神，提高我校学生的综合素质，以健康第一为宗旨，面向全体学生，通过丰富多彩的团体体育活动，激发学生的运动兴趣，营造浓厚的群体学校的体育文化氛围，培养学生的协作能力，健身意识、集体主义精神，树立良好的道德风尚，引导和促进学生健康的全面发展。我校开展了阳光体育冬季长跑运动活动，现将活动总结如下：

一、认真组织，提高认识

校领导高度重视本次活动。为了搞好本次活动，组织老师座谈听取建议并成立了活动领导小组。校长马国义任组长，各科任教师为组员。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。活动前根据学生习惯积极安排活动内容，落实活动名称，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，为活动做好准备。

二、结合实际，因地制宜，制定方案

为确保活动顺利开展，既切合高、中、低年级参与的积极性，使活动真正取得实效，制定了“阳光体育与奥运同行”

长跑活动方案。

三、精心安排，丰富内容

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。

如要下载或阅读全文，请访问：

<https://d.book118.com/768104005050007001>