

江苏省教育厅办公室

苏教办体艺函〔2017〕31号

省教育厅办公室关于开展第十一届 江苏省千万学生阳光体育 冬季长跑活动的通知

各设区市教育局，昆山市、泰兴市、沭阳县教育局，各高等学校：

2007 年以来，教育部、国家体育总局、共青团中央共同组织开展了全国亿万学生阳光体育冬季长跑活动，全省各级教育行政部门和学校广泛发动，采取措施，开展冬季长跑等体育锻炼活动，有效调动了广大学生参加体育锻炼的积极性，取得了明显成效。为进一步落实《国务院办公厅关于强化学校体育促进学生身心健康全面发展的意见》（国办发〔2016〕27 号），省教育厅今年继续组织开展第十一届江苏省千万学生阳光体育冬季长跑活动（以下简称“冬季长跑活动”）。现将有关事项通知如下。

一、活动主题

本届冬季长跑活动主题是“阳光体育，与健康同行”。

二、活动时间

2017 年 12 月至 2018 年 3 月。

三、参加对象

小学五、六年级学生，初中学生、高中(含中职)学生以及大学生参加，以班级或学校为单位组织。

四、锻炼内容

每天长跑锻炼的参照距离为：小学生 800—1000 米，初中生 1000—1500 米，普通高中学生、中等职业学校学生以及普通高校学生 2000—2400 米。各地各校可根据学生体能素质情况，分阶段设置有强度的长跑距离。

五、其他事项

（一）提高认识，加强领导。冬季长跑活动是贯彻《“健康中国 2030”规划纲要》、《全民健身条例》的具体行动，是落实中央七号文件精神、推广阳光体育运动的有效途径，是提高广大青少年学生体能素质，培养他们顽强意志品质的重要载体。各地教育行政部门和各级各类学校要深刻认识开展此项活动的重要意义，切实加强领导，明确任务要求，落实工作责任，建立督促机制，确保冬季长跑活动在各级各类学校的有序开展。

（二）制定方案，创新形式。各地各校要根据实际情况，因地制宜地制定科学、合理的长跑活动方案，要把长跑活动纳入日常教育教学计划之中，将长跑活动与体育课、早操、大课间体育活动、课外体育活动和《国家学生体质健康》达标活动有机结合，制订操作性强的实施方案。要认真设计好、组织好冬季长跑活动，吸引和激励学生积极投身到冬季长跑锻炼中来，养成体育锻炼习惯。

（三）加强管理，创新机制。各地教育行政部门和各级各类学校要切实加强冬季长跑活动全过程管理，保证在冬季长跑活动期间各个环节工作到位，形成有效的沟通协调机制，确保长跑活动顺利高效地进行。要切实加强冬季体育锻炼的安全防范工作，

做好安全预案，强化安全教育，建立安全预警机制。要切实加强学生长跑锻炼和比赛活动中的安全保障和医务监督，严格执行健康体检和健康询问制度，实行安全全程跟踪机制。

（四）广泛宣传，交流学习。各地各校要通过网站及时上传活动的相关文件、启动仪式和平时锻炼现场照片。要通过媒体和各种渠道积极对外展示自己的活动成果，广泛宣传开展冬季长跑活动的意义，正确引导社会舆论，积极争取社会、家长对开展学生冬季长跑活动的支持，营造良好氛围。各地各校开展长跑活动情况的图片和文字材料可以发送至江苏省体卫艺网站集中刊发，邮箱地址：jstwyw@126.com。

（五）总结经验，表彰先进。各地要加强对本地各级各类学校开展长跑活动情况的全程督查与指导，确保各校长跑活动有序进行。要认真总结，通过发现典型、树立典型、典型引路的方法，创新工作的新常态。对长跑活动开展好的地区、学校和表现突出的优秀班级、学生和教师予以表彰，以激励广大师生积极投入到冬季长跑锻炼中来，形成良好锻炼氛围，切实提高每天锻炼一小时成效，促进学生身心健康全面发展。

