

2023年寒假运动时间报告(优质5篇)

“报告”使用范围很广，按照上级部署或工作计划，每完成一项任务，一般都要向上级写报告，反映工作中的基本情况、工作中取得的经验教训、存在的问题以及今后工作设想等，以取得上级领导部门的指导。报告帮助人们了解特定问题或情况，并提供解决方案或建议。下面是我给大家整理的报告范文，欢迎大家阅读分享借鉴，希望对大家能够有所帮助。

寒假运动时间报告篇一

回想起过寒假的事情，我还是会不由的高兴起来，甚至会忍不住笑出声呢。

寒假期间，我和爸爸乘飞机出门旅行，在飞机上发生了一件非常有趣的事。

□

，看哪都新鲜，一点儿睡意都没有，还不时地向窗外张望。

起来。我强忍住笑，对爸爸说□“dad□lookatyourshoes!”爸爸睁眼一看，也不由得笑了起来。

我想告诉爸爸，可又想看这“小品”如何结尾，于是我对爸爸说：“没事，没事，接着睡吧。”

视着前排那老外的一举一动。

味儿来，也跟着周围的人哈哈大笑起来。

这是我寒假里碰到最有趣的事情了，每每想到，我还是会情不自禁的傻笑。

寒假运动时间报告篇二

时间过得真快，一眨眼，快乐的寒假生活即将结束，回顾整个寒假，我觉得我过得充实而快乐。

寒假初，妈妈给我报了钢琴乐理班，从开始的一头雾水到现在的融会贯通，真是收获不小呀！

寒假里，爸爸妈妈还带我去汤泊温泉游玩。汤泊温泉座落于风景秀丽的威海文登上马岭，是一座超大型综合性休闲度假区。在那里我真正体验到头顶凛冽寒风，身泡舒适温泉的奇特感受！

假期里爸爸还带我和妈妈一起去参加他的高中同学聚会。在聚会上我们还放烟花了呢。那些烟花一会儿如天女散花，一会儿如繁花似锦的“菊花”布满夜空，一会儿如晶莹透亮的“星星”向你扑来，一会儿又见“五彩蘑菇云”向上升腾……美丽的烟花把整个夜空装扮得绚丽多彩。

最让我难忘的还是和我的好朋友文文一起去看花灯。呵，那里有好多漂亮的花灯！有金玉同贺、有牛郎织女、有年年有鱼、有嫦娥奔月，还有小猪灯、小牛灯、小猴灯等十二生肖灯。我最喜欢的是小兔灯。瞧，那兔子活泼可爱，全身粉红色，耳朵长长的，眼睛红红的，整个身体被五彩的霓虹灯环绕着，可真迷人！兔子下面还有一个黄色的南瓜灯，它坐在上面好像在悠闲地吃南瓜。

这就是我的寒假生活，朋友们，你的怎么样，是不是也像我一样充实而快乐？

寒假运动时间报告篇三

日月如梭，光阴似箭，转眼间，寒假眼看就要过去了，新的学期将要来临。日子可过的真快呀！可我在这个寒假里，有许

多似星星的趣事铭记我心中，总也抹不掉，其中我觉得最有趣的就是与亲人一起爬莲花山。

在初五的早上，我吃完早饭就与父母、叔叔、阿姨、兄弟姐妹们一起去莲花山玩。开始，我们打算去划船，可是那天的人太多了，大都去划船，没有船位了。于是我们商量了一下，决定去爬莲花山。于是我们就踏上了登山的路。我们有说有笑、慢慢地爬上了半山腰。我们就休息了一下，又继续去爬山了。没多久，我们就登上了莲花山处。我们在上面看见了爷爷的雕像，真壮观，真的是高耸入云啊！我又走到邓爷爷后面，我一看，有一块挺大的石碑，靠着邓爷爷的那一面用金粉写着一句名言：“我是中国人们的儿子，我深情地爱着我的人民和祖国。”另一面也写着一句名言：“深圳的发展和经验证明建立经济特区的政策是正确的。”我又跑到了邓爷爷的正前面，我看着他的笑容，他好像看到了深圳的发展。三十年前，深圳是一个不知名的小渔村，而在今天，深圳却是一个繁荣、美丽的城市。

我决定长大后当一个对社会有用的人，为了深圳，为了祖国，我要做好新一代的接班人。

寒假运动时间报告篇四

寒假作为一年中难得的长假，学生们可以在这段时间里充分放松自己的身心，同时也可以进行一些有益的活动，充实自己的寒假生活。在这个寒假中，我经历了许多有意义的事情，收获了很多，也有了一些心得体会。

首先，我参加了一次暑期实践活动。这个活动是由学校组织的，让我们有机会走出校园，参观实地，并与当地的群众互动交流。这次实践活动让我切身感受到了生活的不易，也让我更加珍惜身边的一切。通过与当地人交流，我了解到了他们的艰辛生活，也看到了他们乐观向上的精神。这让我明白到，生活中虽然有困难和挫折，但只要我们保持乐观的心态

