

# 上海市闵行区体育局

闵体〔2024〕42号

## 关于印发《2024年闵行区“全民健身日”和“体育宣传周”主题活动方案》的通知

各镇、街道（工业区）文体中心：

根据《体育总局办公厅关于开展2024年“全民健身日”主题活动的通知》《上海市体育局关于组织开展2024年“全民健身日”和“体育宣传周”活动的通知》精神，为关于做好全国第16个“全民健身日”和体育宣传周期间各项工作，现制定《2024年闵行区“全民健身日”和“体育宣传周”主题活动方案》，请认真组织落实。

特此通知。



# 2024年闵行区“全民健身日”和“体育宣传周” 主题活动方案

## 一、活动背景

2024年8月8日是我国第16个“全民健身日”，所在周为“体育宣传周”。为积极促进全民健身与全民健康深度融合，深入贯彻《全民健身条例》，闵行区举办“全民健身日·体育宣传周”主题活动，旨在通过一系列丰富多彩的体育赛事活动和科学健身宣传活动，激发广大群众参与体育锻炼的热情，传播积极健康生活方式，营造重视体育、支持体育、参与体育的浓厚社会氛围，促进全民健身事业高质量发展。

## 二、活动主题

全民健身与奥运同行

## 三、活动口号

全“闵”健身e起来

全“闵”健身 你我同行

全民健身 从我做起

全“闵”健身 科学健身

各街镇也可结合实际，提出特色鲜明、具有广泛感召力的其他宣传口号。

## 四、活动时间

2024年8月8日前后

## 五、活动内容

## (一) 区级主题活动

### 1. 区级赛事活动

根据年度工作安排的“全民健身日”活动特点，开展3场赛事活动。

时间	活动名称	主要办赛单位	地点	备注
8月3日	闵行区毽球比赛	区体育局	江川路街道	
8月8日	闵行区电竞比赛	区体育局	华漕镇	全程直播
8月8日	闵行区全民健身日 三对三篮球比赛	区体育局、古美 路街道	古美路街道	

### 2. 科学健身指导讲座

邀请科学健身相关领域专家开展5场科学健身专题讲座，并全程直播。

时间	讲座名称	举办单位	地点	备注
8月2日	体育舞蹈 对话身心	区体育局	待定	
8月8日	科学健身 乐龄运动	区体育局	区级体质监测中心	
8月9日	科学运动与营养摄入——以路跑为例	区体育局	华漕	
8月12日	运动与健康——运动损伤治疗	区体育局	待定	
8月15日	运动甩开压力——情绪管理保持健康心态	区体育局	七宝	

具体时间以实际通知为准。

### 3. 体育健身技能培训

邀请具有专业技能证书的老师开展3场体育健身技能培训，并全程直播。

时间	培训名称	举办单位	地点	备注
8月1日	缓解“职业病”，跟练“工间操”	闵行区体育局	工业区	
8月5日	夜跑、健身、球类等运动中常见运动损伤的预防	闵行区体育局	梅陇	
8月6日	心肺复苏术（CPR）技能培训	闵行区体育局	工业区	时间暂定

具体时间以实际通知为准。

#### 4. 社会体育指导员培训

8月9日举办一期社会体育指导员二级升一级培训。

#### 5. 公共体育场馆免费开放

8月8日当天区级体育场馆免费开放。

#### 6. 体质监测服务

8月12日至8月27日，开展国民体质监测常态化测试。

#### 7. 全民健身宣传片

(1) 8月8日在今日闵行、闵行体育微信公众号等平台发布闵行区全民健身宣传片；

(2) 剪辑并发布全民健身日和体育宣传周期间活动集锦，展现活动风采，扩大活动受众，提高全民健身影响力。

#### (二) 街镇主题活动

##### 1. 街镇级赛事活动

7月15日-8月30日期间，各街镇文体中心广泛开展“全民健身日”主题活动，满足群众多元化体育健身需求。

序号	街镇	活动名称	时间
1	浦江镇	浦江镇“8·8全民健身日”活动	8月4日
2	吴泾镇	吴泾镇社区踢跳健身赛	8月2日
3	马桥镇	马桥镇游泳比赛	8月1日
4		马桥镇全民健身主题活动	7月15日-8月30日
5	颛桥镇	上海市单人拔河、跳绳大奖赛暨2024年闵行区颛桥镇体育嘉年华系列活动	8月3日
6		颛桥镇第一届体育嘉年华-太极拳展示活动	8月8日
7	梅陇镇	老年健身团队展示交流赛	7月31日
8		室内健身打卡赛	8月2日
9		小铁人三项挑战赛	8月7日
10	莘庄镇	莘动一夏，“莘庄奥运会”	8月3日
11	七宝镇	七宝镇机关篮球对抗赛	8月8日
12	虹桥镇	上虹居委趣味运动会	8月2日
13		先锋公寓趣味运动会	8月8日
14		古北尚郡趣味运动会	8月15日
15	华漕镇	华漕镇社区健康运动会 九子趣味运动会	8月8日
16	江川路街道	区毽球比赛	8月3日
17		江川路街道凤凰景苑健身瑜伽技能培训	8月5日、12日
18	新虹街道	新虹街道全民健身日体育健身项目展示	8月7日
19	古美路街道	“全闵健身e起来”古美杯社区篮球友谊赛	8月8日
20	浦锦街道	浦锦街道8.8全民健身日游泳比赛	8月3日
21	莘庄工业区	暑期少儿武培训	8月6日、13日
22		太极拳培训	8月1日、6日、8日
23		莘庄工业区足球邀请赛	8月1日-8月15日

## 2. 公共体育场馆免费开放

8月8日当天市民健身中心、市民球场、市民健身驿站等一批公共体育场馆免费开放。鼓励社会体育场馆免费向公众开放。

## 3. 其他活动

各街镇也可结合实际，开展特色鲜明、群众喜爱的其他

特色活动。

## 六、宣传推广

邀请专业机构对活动过程进行拍摄、直播，并剪辑集锦成片，利用微博、微信等社交平台，发布活动信息，增加用户互动。

利用闵行体育微信公众号做好相关宣传，策划制作专题报道，与闵行融媒体合作，进行活动预告、直播和报道。

## 七、组织保障

（一）加强组织，确保安全有序。将安全防范放在主题活动组织工作的突出重要位置，加强指导，强化监督。根据赛事活动规模、参与人群特点等，与公安等部门密切配合，制定切实可行的安全预案，确保活动安全有序。

（二）聚焦需求，加大服务供给。精准聚焦市民多样化健身需求，把更多资源下沉到群众身边，不断加大群众身边全民健身公共服务供给，结合项目特点和专业优势，通过各种灵活多样的方式举办赛事活动，提供科学健身等各类服务。

（三）用好阵地，营造浓厚氛围。突出“全民健身与奥运同行”主题，利用闵行体育公众号做好相关宣传，策划制作专题报道，联合今日闵行融媒体资源和其他新媒体平台，持续推送图文视频等信息，营造全民健身的浓厚氛围。

公开属性：主动公开

闵行区体育局办公室

2024年7月30日印发