

健美操社团学期总结 (精选3篇)

篇1：健美操社团学期总结

时间过得真快，转眼又到期末了。这学期我们健美操协会的工作已经结束。健美操协会在本学期正式成立，健美操协会由一名会长，三名副会长组成。新学期招新，经过我协会的精彩表演和出色的介绍，由于设施条件有限，我们协会的会员只招了109个。我们把所有的会员分成三个组，三个副会长各带一组，每个副会长负责教本组会员的健美操套路以及各种健美健身的知识。

今年我协会贯穿了“舞动奇迹，跳出自我”这个主题，我们希望加入我们协会的每一个会员都能开开心心地跳每一套操，快快乐乐地度过每一次活动，给我们学院的文化生活增添色彩！当然，快乐是很平常的事，但要做到每一个也并不是一件容易的事。所以我们给会员教了许多健美操的基本步伐，这可以算是基础性练习，也是基本操化练习，也为健美操的套路打下基础。时而也教些竞技健美操的难度动作，这也显得更有另一番风格。我发现健美操它能够帮助大家身心养性、缓解学习压力、放松心情等作用，最重要的是，它能提升人的自信心，达到快乐、放松的心情。所以我认为让健美操在我们学院里达到普及是很有必要的！

本学期中，每个会员的表现都很不错，虽然有迟到早退旷课现象，不过留下来的成员都能认真的学动作，努力的练素质。虽然我们没有理想的设备，但大家还是充满激情的去学习。很多会员有着一种强大的吃苦耐劳精神，这种精神永远是值得大家学习的！当然，个别会员在这方面还有待加强！我知道我们都还存在着某方面的问题，但我们会吸取大家的建议与教诲，争做更好！

在这学期，我协会也参加了新生文化艺术节、青春风健美操比赛等多次精彩演出。值得骄傲的是我们在全院性健美操比赛的表演中荣获一等奖！这都是大家齐心协力，共同努力的成果。下学期我们还要排出更高质量的节目！本学期我们协会还进行了，以“打造精品啦啦操队”为主题的选拔。虽然我们场地的布置是简单的，但不会因此减少大家的积极性。

一学期过得是如此的快。处于成长时期的健美操协会也正向着成熟和壮大迈进。我们有理由相信，在健美操协会未来的征程上，我们必定会走出自己的特色和风采。我们要使健美操文化在大学校园文化建设中担当一个重要的角色。

篇2：健美操社团学期总结

时光飞逝，转眼又是一季，即将迎来一个崭新的学年。在过去的一年里我们协会圆满完成各项任务，取得了许多成果，尤其是在配合学院领导的指示下经过多次选拔组建了一支学院的啦啦队，这给我们协会提供了一股强大的支撑力量。因此，在下一学期，我们也制定新的计划。

一、首先吸纳会员：

我们协会正处于成熟发展阶段，因此我们现在最需要的是为协会提供新鲜的血液，培养并延续他们对健美操的兴趣和热情，作我们的后盾力量，这就充分要求有更多的同学加入进来。所以在开学初期，我们必须大力宣传，通过张贴海报标语和拉横幅等方式。无论在成立之初还是以后我们都会写一些能够激励同学健身所带来的好处的标语和口号。还可以通过我们现有的优秀社员在客流量比较大的时候开展示范活动，有了他们的了解一定会让更多的同学心动并加入我们的团队中来。招新工作的开展，社团将会有一批优秀人才，我们将培养一批新干部以及接班人，为以后社团的交接工作做好准备。

二、会员的训练：

本协会每周会举行一次健身活动，场地选择在求实楼五楼的形体房进行训练，有相关健身操和专用音乐，适量加入有氧舞蹈等在放松时做游戏让健身更加的丰富和有趣。初学阶段我们会编简单易学的动作和套路，根据会员的能力和水平加大难度。在这里我们会多和负责我们的专业老师多沟通和学习，在老师的知道下把队伍带好，运动之外会员们的心得和交流更为重要，我们每个月会进行几次的交流和学习，我们会带领各个骨干和会员交流运动心得介绍经验，每次本协会会会会员循序渐进的讲解有关健身的相关知识，让同学们更深入的了解健身，让大家乐在其中。在这批新进成员中，争取发现一些优秀者，并将其训练成为会内健美操教练。（具体实施方案见附表）

