# 韵律操活动总结（通用4篇）

**篇1：韵律操活动总结**

一、赛前准备

我校于开学初由杨xx老师负责学习校园韵律操，然后利用晚上时间教全校老师学会，再由各班老师逐节教会本班学生。每天利用大课间和体育课进行教、学、练，全体教师和学生学习的'积极性很高。因为它不同于以前的课间广播操，它是介于广播操和舞蹈之间的一种体操形式，是一种比较适合孩子们的课间活动。

二、比赛情况

1、比赛程序：

全校分三个组：一、二年级为低年级组，三、四年级为中年级组，五、六年级为高年级组。

2、评委：

武xx宋xx左xx董xx王xx刘xx

3、音乐：李xx

4、比赛时间：XX年11月5日（星期三）

5、比赛内容及流程：

进场——韵律操——退场

6、评分方法：

（1）动作：动作正确、到位。（3分）

（2）节奏：速度符合节奏，不抢拍，韵律感强。（3分）

（3）力度：动作有力度、协调、连贯。（2分）

（4）精神面貌：比赛过程中精神饱满，有感染力。（2分）

7、根据评比结果，对一、二等奖进行奖励。

本次活动对学生动作的协调性和节奏感都得到了锻炼和提高，又为今后如何开展体育健身活动提供了评比经验，全体学生既开心又开了眼，都盼望着能有更多、更好的活动开展。

**篇2：韵律操活动总结**

为庆祝中华人民共和国成立\_\_周年，营造校园热烈的节日气氛，9月28日下午，永康中学的校园里处处洋溢着如春天般的蓬勃气息，随着一声声嘹亮的口号，一个个班级按照排定的顺序，迈着整齐的方步，踏入指定的比赛场地，跟着音乐的节奏，飒爽英姿地展示着班级广播操的风貌，更展示着他们积极向上的精神面貌。

为了加强校园文化建设，全面推进素质教育，有效贯彻落实《学校体育工作条例》，推动全校学生全民健身活动的持久开展，增强学生的体质，培养学生良好的体育锻炼习惯和塑造完美的体态，树立我校良好的形象，进一步提高广播操的质量，使我校韵律操的水平上一个新台阶，我校于9月28日下午举行了韵律操的比赛，全校200多学生以饱满的精神投入了比赛。

韵律操比赛中各班同学步伐整齐、口号洪亮、动作有力、精神饱满，赛场上充满青春的活力，充满时代的气息。充分体现了我校学生朝气蓬勃、青春飞扬的面貌，展示了我校学生拼搏进取、团结一致的精神，迸发出修文小学学生的活力与激情。在比赛中学生赛出了优良的风格，赛出了良好的水平，赛出了最佳的形象。

通过本次比赛，不但提高了我校韵律操的整体动作质量，同时增强了各班的凝聚力，培养了同学们集体主义荣誉感、团结协作和拼搏进取的精神。

**篇3：韵律操活动总结**

这学期，我校成立了《弟子规》韵律操兴趣小组，根据学生的特点制定了一系列训练计划，经过一学期的学习，取得了一些进步。现将这学期训练做如下总结：

一、丰富学生理论知识，让学生从思想上喜欢韵律操，激发学生的学习兴趣

韵律操是众多有氧运动的一种，它是在音乐的陪伴下的一项有氧运动，它能锻炼心、肺，使心血管系统能更有效、快速地把氧传输到身体的每一部位。一个有氧运动素质好的人可以参加较长时间的高强度的有氧运动、他（她）的运动恢复也快。通过我对韵律操的介绍，学生们对韵律操产生了浓厚的兴趣，训练时很积极也很自豪。

二、从基本姿态、步伐、手型落实基础，培养学生形体美

要想韵律操跳出来好看，我们就必须从力量上着手首先对学生的身体素质进行逐步的提高。韵律操训练和其他训练队的训练有很大的区别，它是全身协调的运动，是在音乐的陪伴下进行培养学生的节奏感和韵律感，通过韵律操的基本动作、组合动作和力量素质的教学，从基本步伐到后来的成套动作反复练习，本学期对学生姿态的纠正，基本步伐及手型的巩固，使得学生在学习套路时更加容易掌握。