和积极的行动，就能战胜困难，迎接更好的未来。

其次，我利用这个假期提高了自己的技能。寒假期间，我报名了一个英语口语培训班，通过专业老师的指导和同学们的互动学习，我不仅提高了自己的口语表达能力，也更加了解了英语文化。这让我认识到，学习不止于课堂，我们可以通过各种途径学习，并不断提升自己的能力。只要我们持之以恒，不断努力，就能在各个领域取得进步。

另外，我还利用寒假时间读了许多好书。在读书的过程中，我收获了很多知识，并且得到了很多启发。阅读让我眼界开阔，也让我明白了知识的重要性。通过读书，我看到了许多伟人的事迹和思想，也了解到不同的文化和观点。这让我更加自信，也让我明白到只有不断学习，我们才能不断进步。

最后，我还在寒假期间积极参加了一些社会实践活动。我加入了当地的志愿服务队，为社区的老人和孤寡老人提供帮助。通过这个活动，我感受到了助人为乐的快乐，也让我更加懂得了感恩的重要性。通过与老人交流，我了解到了他们的生活状况和需求，也让我明白到我们应该尽力帮助他们，让他们享受到更好的生活条件。这个经历让我更加懂得了关心他人、爱护他人的重要性，也让我深深地明白到，帮助他人其实就是在帮助自己。

通过这个寒假的经历，我收获了很多，也有了一些新的体会。我明白到，生活中每一个细小的事情都能给我们带来启发和成长。只要我们积极参与，不断努力，我们就能成为优秀的人才，为社会做出贡献。寒假是一个学习和成长的机会，而我希望以后的每个寒假，我都能更加充实自己，为自己的未来打下坚实的基础。

寒假运动时间报告篇五

寒假是一年中 longest 的假期，对于学生而言，既是放松的时期，

也是突破自我的机会。在这个寒假即将结束的时候，我不禁想起了这一个月里的点点滴滴，而以下是我的寒假到来心得体会。

一、如何安排时间

寒假长达一个月，时间足够充裕，但也容易放纵。因此，我制定了一个完整的计划表，包括休息、学习、锻炼身体和社交活动等方面。尽管计划表的具体实施可能会因意外情况而改变，但有这样一张清晰的指引，不仅可以避免时间的浪费，也可以让自己在假期走得更有条理。最终，我成功地处理完了所有需要做的事情，更加愉快地度过了这个假期。

二、如何学习效率更高

寒假休息的同时，也是自我提升的重要时期。针对自己的学科和基础情况，以及未来学习的规划，我在假期里制定了学业计划。首先，我认真化理科、文科和英语科目的复习。接着，我还重温部分方面的知识，希望能够及时掌握新学期教学所需的学科要点。此外，在阅读、写作和思维训练方面我也下了功夫，读了不少有关知识的书籍，加强了词汇的积累，增加了阅读和写作方面的技巧。在这个过程中，我深刻意识到，日积月累的学习才是最非凡的成功之路。

三、定时锻炼身体

寒假也是调整身体状况的理想时间，我每天都定时进行体育锻炼，对于身体健康、心理平衡和生活质量的提高都有很大帮助。窝在家的时间较多，也很容易养成久坐不动的习惯，身体健康也会受到很大影响。所以，我计划好每天运动的时间，并选了自己喜欢的项目，如皮划艇、游泳和爬山等项目。经过一个月的锻炼，身体变得健康而有力。

四、品质社交

寒假休息期间，我还积极参加了一些社交活动，包括邀约朋友一起去旅行、前往博物馆、电影院观影、参加组织的志愿者活动等等。这样不仅可以与朋友增进感情，还能够开拓眼界，拓宽自己的视野，学会与人交往，锻炼自己的沟通能力和人际关系的处理能力。这样的社交活动给我留下了深刻而美好的印象，让我明白了生活中所需要的最重要的美好之一便是和他人共享这一刻的美好体验。

五、寒假结束，提前规划下一个学期

随着寒假的结束，新的学期即将开始，为了做好新旧交替的准备工作，我在寒假最后几天提前准备好了新的一学期的学习计划和时间表，准备好对新学期更为高效的学习和成长。在制定计划表的时候，我也考虑了实际的时间，因为学习除了规划，实行和坚持，也是很有意义的。在新一学期的开始，我有了一个全新的期许和计划，期待自己能够得到更多新的收获和成长。

寒假是一个难得的休息和学习机会。在这个假期里，我充分利用时间，学习知识，锻炼身体，增强社交技能，做出了全面的生活计划，不仅让自己得到了身、心、灵方面的愉悦，也为自己未来的发展积蓄了更多的底气和能量。随着新学期的来临，也期望带着更好的态度面对新的挑战，不忘初心，始终坚持自己的梦想与目标。