三、积极参加活动，活跃校园文化氛围：

V-gor健美操协会以“增进健康美、塑造形体美、陶冶心灵美”为宗旨，以“为大学生提供一个展现自我的平台”为己任，在容纳百川的同时，寻求个性的发展，不仅仅创造一个学习交流的氛围，更旨在提供一个更广阔的展示舞台。我们目前拥有一支优秀的啦啦操队员和团队，不管哪里有活动，我们都会积极投身于活动中去，争取为协会为学院争光添彩，我们有信心！

这个学期，协会会按照上级领导指示，争取办活动、多活动，创新活动等，在各个晚会和比赛中争取带来震撼的成果，加紧彩排节目，多出节目，为学院举行的各项活动做充分准备，每次都争取为同学们奉上一场青春有活力有激情的演出。

好的团队要有好的领导者，所以我们健美操协会骨干成员争取一个月多几次例会，互相交流沟通，互相总结和提出意见。经过上学期的努力，对与健美操协会来说本学期又是一个崭新的开始，我们将会用最大的努力与激情做好本学期的工作，迎接Vgor健美操协会更好的未来。

篇3：健美操社团学期总结

时间飞逝，一个学期的工作即将被画上一个圆满的句号。本学期中我们完成了本学期制定的教学工作计划，并进行了校广播体操的教学及学校健美操的教学。

一、教学工作：

现在校同学都已学会了两操，在教学工作中针对七、八班级我们重新制定上课内容。把教学内容分成组合动作，动作不多，但多变节奏性强，便于同学记忆和练习。在每一个组合的学习前，先播放组合示范动作老师讲解动作要领、特点。把同学先引入学习气氛中，然后，借助多媒体教具，从而进一步的进行组合动作的学习中。由于学校现有的场地、器材，还有师资能量等的制约，教学模块的开设还不够完善，还不能满足部分同学的需要，有待于今后条件改善了逐步解决。

二、教学方法方面：

健美操的教学方法有循环练习法、连接法、示范讲解法、完整分解法等，只限于老师上课运用的方法。忽视了同学是学习的主体，忽视了业余时间同学独立进行理论学习和实践练习的培育。健美操要提倡教与学的方法，超越传统的教学方法界限，探究新的教与学的方法。健美操教育一是美育，是以培育同学感受、表现、鉴赏、制造美的技能，从而促使同学追求人生的情趣与抱负境界等为目标的教育。在体育教学中进行美育渗透有着其他学科教学所不可替代的作用。健美操作为一项融合了健与美的体育运动，近年来在中同学体育课中的开展越来越广泛。女生进入青春期，大多比较内向、羞涩，自信心不足，但又有剧烈的追求美的愿望，通过健美操教学不但能提高同学的身体素养，改善她们的身体形态，更能使她们树立正确的审美观，焕发精神面貌，陶冶高雅情趣。

三、工作措施及方法：

健美操的训练，开始素养练习很苦，可是每一个同学都表现出吃苦耐劳的精神。本学期的重点学习内容《青春魅力》组合。本套操有九个组合，动作编排本着先易后难的规律，同学每周二、三、四的活动课进行练习。

采纳分组练习的方法进行，老师指导练习，共同学习。

四、存在的问题及努力的方向：

1、场地条件有限，个别动作不能完成，利用有限的条件来编排动作。

2、同学的动作缺乏表现力和热忱，应当让同学多看视频，在掌控动作的同时，要有表现力。

本学期的工作已经完成，但同学的健美操动作并不完善，存在许多问题，我们将继续努力训练、不断学习，争取在下一个学期有一个很大的提高。