湘女院团字[2018] 号

**关于开展“激情运动 活力青春”2018年大学生“走下网络,走出宿舍,走向操场”**

**主题群众性课外体育锻炼活动的通知**

各系团总支：

为贯彻落实《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》精神及团中央关于高校广泛开展主题群众性课外体育锻炼活动的相关要求，激发大学生参加体育锻炼的主观能动性，形成良好的体育锻炼习惯，提升身体素质、磨练坚强意志，培养良好品德和拼搏精神。经研究，校团委决定于2018年4月至12月在全校团员青年中开展“激情运动，活力青春”2018年大学生“走下网络，走出宿舍，走向操场”（以下简称“三走”）主题群众性课外体育锻炼活动，现将有关事项通知如下：

**一、活动主题：**

 “激情运动，活力青春”

**二、活动时间:**

2018年4月—12月

**三、活动对象：**

湖南女子学院全体在校学生

**四、主办单位：**

共青团湖南女子学院委员会 体育课教学部

**五、承办单位：**

湖南女子学院体育课教学部

湖南女子学院校学生会

**六、活动内容：**

 （**一）加强活动的宣传工作**

1、积极宣传，营造氛围。借助校园网、广播、展板、横幅等宣传方式，积极传播健康运动理念，加强对活动效果,综合运用微博、 微信、社交网络等平台, 号召学生分享体育锻炼的情景和体会, 帮助大学生认识体育锻炼对于生命的意义，营造浓厚的体育锻炼氛围。

2、多渠道开展“三走运动风采”成果展。利用班级QQ群、微信群、校公众号、校体育网站、微博等新媒体手段，向全校同学展示活动风采，推送活动信息，在学生聚集的校园网络和社交网络上形成点击热潮，号召其他同学加入到活动中来，增加活动意义性，鼓励学生通过文字或视频等方式晒出参加活动后的感想。

**（二）积极开展体育竞技比赛。**

**1、开展“燃情四月，活力长跑”赛事**

项目：800米中长跑、1500米长跑、2000米长跑

时间：2018年4月

组织办法：（1）各系部进行初赛，每项赛事推选出5名参赛选手。（2）校体育部组织复赛及决赛，决出名次。

奖项设置：各项目产生一等奖1人、二等奖2人、三等奖3人 。

**2、开展“激情运动 活力青春”乒羽赛事**

项目：乒乓球、羽毛球

时间：2018年4月

组织办法：

（1）各系部进行初赛，每项赛事推选出5名参赛选手。（2）校体育部组织复赛及决赛，决出名次。

奖项设置：各项目产生一等奖1人、二等奖2人、

三等奖3人 。

1. **开展“激情运动 活力青春”排篮赛事**

项目：排球、篮球

时间：11月—12月

组织办法：每个系部推选一支代表队，进行淘汰赛，决出名次。

奖项设置：各项目产生冠亚季军各一名。

**（三）积极开展体育户外运动**。

**1、开展“每天运动一小时”晨跑活动**

时间: 4-6月

组织办法：17级同学按系部分配，每周二至周6:50-

7:40进行晨跑活动

奖项设置：按照各系部出勤率及秩序情况评选出“三走”

活动优秀组织系部 。

**2、开展“每天运动一小时”夜间运动**

时间: 4-6月

组织办法：14-16级同学按系部分配，每周至周四19:30-21:00进行夜间运动天

奖项设置：按照个人及系部出勤率及秩序情况评选出“三走”活动优秀组织系部和优秀个人。

**七、活动要求**

1、高度重视，广泛发动。“三走”课外体育活动是加强大学生思想政治教育工作和提高大学生综合素质的有效途径，是提高凝聚力、加强团队意识的重要载体和有效手段。各系团总支要高度重视，精心安排，采取切实有效措施，做好组织发动工作，极号召同学参与活动。着力激发大学生参加体育锻炼的主观能动性，形成良好的体育锻炼习惯并以此为契机，加强班级建设。

2、精心组织，注重安全。各级团组织及学生会要结合自身实际情况组织学生参与活动，确立各系部及班级的具体负责人，合理安排，出现意外事件时妥当处理并及时上报校部。

3、广泛宣传，选树典型。充分利用校园新媒体技术，通过微博、微信等信息技术，生动活泼展现大学生风采，扩大活动的影响力和号召力，加强宣传引导，扩大活动的覆盖面。对各活动中表现突出的团队和个人，予以大力推广，以榜样力量带动群体进步。

4、注重总结，加强交流。要重视活动的总结、反馈，做到目标明确、有始有终，各级团组织、学生会要积极运用新媒体，通过微博、微信等形式和渠道，分享“三走”活动中的美好瞬间和快乐时刻，秀出运动魅力。认真做好图文资料收集和整理，撰写活动总结，并及时报送校团委及体育课教学部。在活动后将评选出优秀个人及团体，发放证书及奖品，予以鼓励。

共青团湖南女子学院委员会

体育课教学部

二〇一八年四月四日