

广东省体育局
广东省教育厅
共青团广东省委员会
少先队广东省工作委员会

文件

粤体青〔2023〕29号

关于开展2023年“奔跑吧·少年”
儿童青少年主题健身暨“粤运动·越健康”
线上运动健身活动的通知

各地级以上市体育、教育行政部门、团委、少工委，省直属大中小学：

为深入贯彻落实《关于深化体教融合 促进青少年健康发展的意见》精神，牢固树立“健康第一”的理念，推进健康中国行动，提升儿童青少年体育健身意识，促进儿童青少年德智体美劳全面发展，结合《体育总局办公厅关于组织开

展 2023 年“奔跑吧·少年”儿童青少年主题健身活动的通知》相关要求，计划开展 2023 年“奔跑吧·少年”儿童青少年主题健身暨“粤运动·越健康”线上运动健身活动，现将有关事项通知如下：

一、指导思想

深入贯彻落实习近平总书记关于促进儿童青少年健康成长的重要指示批示精神，帮助儿童青少年在体育锻炼中享受乐趣、增强体质、健全人格、锤炼意志和全面发展。以线下运动、线上打卡为主要形式，分别设置幼儿园、中小学、大专院校三大组别、六大类型的个人和集体运动项目，提升幼儿跑、跳、投、跨等基本运动能力，促进青少年综合体能、运动技巧的训练提高，养成校内外衔接和居家运动的良好习惯，形成“家-校-社”联动的健康运动氛围。

二、组织机构

指导单位：国家体育总局

主办单位：广东省体育局、广东省教育厅、共青团广东省委员会、少先队广东省工作委员会

协办单位：各地级以上市体育、教育行政部门、团委、少工委

三、活动内容

根据全国统一部署的“奔跑吧·少年”健身主题，开展儿童青少年“粤运动·越健康”线上运动健身活动。针对不

同年龄段的青少年生长发育特征，制定符合身体条件和运动能力的系列健身示范动作，即幼儿园阶段的亲子运动打卡、中小学阶段的综合体能训练打卡和大专院校阶段的运动技巧打卡，并分别针对幼儿园、中小学、大专院校设置幼儿早操、大课间活动、校园创意运动的集体参与项目，营造学校、社区、家庭联动的运动健身氛围，促进儿童青少年身心健康发展，助力全面推进体教融合、建设健康中国和体育强国。

四、活动时间

（一）单位报名：2023年9月1日起至活动结束（已在此前线上跑活动中完成报名的学校无需重复报名，若负责老师有所变更，具体流程请咨询“广东青少年体育”公众号客服）。

（二）参与活动：2023年9月11日至10月20日，共40天。

（三）奖项评选：2023年11月30日前。

五、参与方式

（一）幼儿园阶段

1. 以幼儿园为单位报名，并指定一名老师负责本次活动联络，进入活动平台的个人中心填写报名信息（详见附件）。

2. 幼儿早操活动：结合实际情况，设计编排符合年龄特点、动作整齐标准、参与性强、富有创意、趣味性、游戏性及观赏性的幼儿早操（徒手操、器械操或二者结合均可），由本园幼儿和老师演示并拍摄视频记录活动开展情况，通过

“粤运动·越健康”活动页面上传作品。

3. 亲子运动打卡：完成报名登记的幼儿园，积极发动各幼儿家庭参加。幼儿园小朋友须与家长组队，参考活动页面展示的 10 组示范视频，共同完成单项或多项指定动作并录制视频记录打卡过程，通过“粤运动·越健康”活动页面上传作品。

（二）中小学阶段

1. 以中小学（含中职）为单位报名，并指定一名老师负责本次活动联络，进入活动平台的个人中心填写报名信息（详见附件）。

2. 大课间活动：结合实际情况，由本校学生演示广播操、课间操等集体大课间活动（允许多种形式的编排创新），并以拍摄视频的方式记录活动开展情况，通过“粤运动·越健康”活动页面上传作品。

3. 综合体能训练打卡：完成报名登记的中小学，积极发动本校学生参加。学生可选择自行参加或与朋友、家长组队，参考活动页面展示的 10 组示范视频，完成单项或多项指定动作并录制视频记录打卡过程，通过“粤运动·越健康”活动页面上传作品。

（三）大专院校阶段

1. 以大专/本科等高等院校为单位报名，并指定一名老师负责本次活动联络，进入活动平台的个人中心填写报名信息

息（详见附件）。

2. 校园创意运动：结合实际情况，设计编排符合大学生身体素质、动作整齐标准、参与性强、具有一定创意的集体运动，由本校学生演示，并以拍摄视频的方式记录活动开展情况，通过“粤运动·越健康”活动页面上传作品。

3. 运动技巧打卡：完成报名登记的大专院校，积极发动本校学生参加。学生可选择自行参加或与同学组队，参考活动页面展示的7组示范视频，完成单项或多项指定动作并录制视频记录打卡过程，通过“粤运动·越健康”活动页面上传作品。

