

让环保一直与每天的锻炼有机结合

阳光体育冬季长跑再起航

据新华社北京11月18日电

在温暖的阳光中,第八届全国亿万学生阳光体育冬季长跑活动18日在北京市房山区长阳镇北京四中房山校区正式启动。今年的主题定为“阳光体育绿色公益跑”,首次将体育锻炼与环保公益理念相结合,赋予这项传统健身运动以新的时代内涵。

据悉,此次冬季长跑活动以班级为单位组织,小学生五六年级及以上的学生参加,每天长跑参考距离为:小学生800至1000米,初中生1500米,高中生、高校

学生2000米。但体育教师可根据本校学生身体素质状况和参考距离,设定本校的长跑距离。

全国亿万学生阳光体育运动领导小组办公室鼓励有条件的地区和学校筹建阳光体育公益林,以学生冬季长跑期间跑步里程的累计数兑换树苗,并营造阳光体育公益林。暂时没有条件的地区、学校可做好相关统计工作,将换算的树苗总数量上传到阳光体育互动平台,并以此作为优秀学校表扬的重要依据和日后时机成熟时建设阳光体育公益林的基础。

共青团中央新时代青少年体质健康促进中心主任刁铁民说:“将今年的主题确定为绿色公益跑,是为了让跑步有一个目标。今年的目标就是做公益,让环保一直与每天的锻炼有机结合,让孩子们觉得每天在锻炼身体的同时也为绿色公益做贡献,从而提升孩子的自身价值。”

自2007年启动以来,阳光体育活动今年来到了第八个年头。过去七年中,共有近10亿人次的青少年学生参与长跑锻炼,阳光体育冬季长跑已经成为青少年学生的一个品牌活动。

奥运冠军陈一冰和钱红当日来到启动仪式现场。陈一冰在现场号召:“拥有一个健康的身体,才是人生的一大财富和奋斗本钱。为了你的健康,请坚持体育锻炼。”

在钱红将第八届阳光体育冬季长跑活动的会旗交给学生代表后,两位奥运冠军与教育部、国家体育总局、共青团中央的有关领导和来自全国31个省市自治区以及新疆生产建设兵团的学生代表,以一场集体长跑的形式拉开了这项一年一度、规模最大的全国青少年健身运动的序幕。



在建德市航头中心小学操场上,农家娃在体育老师指导下,开展短跑、阻力跑、长跑等体能训练,增强身体素质。

宁文武 摄

当长跑遇上“绿色”

新华社记者 陈毓珊 苏斌

全国亿万学生阳光体育冬季长跑活动今年进入第八个年头。今年的活动以“阳光体育绿色公益跑”为主题,推陈出新,用最“in”的形式提升学生参与度,同时强化学生参与环保行动的公益意识,为简单的长跑赋予更丰富的意义。

将冬季长跑和保证学生每天

锻炼一小时结合起来,是增强青少年体质,促进阳光体育运动和冬季长跑活动健康持久展开的有效途径。阳光体育在推广的过程中也遇到一些问题,比如冬季长跑活动缺乏趣味性,考核监测等评估体系不够完善等。变“要我锻炼”为“我要锻炼”,需要在形式上探索新模式,为学生定制“个性化”的体育锻炼模式,以兴趣为驱动增强学生的主观积极性。今年

的冬季长跑活动就有了新的探索,使冬季长跑不再枯燥:有条件的学校筹建阳光体育公益林,以学生跑步里程的累计数兑换树苗;没有条件的可组织学生在本校宣传栏或校园网络上设置虚拟的阳光体育公益林;校园和班级PK机制,可以更好地激发学生的集体荣誉感与竞争意识,提高学生参加长跑活动的积极性。

今年的冬季长跑与绿色环保

活动相结合,使长跑健身同时成为一种与时俱进的创新型活动。以公益长跑换清新空气,学生在参加长跑的同时还为生活环境的改善贡献自己的一份力量,带来体质提升与环境保护的双赢。

雾霾中的马拉松使人感受到恶劣环境的危害,“APEC蓝”更使人感受到蓝天的珍贵。当所有人都为环保尽力,一个可持续发展的生活环境就不再是遥远的未来。

当兴趣驱动长跑,当“阳光”遇上“绿色”,进入第八个年头的阳光体育冬季长跑活动开始了新的征程。

CBA



11月18日,CBA浙江稠州银行男篮对佛山队的比赛在义乌梅湖体育馆举行。救火队员20号约翰逊凌晨到,晚上就上场比赛,可惜的是球队以122比127输了。记者 潘良干 摄

