

保 定 市 总 工 会

关于组织干部职工参加“中国梦·劳动美—— 永远跟党走 奋进新征程”全国职工 线上运动会的通知

各县（市、区）总工会，开发区工会，产业、局工会，直属基层工会：

为贯彻落实《健康中国 2030 规划纲要》和《国务院关于印发全民健身计划（2021-2025 年）的通知》精神，大力弘扬劳模精神、劳动精神、工匠精神，突出“工”字品牌，开展特色职工文化体育活动，打造健康文明、昂扬向上、全员参与的职工文化，全国总工会决定组织开展“中国梦·劳动美——永远跟党走 奋进新征程”全国职工线上运动会。现将运动会竞赛规程转发给你们，请各地、各单位积极组织发动，广泛吸引各基层单位和职工踊跃参与到全国职工线上运动会中来。

附件：“中国梦·劳动美——永远跟党走 奋进新征程”全国职工线上运动会竞赛规程

保定市总工会宣教部

2021 年 11 月 29 日

附件

“中国梦·劳动美——永远跟党走 奋进新征程” 全国职工线上运动会竞赛规程

一、运动会主题

“中国梦·劳动美——永远跟党走 奋进新征程”

二、组织单位

主办单位：中华全国总工会宣传教育部

承办单位：北京华彬文化基金会

技术支持单位：北京趣动科技有限公司（Will Go App）

三、时间安排

（一）线上运动会发动期：2021年11月1日-11月30日期间，各赛区集中组织发动单位及职工加入。

（二）线上运动会执行期：2021年12月1日-2022年6月30日，期间单位及职工均可随时报名参与。

（三）总结及颁奖：2022年7月，公布全国职工线上运动会榜单数据，并对获奖单位进行表彰颁奖。

四、具体内容

（一）以省、自治区、直辖市总工会，各全国产业工会，中央和国家机关工会联合会设立赛区，按地域、行业搭建赛事架构，各单位可点击赛事平台查阅相关赛事榜单成绩。

(二) 提供运动菜单, AI 系列: AI 跳绳、AI 开合跳、AI 蹲、AI 侧滑摸桩、AI 敏捷踢球、AI 敏捷摸球、AI 左右小跳、AI 障碍跳、AI 两端侧平举、AI 站立体前屈, 健步走, 跑步, 骑行, 工间健身训练等运动项目。

本次线上运动会项目属于普适性的运动项目, 可以适配各种运动习惯的职工, 通过不同的运动达标将数据汇总形成榜单成绩。根据时事热点以及现阶段工会重点工作拟定不同主题, 设置地图闯关环节。

五、竞赛规程

(一) 竞赛形式: 采用“菜单式”的运动达标+地图闯关的形式开展。

(二) 榜单设置: 设立赛区榜单(省、自治区、直辖市总工会, 各全国产业工会, 中央和国家机关工会联合会)、各赛区单位榜单、各赛区个人榜单。

(三) 竞赛组织:

1. 报名办法: 各市总工会、雄安新区、省直机关工会、省各产业和对口单位工会指定负责人扫描下方二维码, 与赛事主办方联系技术支持和运动会规程等相关事宜。通过赛区专属页面可及时了解本赛区单位及职工报名情况、运动达标情况, 赛区专属页面登陆省总工会微信公众号/省总工会 App-全国职工线上运动会(河北省)。



河北省赛事群二维码

1. 各参赛单位报名办法：各参赛单位须指定一名管理员，通过扫描下方二维码，选择所在地域、行业赛区统一进行报名，提交单位注册信息，开启单位运动团。本赛区范围内的机关、企事业单位均可建团参加。



2. 各参赛单位管理员登录 App 后，点击“成员邀请”向本单位职工发送邀请（二维码/链接），邀请职工加入本单位运动团，直接参与线上运动会。

3. 职工使用 Will Go App 记录每日运动数据并保存记录，每日数据参赛者可查阅。

4. 本次线上运动会以调动职工广泛参与、提升职工运动健身的积极性和持续性、激励职工运动达标为目的，提倡公平竞赛，平台每日将对运动数据进行反作弊审查，并清除异常数据。