六、活动平台

1. 本次线上活动以广东省体育局的官方微信公众号“广东青少年体育”作为活动平台。

2. 关注“广东青少年体育”（微信号：gdsports-youth），点击公众号菜单栏“奔跑少年”-“粤运动越健康”活动页，即可参与活动。

3. 直接扫描下方二维码，关注“广东青少年体育”官方微信平台参与活动。



七、奖项评选

（一）优秀组织奖

通过汇总报名参与单位所有个人项目（亲子运动打卡、综合体能训练打卡、运动技巧打卡）参与者成功上传且通过审核的视频作品总数，分别评选出参与积极性排名幼儿园组前 60 名、中小学组前 180 名、大专院校组前 30 名的单位，按照 1: 2: 3 的比例颁发活动优秀组织一、二、三等奖纸质证书，并分别对应署名 5、3、2 名指导老师。

（二）创意集体奖

1. 成功上传并通过审核的幼儿早操活动、校园创意运动集体项目作品，遴选点赞排名前 50 名的进入专家评审，最后综合专家评分（满分 90 分）+大众评分（点赞排名前 5 名 10 分、第 6 至 10 名 9 分、第 11 至 15 名 8 分……依此类推，第 41 至 45 名 2 分，46 及以下得 1 分）分别评选出幼儿园组、大专院校组前 30 名的单位，按照 1: 2: 3 的比例颁发创意集体一、二、三等奖纸质证书，并分别对应署名 5、3、2 名指导老师。

2. 成功上传并通过审核的大课间活动集体项目作品，遴选点赞排名前 100 名的进入专家评审，最后综合专家评分（满分 90 分）+大众评分（点赞排名前 10 名 10 分、第 11 至 20 名 9 分、第 21 至 30 名 8 分……依此类推，第 81 至 90 名 2 分，91 及以下得 1 分）评选出中小学组前 60 名的单位，按

照 1:2:3 的比例颁发创意集体一、二、三等奖纸质证书，并分别对应署名 5、3、2 名指导老师。

（三）年度十佳作品奖

邀请获得幼儿园组、中小学组、大专院校组创意集体一等奖的 20 个作品单位进行现场展演，组织专家评审团进行打分，得分排名前十的作品评选为“年度十佳作品奖”，予以颁发牌匾。（现场展演将在“广东青少年体育”视频号进行全程直播，展演形式和时间另行通知）

（四）活力家庭奖

完成全部 10 组幼儿亲子运动打卡（视频成功上传且通过审核）的幼儿家庭均可获得“活力家庭奖”电子证书一张。

（五）体能达人奖

完成全部 10 组中小学综合体能训练打卡（视频成功上传且通过审核）的中小学生均可获得“体能达人奖”电子证书一张。

（六）技巧之星奖

完成全部 7 组大专院校运动技巧打卡（视频成功上传且通过审核）的参与者均可获得“技巧之星奖”电子证书一张。

（七）运动之星奖

各组别荣获优秀组织奖单位中，评选贡献排名本校前三（以审核通过作品数量及打卡时间顺序排名）的选手获得“运动之星奖”纸质证书一张。

（八）幸运礼包奖

最先在活动界面集齐“粤”“运”“动”“越”“健”“康”等6款或“奔”“跑”“吧”“少”“年”等5款主题勋章的前100组参与者均可获得定制版体育礼包一份。

（九）参与纪念奖

参与个人项目的报名者每成功上传一个视频作品，均可获得电子纪念勋章一枚。

八、组织实施

（一）各地级以上市体育、教育部门、团委、少工委作为协办单位，要积极发动属地幼儿园、中小学校、大专院校参与活动。活动结束后将统一公布各地市的参与数量排名。

（二）各单位在组织参与活动时，应注重强化安全意识，参与活动人员应对照自身的运动基础条件，选择合适的打卡任务，低年龄的儿童青少年须在家长的陪伴下完成。

（三）各单位应积极运用地方媒体资源、公众号等新媒体平台广泛宣传发动，营造积极参与、热爱运动、健康向上的良好活动氛围。

（四）本次活动最终解释权在主办方，未尽相关事宜另行补充通知。

联系人：

省体育局青少年体育处 雷丹平，020-37591004

省教育厅体育卫生与艺术教育处 李 华，020-37626353

共青团广东省委员会少年部 周俊成，020-87184937

附件：2023 年“奔跑吧·少年”儿童青少年主题健身暨
“粤运动·越健康”线上运动健身活动报名表



附件

2023 年“奔跑吧·少年”儿童青少年主题 健身暨“粤运动·越健康”线上运动健身 活动报名表

项 目	内 容
单位名称	
单位所在地	
单位类别	☐ 幼儿园 ☐ 中小学校 ☐ 大专院校 ☐ 其他
通信地址	
指定联系人姓名	
手机号码	
教师证或其他工作证明	

请单位联系人进入活动平台的个人中心填报以上信息。

公开方式：主动公开