

# 四川省总工会

---

## 关于组织参与“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

各市（州）总工会宣传教育部，省产业（局）、企业集团（公司）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》（国发〔2021〕11 号）精神，落实全民健身国家战略，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，按照中华全国总工会《关于组织开展“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的通知》精神，请各单位积极组织发动，引导广大职工踊跃参与全国职工线上运动会。

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（四川赛区）；

四川省总工会宣传部

2021年11月12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（四川赛区）

## 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。

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）四川赛区：

### 1. 报名办法：

步骤一：各市（州）总工会、省产业（局）工会、

企业集团（公司）工会结合实际建团参赛，建团模块搭建相关问题，请联系赛事运营及技术支持人员（联系方式附后）。

步骤二：各市（州）总工会、省产业（局）工会、企业集团（公司）工会按照组队数量，需分别指定一名管理员，扫描下方二维码，按照相关步骤，进行报名，提交单位注册信息，开启本单位运动团。

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运动团数×系数 0.50+每日赛区内参赛职工数×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

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。

省总工会宣教部将对达标率超过 38.5%、综合排名前 8 名的市（州）总工会、省产业（局）工会分别授予优秀组织奖并颁发荣誉证书。对达标率超过 38.5%、综合排名前 20 名企业集团（公司）工会授予优秀组织奖并颁发荣誉证书。

各单位可结合实际，自行制定奖励政策，对积极参



与的单位和个人进行表扬鼓励。

## 六、工作要求

（一）高度重视，加强领导。各市（州）总工会、省产业（局）、企业集团（公司）工会要高度重视、广泛发动，确保活动顺利开展。

（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，参与人员身体要健康，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，每日活动量力而行。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，营造氛围。各参赛单位要加强宣传，及时利用工会宣传阵地、两微一端等对积极参与的单位及职工进行表扬和激励，浓厚活动氛围，持续扩大活动影响力，推进活动广泛开展。

## 七、联系方式

中华全国总工会宣传教育部：

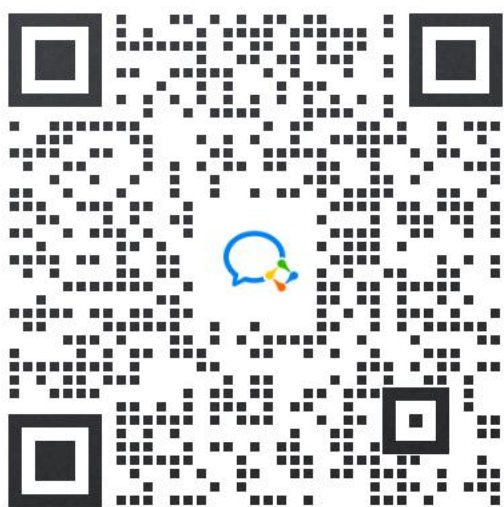
阎伟：010-68592069

四川省总宣传教育部：

孟玲、何锐：028-86120573

赛事运营及技术支持：

朱俊翰：18001183524



各市（州）总工会、省产业（局）、企业集团（公司）工会，指定一名负责人扫描下方二维码加入四川省职工线上运动会工作群。

#### 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。