关于动员全区教职工加强体育锻炼的

倡议书

全区各单位教职工：

    生命在于运动，幸福基于健康。为提高全区教职工身体素质，积极推进健身活动生活化、常态化、科学化、普及化，努力在全区教育系统形成自觉锻炼、主动健身、健康生活的新风尚，区教育工会现向全区教职工发出如下倡议：

一、倡导健康新理念，形成健身好风尚。有了健康的体质，才能幸福地生活；有了健康的体质，才能精心地育人；有了健康的体质，才能愉悦地工作。让我们唱响“全员健身”的旋律，倡导“关注健康，珍爱生命，善待身体，快乐工作”的观念，强化“我锻炼、我健康、我幸福”的意识，形成自觉锻炼、主动健身、健康生活的良好风尚。

二、探索锻炼新模式，培养健身好习惯。

1.成立领导小组。

各单位要成立教职工体育活动领导小组，组织制定教师体育活动方案和活动计划，校长负总责，分管领导具体负责，工会组织实施。

2.激发活动兴趣。

各校（园）根据教职工的年龄、兴趣和特长，设立形式多样的活动，让教职工自愿参加体育锻炼，自主选择活动项目，可采取分段集中与教师自主安排相结合的方式，各校合理安排活动时间，适当组织评比、单项比赛等活动激发教职工参与兴趣。

3.组建体育社团。

各校（园）根据教职工体育兴趣、特长及场地条件，可以成立快走、慢跑、广播操、健身操、太极拳、瑜伽、篮球、乒乓球、羽毛球等健身社团，为有共同兴趣爱好的教职工搭建结伴行动，相互切磋，共同提高的平台。教育工会也将选拔素质好、技艺高的体育爱好者组建乒乓球、篮球、羽毛球、健美操、太极拳等体育协会，在日常活动的基础上，组织参加市、区各项体育比赛活动，展示教育系统教师的精神风貌。

4.提供物质保障。

学校根据活动项目，合理安排活动场地，配备活动器材，满足教职工劳逸结合、适当健身的需要。

三、管理力求科学化，保障“工健”两促进。

各校（园）应因校（园）制宜，结合实际，制定科学合理的管理制度，并认真落实到位，确保工作健身两促进，健身生龙活虎，工作精神饱满！

广大教职员工们，让我们积极行动起来，运动起来，从我做起，从现在做起，以饱满的热情、乐观的心态和进取的精神，积极投入到全员健身运动中来，努力做到“每天健身一小时，健康工作每一天，幸福生活一辈子”！

                                              南京市江宁区教育工会

                              2016年10月19日