（四）竞赛规则

1. 竞赛项目：根据各项运动所消耗的运动量计算，结合

职工运动习惯，将AI系列：AI跳绳、AI开合跳、AI深蹲、AI侧滑摸桩、AI敏捷踢球、AI敏捷摸球、AI左右小跳、AI障碍跳、AI两端侧平举、AI站立体前屈，健步走，跑步，骑行，工间健身训练等运动项目等运动项目进行分类，运动项目参与职工可依据“运动菜单”任意完成即算达标，达标完成后保存运动数据，每日数据参赛者均可查阅。

(1) 选择AI跳绳达标的队员，需每次完成100个，视为达标1次。

(2) 选择AI运动达标的队员，需要从（开合跳20次、深蹲15次、侧滑摸桩20次、敏捷踢球20次、敏捷摸球20次、左右小跳20次、障碍跳30次、两端侧平举20次、站立体前屈15秒）9项AI动作中任选4项，当四项AI运动全部完成后，视为达标1次。

(3) 选择健步走达标的队员，需完成6000步，每日请务必上传当日最终步数。

(4) 选择跑步达标的队员，达标里程为3公里，请在跑步前，点击App中跑步选项，开启跑步，并在跑步结束后，上传运动数据。

(5) 选择骑行达标的队员，达标里程为6公里，请在骑行前，点击App中骑行选项，开启骑行，并在骑行结束后，上传运动数据。

(6) 选择工间健身训练达标的队员，可选择在App中的“训练”卡片，任选运动健身项目累计完成20分钟，保存运

动数据即可达标。

2. 地图闯关

根据主题设置地图闯关环节，每个地图由多个点位关卡组成，每个关卡设定不同内容，包含党史问答、工运史、时事政策、红色故事、闯关奖励等。

3. 榜单设置

赛区榜单：按照单位数量（权重占比 30%）、参赛职工数量（权重占比 30%）、达标率（40%）进行综合排名。

赛区达标分值=每日达标分值的累加。每日达标分值即每日新增运动团数×系数 0.50+每日赛区内新增参赛职工数×系数 0.01+每日达标率×系数 300

各赛区单位榜单：按照单位人数及成员达标次数累计达标分值进行综合排名。

单位达标分值=每日单位达标分值的累加。每日单位达标分值即每日新增单位人数×系数 0.10+每日达标人次×系数 0.03。

各赛区个人榜单：按照个人达标次数进行排名，达标次数相同的，则按个人每日达标项目累计消耗卡路里总值进行排序。

个人达标次数=参赛期间内个人达标次数总和。个人卡路里=参赛期间内个人完成各运动任务所消耗的卡路里值。

4. 奖项设置

《全民健身计划(2021—2025 年)》发展目标提出，到 2025

年，经常参加体育锻炼人数比例达到 38.5%。通过线上运动会，数据化呈现全国职工运动达标的具体情况，由主办单位对达标率超过 38.5%的赛区颁发“优秀组织奖”，并根据各赛区综合榜单排名，对于前 10 名的赛区，颁发“中国梦·劳动美—永远跟党走 奋进新征程”全国职工线上运动会十佳赛区奖牌。主办单位对积极参与的职工提供积分兑换、抽奖、电子荣誉证书等多重形式精神及物质奖励。

六、工作要求

（一）高度重视，加强领导。各级工会要高度重视、广泛发动。为方便活动顺利开展，建立河北省赛区管理员群，请各市（含定州、辛集市）总工会宣教网络部，雄安新区总工会筹备组，省各产业工会、省直机关工会、省总对口单位工会宣教部指定项目具体负责人（管理员）加入管理群。

（二）积极参加，科学健身。各参赛单位要积极宣传健身运动知识，参与人员要确保身体健康，无不适合运动的任何疾病。在户外运动时务必注意交通安全，每日运动量力而行。在运动前，做一些简单的热身运动。遇极端天气，应避免在户外运动。

（三）广泛宣传，营造浓厚氛围。各级工会及参赛单位要加强宣传，及时利用职工宣传阵地、两微一端等对积极参与的单位及职工进行表扬和激励，营造浓厚活动氛围，持续扩大活动影响力，推进活动广泛开展。

七、联系人和联系方式

河北省总工会宣教网络部：

李会芹 0311-67569286

刘志超 0311-67569092

赛事运营及技术支持：

朱俊翰：18001183524

八、其他

本规程的最终解释权属主办单位，未尽事宜另行通知。