拥有超越梅西的一切条件
内马尔星途潜力大

据新华社里约热内卢11月17日电

巴西球星罗德里尼奥近日在接受采访时表示,内马尔未来取得的成就将超越梅西。

巴西世界杯后,内马尔取代蒂亚戈·席尔瓦成为巴西队新任队长。他在近两场国家队友谊赛中打入惊人的6球,率领巴西队连续以4比0击败日本和土耳其队。

自从2010年在国家队首秀以来,内马尔在总共59次国家队出场记录中已经打入42球,在巴西队历史总射手榜上已经跃升至第五位,

仅次于贝利(77球)、罗纳尔多(62球)、罗德里尼奥(55球)、济科(48球)。

在本赛季西甲联赛中,内马尔在11场比赛中打入10球,在射手榜上仅次于打入18球的C罗,但比第三名的巴塞罗那队友梅西要多3球。

罗德里尼奥在接受巴西杂志采访时预测说,22岁的内马尔将把自己的巅峰状态保持到30多岁。“他拥有超越梅西的一切条件。”罗德里尼奥说,“梅西已经创造了历史,但是内马尔的经历将更加完整,因为(27岁的)梅西或许不能再参加一届世界杯了,但内马尔还有三到四届世界杯。”

NBA

骑士轻敌了,输球

据新华社华盛顿11月17日电

詹姆斯感冒了,骑士队也随即萎靡,17日主场97比106爆冷不敌掘金队,四连胜的脚步就此止住。

受感冒所困,詹姆斯并没有随队参加当天早上的投篮训练,因此他在晚上比赛时手感欠佳,全场18投8中得到22分、9个篮板和5次助攻。然而就算詹姆斯发挥半成功力,他仍是全队第一得分手,“三巨头”另两位欧文和勒夫各自得到20分,其他队员中除了替补维特斯得到

20分,剩下的得分无一上双。

赛后接受采访时,詹姆斯批评球队因轻敌输球,“我们每场比赛都必须带着紧迫感打球,我觉得四连胜让我们有些飘飘然了,面对掘金这支战绩不佳(3胜7负)的球队,大家以为胜利手到擒来,最终我们受到了惩罚。”

西部当天迎来榜首大战,战绩同为9胜1负的火箭队和灰熊队展开了硬碰硬的较量,结果火箭受主将哈登状态低迷所累,客场93比119惨败于熊掌之下。

四国青年足球赛

国奥战巴西,惜败

据新华社武汉11月18日电

由巴西、澳大利亚、韩国和中国四支22岁以下男足国奥队参加的四国青年足球邀请赛18日在武汉结束。在最后一场比赛中,中国队以1比2不敌巴西队。

巴西队以2胜1平不败战绩夺冠,中国队1胜1平1负位居第二。

尽管上轮3比1力克实力不俗的澳大利亚队,但面对派出主力阵容的“桑巴军团”,中国队无论身体素质还是整体配合都明显差不少。尽管实力差距悬殊,但中国国奥队员也没有思想包袱,敢于持球做动作。

而国足则在陕西举行的友谊赛中,0比0战平洪都拉斯队。

杭州市余杭区国有建设用地使用权出让信息预告

根据国家有关法律、法规规定,杭州市国土资源局余杭分局拟于近期出让下列地块。现将有关事项预告如下:

序号	地块名称	四至范围	出让面积(亩)	土地用途	容积率
1	杭州未来科技城32号地块	东至常二路,南至方桥路,西至文昌路,北至电子路	68.8	住宅	1.4~1.5
2	杭州未来科技城85号地块	东至规划道路,南至文二西路,西至常二路,北至方桥路	103.9	住宅	1.01~1.2
3	杭州未来科技城86号地块	东至永福路,南至海兴路,西至规划道路,北至海曙路	48.7	住宅	1.5~2.0
4	杭州未来科技城31号地块	东至常二路,南至电子路,西至规划道路,北至创新路	40.0	住宅	1.01~1.5
5	杭州未来科技城30号区块B地块	东至规划道路,南至方桥路,西至常二路,北至大华房产	23.0	住宅	1.01~1.5
6	杭州未来科技城西溪湿地出让地块-5	东至白庙路,南至滨江房产,西至五常小学,北至融创绿城房产	77.1	住宅	1.0~1.3
7	杭州未来科技城西溪湿地出让地块B-03	东至白庙路,南至五常中学,西至荆长大道,北至河流	74.4	住宅	1.0~1.3

注:具体情况以《挂牌出让文件》和出让合同为准。

上述地块均采用净地方式出让。土地面积以实测为准,四至范围以现场踏勘为准,规划指标以余杭区规划部门出具为准。如有意向参与竞买的,可于即日起到杭州市国土资源局余杭分局711室土地利用科进行咨询(杭州市余杭区临平世纪大道920号)。联系电话:(0571)86162560。

本出让信息预告可在杭州市国土资源局余杭分局网站(<http://www.yhland.gov.cn/>)查询。正式出让时间另行公告通知。

杭州市国土资源局余杭分局
杭州市余杭区公共资源交易中心
2014年11月19日