

国家体育总局办公厅

体群字〔2024〕47号

体育总局办公厅关于开展2024年 科学健身指导典型案例征集活动的通知

各省、自治区、直辖市、新疆生产建设兵团体育行政部门，有关直属单位，有关全国性体育社会组织，有关体育院校：

为深入学习贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想 and 党的二十大精神，全面推进落实《全民健身条例》《全民健身计划（2021—2025年）》《关于构建更高水平的全民健身公共服务体系的意见》有关工作部署，在全社会营造积极健身、科学健身的良好氛围，体育总局群体司联合有关单位开展2024年科学健身指导典型案例征集活动（以下简称“征集活动”）。征集活动面向全社会征集科学健身指导案例，总结可复制可推广的典型经验，警示群众健身误区，不断提升科学健身指导服务水平，推动全民健身蔚然成风。现就有关事项通知如下：

一、活动名称

2024年科学健身指导典型案例征集活动

二、组织机构

主办单位：国家体育总局群众体育司

承办单位：人民网·人民健康

支持单位：国家体育总局体育科学研究所

国家体育总局运动医学研究所

三、征集项目

本次征集活动征集以下6类项目：科学健身指导品牌活动、国民体质监测站点、科学健身指导中心、科学健身智能技术、科学健身传播平台、群众健身误区榜。

（一）科学健身指导品牌活动类。开展科学健身指导系列服务活动，包括但不限于科学健身指导进乡镇、进社区、进机关、进企业以及大讲堂、边疆行、走基层等活动，在服务人群、推广方式方面具有突出特点，并具有一定规模、形成持续效应，或者具有较大影响力、已形成品牌效应。

（二）国民体质监测站点类。包括但不限于常态化国民体质监测站点，充分体现“以人民为中心”的发展理念，为广大人民群众提供“身边化”的体质测试与科学健身指导。在工作开展中结合自身优势，形成具有鲜明的特色与亮点的工作模式，做到“体质有评估，锻炼有指导，慢病有预防”。

（三）科学健身指导中心。以健康促进和慢性病防治为目标，以运动健康指导为主要任务的公益性科学健身指导服务机构。通过开展体质健康评估、运动能力评估、运动风险评估，为群众提供安全科学的运动指导建议。在探索服务模式方面取得成效，或在体卫融合方面有突出表现。

（四）科学健身智能技术类。包括但不限于运用人工智能技术评测运动能力、分析运动体态、纠正错误动作，或者运用人工智能技术提供运动健身方案、评测运动效果，并通过数据证明，较传统方法在提高指导工作效率、提高群众健身积极性、减少运动损伤等方面具有实际效果。

（五）科学健身传播平台类。开拓科学健身指导传播阵地，定期传播科学健身知识，包括但不限于在媒体上设立固定栏目、出版系列科普读物并取得较大社会影响，运用新媒体手段开创传播渠道，获得较大传播量和美誉度。

（六）群众健身误区榜。针对群众健身中具有普遍性的错误认知信息，通过大数据筛选分析和专家评审产生，不接受申报和推荐。根据误区的影响力评出误区榜单，同时组织相关专家给出校正误区的正确答案。

四、申报材料

（一）申报案例需符合国家体育总局关于科学健身指导的政策和相关要求，体现真实性、创新性、典型性。

（二）《2024 年科学健身指导典型案例申报表》应在指定位置加盖单位公章，公章名称应与申报单位名称一致。

（三）申报文字材料应当包括以下要素：（1）基本情况（含发展成效）；（2）具体做法；（3）经验及探讨。内容应当客观真实、层次清晰、突出数据，字数 2000—3000 字。

（四）除文字材料外，申报材料应同时提供图片（2—4 张）、

视频（1条）、新闻链接或专利证明等材料作为附件，证明和辅助说明申报内容，附件材料充分与否将成为评审结果影响因素。图片应为JPG格式的高清图并附图片说明；视频应提供高清版本的网盘链接，时长2分钟内，并附150字以内说明。