三、循序渐进，将动作与音乐融为一体，展示韵律操所带来的美

韵律操要求动作轻松、有弹性；动作清晰，无多余动作；但是又要避免过分松弛或过分紧张；动作之间的连接要自然、流畅、转换及方向的变化要干净利落，无多余动作；动作和音乐节奏要配合协调，动作的节奏要准确，要充分表现音乐情绪；要展示内心的激情，体现一种健康、向上的情绪。

经过一学期的训练，学生掌握了韵律操的基本步法，增进学生灵活的形体,提高学生对音乐的节奏感及音乐的感受力，增进了学生群体的合作精神，学生能有初步的舞台表现能力,增进了他们的表现欲，并积极发挥他们骨干作用，带领全校学习韵律操动作，将韵律操普及到爱好韵律操的每一个学生。

今后的训练中，努力让韵律操兴趣小组成员更加自信，这项运动普及的更广，学生更加认真的投入训练，使韵律操水平更上一层楼。

**篇4：韵律操活动总结**

幼儿韵律操是幼儿日常生活中的重要环节，对于增强幼儿体质、发展幼儿基本动作、培养幼儿集体意识、锻炼幼儿意志等方面有着重要的作用。为了不断提高我园幼儿的韵律操质量，充分发挥韵律操的教育功能，同时提高教师对体操编排、舞蹈表现等各方面能力，我们有目的、有计划地开展了此项活动，并取得了圆满成功。

一、高度重视，活动准备充分

我们在活动前制定了活动方案，合理、规范、有效地组织了本次展示活动。顺利圆满地完成了拍摄任务，关键有效地激发了幼儿参加集体活动的兴趣和提高器械操动作规范的意识。

二、认真指导，提高韵律操质量

为使幼儿进入良好的做操状态，教师在指导过程中能够协调一致地注意几方面的指导：1、运用口令提高幼儿精神状态，提醒幼儿前后保持一定的距离；充分调动幼儿积极动作表现，如走步、手脚协调有精神，且伴随着音乐进行队形变化等，效果很好。2、能够选择符合幼儿年龄特点的韵律操节的音乐效果，徒手操音乐选择轻松愉快、充满朝气。器械操音乐节奏感、感染力强。3、编操当中能够注意全面性，有上肢、下肢、体转、弯腰、跳跃、幼儿互动等动作安排。4、较合理地安排韵律操操整个过程，如：从预备开始到进行中的指导以及放松结束的每个环节，真正起到幼儿早操活动以舒展肢体和进入一日活动的精神准备状态。从而有效地发挥了早操活动的质量和教育作用。

三、教师积极带动，感染幼儿，激发活动兴趣

在整个活动中教师能够至始至终以饱满的精神感染幼儿，清晰的口令、响亮的哨音、规范的动作无不给以幼儿振奋和鼓舞。教师们认真的态度，亲切的表情感染了幼儿，使幼儿一出场就积极投入到早操的活动当中。同时各班教师还能在活动前将幼儿衣、裤、鞋等不便活动的因素给予排除，让幼儿轻便活动、特别是幼儿整齐的园服着装，更能展示出幼儿精神抖擞，争取获胜的信心，从而有效地激发了幼儿参与活动的兴趣，培养了幼儿积极向上，争得荣誉的集体主义精神。

四、幼儿表现出色，展示了健康的体魄和良好的素质

孩子们穿着整齐的衣服，精神抖擞，伴随着轻快的音乐，迈着有力的步伐进场，他们跟着音乐舒展着优美的动作，向我们展示着他们健康的体魄和良好的素质。

五、肯定成绩，总结不足

此次活动取得了圆满成功，幼儿们的表现出色，教师们的指导认真有效。我们要肯定成绩，同时也要总结不足，不断完善，为幼儿提供更好的韵律操教育。

