

湖南科技大学文件

科大政发〔2024〕2号

关于印发《湖南科技大学关于全面开展教职工阳光体育运动的实施意见（试行）》的通知

校属各单位：

《湖南科技大学关于全面开展教职工阳光体育运动的实施意见（试行）》已经学校审定，现予以印发，请遵照执行。



湖南科技大学关于全面开展教职工 阳光体育运动的实施意见（试行）

为深入学习贯彻党的二十大精神，落实中共中央、国务院《“健康中国 2030”规划纲要》，深入实施全民健身国家战略，大力推进体育强国建设，根据《全民健身条例》（国务院令 560 号）、《全民健身计划（2021-2025 年）》（国发〔2021〕11 号）和《湖南省全民健身实施计划（2022-2025 年）》（湘政发〔2021〕16 号）等文件精神，结合学校实际，制定本实施办法。

一、指导思想

以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导，全面贯彻党的二十大精神，认真落实党中央、国务院决策部署以及学校第三次党代会精神，围绕落实学校“353”战略，顺应广大教职工对高品质生活期待的内在要求，满足教职工日益增长的多样化体育运动需求。坚持以教职工为中心，以改革创新为动力，以普及健康生活、增强身体素质、提高健康水平为目标，引领广大教职工养成自主自律、符合自身特点的健康生活方式，形成热爱体育锻炼、追求身心健康的校园文化氛围，为建设特色鲜明、国内一流、国际有影响的高水平综合性大学奠定基础。

二、工作目标

形成“党政重视、全面动员、全员参与、全体受益”的具有

新时代特征和科大特色的阳光体育运动新格局，全校教职工的运动意识和健身氛围更加浓厚，体育运动服务体系更加完善，组织更加健全，专业指导更加到位，体育活动更加丰富，教职工身心健康水平稳步提高，教职工获得感、幸福感、安全感、成就感持续增强。

三、重点任务

（一）提高健康意识

通过多途径、多渠道宣传、倡导“健康第一”理念，引导现代文明生活方式，指导、普及运动健身知识、技能、方法，使广大教职工对身体健康的重要性、紧迫性有更加清醒的认识，对自己的生活习惯进行反思，对自己的身体状况进行评估，积极探索适合自己身体特点的体育运动，引导教职工主动锻炼，树立以参与体育运动、拥有强健体魄为荣的个人发展理念，使参与体育运动成为教职工健康生活方式的重要组成部分，为培育良好的生活习惯、养成良好的运动健身行为、科学提升自己的健康水平奠定思想基础。

（二）丰富健身载体

1. 开展工间操健身活动。根据《“健康中国 2030”规划纲要》精神，倡导时间和条件允许的单位 and 教职工，广泛开展十五分钟左右、形式和运动量适宜的各种工间操健身活动。

2. 举办各类体育赛事。充分发挥学校工会组织、教职工文化艺术体育协会的作用，每年根据工作安排，定期举行各种教职工喜闻乐见、易于参与的体育赛事。

3. 支持社团开展各种活动。充分发挥体育学院专业教师的指导、带头和示范作用，有组织、有计划安排对学校的阳光体育运动、教职工社团训练、各种体育赛事及健康生活方式的养成进行指导，举办各种教职工运动健身辅导培训班。支持教职工社团利用业余时间每周开展一到两次丰富多彩的活动，不断扩大社团影响力，吸引更多的教职工加入社团，培养更多的体育运动爱好者。培育更多的教职工体育社团，不断提高教职工运动健身活动参与度，推动全校教职工健身运动普及化和常态化。

4. 加强“教工之家”“教工小家”的建设。以服务教职工为根本，着力打造“服务意识优、育人环境优”的“教工之家”。由校工会牵头，指导各分工会建设好、利用好“教工小家”，为教职工提供运动场所和运动器材，组织开展各种文体活动，增强教职工对学校的亲近感、依赖感、归属感。

5. 鼓励教职工健身锻炼。教职工可根据自身身体特点选择散步、跑步、太极、篮球、足球、气排球、乒乓球、羽毛球等适合自己的运动方式。鼓励教职工充分利用学校健身房(体育楼一楼、立德楼B附楼六楼和国际教育学院负一楼等)进行健身锻炼。

(三) 打造特色品牌

积极参加“健康湖南”全民运动会、“薪火传承·中国健康跑”等大型群众体育赛事活动。积极创新“互联网+健身”运动模式。持续打造健步行、趣味运动会、篮球、气排球、乒乓球、羽毛球等具有科大特色的体育赛事活动特色品牌。不断创造深受教职工喜爱、满足不同需求特征并真正起到强身健体作用的微型马拉松、击剑、滑冰、登山、游泳、球类、太极拳、广场舞、健身操等体

育活动。以学习推广太极拳等民族传统运动项目为切入点，探索建立教职工体育技能再学习机制，以开设教职工体育选修课与学生体育课相结合为实现途径，号召和倡导教职工学会一项终身受益的体育锻炼项目，养成良好的锻炼习惯，塑造更多科大教职工健身运动名片。同时，支持教职工社团打造“一社团一品牌”活动。

四、保障措施

（一）加强组织领导

加强党委对学校阳光体育运动的全面领导，建立健全阳光体育运动组织体系，不断完善阳光体育运动公共服务体系建设。在学校体育运动委员会指导下，由校工会牵头，宣传部、教师工作部、财务处、国资处、基建处、后勤处、医院、体育学院、心理健康中心等共同配合，切实落实教职工阳光体育运动。

（二）强化政策支持

加大教职工阳光体育运动的经费投入和体育锻炼场地、设施供给，支持工会组织、教职工社团开展丰富多彩、形式多样的健身活动，支持广大教职工每天科学、合理运动一小时。在保证教学需要的前提下，学校体育场馆、设施优先满足学校教职工各类体育赛事、各单位体育活动和教职工协会活动的需要。

（三）注重宣传引导

通过各种形式及多种渠道，定期或不定期开展阳光体育运动知识普及、健康知识讲座、疾病预防和心理健康及养生知识宣传，大力宣传在阳光体育运动中表现突出的先进单位和优秀个人，在

校内形成良好的舆论环境。号召全体教职工特别是各级领导带头参加阳光体育运动，培养教职工良好的运动习惯，倡导教职工合理膳食、绿色出行、控烟限酒、促进心理健康等，强化个人健康责任，不断提高教职工的身心健康水平。

（四）健全考核激励

建立健全阳光体育运动考核激励机制，对在阳光体育运动中做出突出贡献的集体和个人进行表彰。将教职工阳光体育运动纳入分工会工作考核体系。对在学校各项体育赛事中取得优异成绩的单位和教职工进行奖励，对教职工协会工作进行考核并根据考核结果分配活动经费。