五、活动安排

征集活动时间为2024年6月至11月，按照“统一发动、分类推选、统一公示、统一发布”的工作模式分阶段推进实施。

（一）发动推选阶段（2024年6月—8月）

拟于6月份启动2024年科学健身典型案例征集工作，向各省（区、市）体育行政部门、有关直属单位、有关全国性体育社会组织和有关体育院校发放征集通知，并广泛发动社会力量，通过指定邮箱征集案例，征集日期截止后，对案例进行初步筛选（形式筛查），核实申报材料的完整性、合规性，并对初筛合格的申报材料进行分类整理。

（二）专家评审阶段（2024年9月—10月）

案例初审。组织专家对初筛合格的申报材料进行初审。初审以线下线上评审相结合的方式进行，专家对申报案例的实践效果、社会影响力、可借鉴意义、创新价值等方面进行评审。根据申报数量和评审情况，以一定比例评出入围案例。其中“国民体质监测站点类”评审由国家国民体质监测中心负责。

案例复审。组织专家对入围案例进行复审。复审以线下方式进行，专家对入围案例逐一审议并计分。根据复审综合分数排名

情况，评出入选案例。

案例公示。入选案例名单统一在“全民健身”微信公众号和“人民爱健身”平台进行公示，接受社会监督。

公示结束后，参考相关情况和大数据分析，组织专家最终评审出典型案例，各类不超过10个。

（三）发布揭晓阶段（2024年11月）

典型案例计划在“人民健康大会”（人民网·人民健康举办）上进行发布。“人民健康大会”拟设置科学健身指导专题，邀请部分典型案例单位现场进行展示交流和经验分享。为激励和带动更多单位和组织参与到科学健身指导工作当中，拟向入围案例寄发入围证明。

（四）展示总结阶段（2024年11月—2025年5月）

正式发布的典型案例将在“全民健身”微信公众号和“人民爱健身”平台集中公布，并长期展示。编制《2024年科学健身指导优秀案例集》（电子版）收录典型案例，发放至各省（区、市）体育行政部门、有关直属单位、有关全国性体育社会组织、有关体育院校及入选案例的实施单位，推广科学健身指导创新举措和鲜活经验。

六、有关要求

（一）高度重视、认真部署。请各省（区、市）体育行政部门及有关单位把典型案例征集活动作为推动科学健身指导工作的重要抓手，认真做好组织动员、申报推选等工作。立足工作实际、

紧贴工作主线，着重推荐影响大、群众认可的科学健身指导案例。

（二）加强宣传、提升影响。请各省（区、市）体育行政部门及有关单位把宣传贯穿活动始终，结合各自特点大力宣传科学健身指导工作进展和成效，展示先进案例的良好形象，不断扩大活动覆盖面和影响力。

（三）报送方式。请各单位按照附件所示填写《2024 年科学健身指导典型案例申报表》，于 2024 年 8 月 31 日前，将扫描件（PDF 格式）发送到邮箱：jkzg@people.cn，邮件主题格式为：科学健身指导+单位+项目名称。

七、联系方式

体育总局群体司

联系人：杨 敏 电话：（010）87182708

人民网·人民健康

联系人：曹树霞 电话：188010581

附件：1. 2024 年科学健身指导典型案例申报表

2. 2024 年科学健身指导典型案例申报表（填写示例）



附件 1

2024 年科学健身指导典型案例申报表

单位名称	(单位盖章)		
联 系 人		手 机 号	
联系地址		联系邮箱	
案例类别	☐ 科学健身指导品牌活动 ☐ 国民体质监测站点 ☐ 科学健身指导中心 ☐ 科学健身智能技术 ☐ 科学健身传播平台		
案例名称			
案例基本情况 (500—800字)			
具体做法 (1200—1600字)			
经验与探讨 (300—600字)			
附 件			

附件 2

2024 年科学健身指导典型案例申报表
(填写示例)

单位名称	示例：某市某某区国民体质测试中心 (说明：请填写申报主体的名称，并与盖章主体一致，未来证书展示时将参照此处) (单位盖章)		
联系人	示例：张甲 (请填写实际联系人)	手机号	示例：130…… (请填写能联系上的电话号码，以备后续沟通)
联系地址	示例：某市某某区某院某号 (请填写可以邮寄的地址，以备邮寄证书)	联系邮箱	示例：130…@139.com
案例类别	示例： ☐ 科学健身指导品牌活动 ☒ 国民体质监测站点 ☐ 科学健身指导中心 ☐ 科学健身智能技术 ☐ 科学健身传播平台 (请根据案例内容选择一个类别)		
案例名称	示例：不断提升常态化国民体质监测工作水平，助力全民健身 (名称应简洁清楚表明案例的主要内容)		
案例基本情况 500—800字	示例： 某市某某区国民体质测试中心设在某某区体育科学研究所，为常设机构，是某市二级国民体质测试和健身指导站，设有 5 个区域，即体质测试区、医学指标检测区、专家咨询区、科普宣传区、健身指导区，总面积为 400 平方米。通过体育科研人员、健身指导专家等 20 人，致力打造“体质有评估，锻炼有指导”的测试中心。 (此处请填写案例的具体实施主体、案例内容为什么属于所申报类型、案例的主要成效是什么)		

具体做法 1200—1600字	示例： (一) 每年开展辖区国民体质测试与健身指导服务工作，完善健康服务体系积极探索“体质健康监测”——“运动提前干预”——“预后运动恢复”的特色健康服务，某某区体育科学研究所已经连续十三年，为17个街道，20—79周岁不同年龄段群众进行体质测试及科学健身指导服务，累计服务超过4万人次。为参与测试的居民提供有针对性的运动健身指导意见，落实某某区重要实事。为充实完善国民体质监测数据库，推动《全民健身条例》提供数据支撑。 2023年，根据《体育总局群体司关于开展常态化国民体质检测试点工作的通知》《某市体育局关于开展2023年常态化国民体质检测试点工作的通知》要求，某某区作为某市试点区开展辖区常态化国民体质检测工作。根据任务分工，共计完成20—59周岁城镇体力、非体力成年人，60—79周岁城镇老年人体质检测及问卷填写640人，数据上报至某市国民体质测试中心。 (二) 融合科学健身指导，多渠道宣传运动促进健康生活方式，提升健康东城能级某某区国民体质测试中心借助每年国民体质测试契机，积极探索“体医融合”模式，进行科学健身与健康科普活动，积极引导居民关注自身健康水平，发放科学健身宣传手册超过3000份，让百姓深入了解自身健康的第一责任人的重要性，强烈激发了社区居民共同参与体育活动的热情，有效增进社区凝聚力，不断推动健康社区氛围提升。强化科学健身宣传力度，利用多方资源，借助互联网和各类融媒体矩阵，加大科学健身与体育科研科普宣传。通过《中国体育报》《新东城报》“东体之声”等多渠道媒体平台，积极宣传体质测试的重要性，向居民传达体质测试相关信息，引导居民关注自身健康，倡导健康生活方式，实现科学健身科普的精准分层，让体质促进健康的理念深入人心。 为提升体质测试服务工作的惠民性，中心按照体质检测先行，科学健身指导跟进的模式，在进行各项指标的测试后，出具具有针对性的体质测评报告，结合力量，柔韧等敏感指标，现场体育科学专家结合居民个人体质测评报告为居民进行讲解，提高了居民参与了解自身体质水平的积极性和对区体育局体质测试工作的参与性和认可度。结合体质测试结果，中心积极对接辖区街道，开展中老年人跌倒预防及心肌耐力锻炼指导，引导群众进行科学锻炼，使辖区人群逐步形成自觉参与科学健身活动的习惯，逐步提高运动能力。 (此处请填写案例的具体做法，可以列条目方式，以便清晰明了表达)
经验与探讨 300—600字	示例： 在吸取2023年经验基础上，某某区国民体质测试中心将继续结合辖区实际，巩固“国家全民运动健身模范区”“体质测定与科学健身指导站典型示范”作用，重点开展积极推广覆盖全生命周期的运动健康服务，以指导群众科学健身为抓手，塑造辖区群众“关口前移，预防促进”的健康管理理念。 (此处请填写案例的成功经验、心得，及下一步工作计划)
备 注	示例： 附件1：运动测评表格 附件2：健身者定期运动测评效果报告 (此处可选填附件图片或者视频的简单说明)

信息公开选项：依申请公开