

# 安徽省体育局文件

皖体群〔2022〕16号

## 安徽省体育局关于开展 科学健身指导“四进”活动的通知

各市体育行政部门：

为全面实施《全民健身计划（2021-2025年）》，提升人民群众的健康水平，经研究决定，在全省范围内组织开展科学健身进机关、进企业、进校园、进社区活动。现将有关事项通知如下。

### 一、活动主题

普及科学健身理念，推广科学健身方法，提升健康水平。

### 二、主要目标

形成人人爱健身、人人会健身、科学健身的良好氛围，提高经常参加体育锻炼的人数比例，提高国民体质达标率，不断提升广大城乡居民的身体素质和健康水平。

### 三、活动内容

各级体育行政部门组织开展国民体质检测，采取送上门、请进来的形式，在机关、企事业单位、学校、社区普及科学健身知识，开展体质检测、运动能力、运动风险评估和国家体育锻炼标准达标测试，提供科学健身方案，检验健身效果。

### 四、主要措施

#### （一）开展国民体质检测。

各级体育行政部门组织开展体质检测，评价检测对象的身体形态、身体机能、身体素质等指标，为检测对象出具体质检测报告，提出科学健身指导建议。

#### （二）组织开展达标测验活动。

各级体育行政部门根据常态化疫情防控要求，组织开展国家体育锻炼标准达标测验活动，评价健身群众身体素质和运动机能，检验健身群众体育锻炼效果。

#### （三）组织开展科学健身指导服务。

结合全省科学健身指导中心建设，培养能看懂运动处方的社会体育指导员，在科学健身指导中心和健身站点开展科学健身指导服务，提高科学健身指导服务率和服务水平。

### 五、工作进度

#### （一）准备阶段（2022年3月-2022年4月）。

1.各市体育行政部门制定科学健身指导“四进”工作方案。

2.省体育局组织科学健身指导工作培训。

(二)工作开展阶段(2022年4月-2022年10月)。

1.各市、县(市、区)体育行政部门指导市科学健身指导中心开展国民体质检测。

2.组织开展国家体育锻炼标准达标测验活动。

3.组织社会体育指导员开展科学健身指导服务。

4.省体育局组织人员调研国民体质检测和达标测验工作。

(三)数据处理阶段(2022年10月-2022年11月)。

1.2022年10月底前,各市将汇总的国民体质检测数据报送省国民体质监测中心,并报送“四进”工作总结。

2.2022年11月底前,省国民体质监测中心完成全省检测数据的检查验收和统计。

(四)总结阶段(2022年11-2022年12月)。

省体育局组织撰写《2022年安徽省国民体质检测报告》,各市体育行政部门组织撰写本地国民体质检测报告。

## 六、有关要求

(一)提高认识。各级行政部门要高度重视科学健身指导“四进”活动,将其作为“我为群众办实事”的重要内容,加强活动领导,精心组织实施,进一步提升科学健身服务指导水平。

(二)加强宣传。各级体育行政部门充分利用广播电视、平面媒体、互联网等形式宣传科学健身服务活动,普及科学健身知识,树立科学健身理念,形成浓厚的科学健身氛围。

(三) 加强安全。各级体育行政部门合理安排参与活动的人群规模、顺序，对活动场地、设施进行安全隐患排查，确保安全有序，并做好新冠疫情常态化防控。



2022年3月21日

---

安徽省体育局办公室

2022年3月21日印发

---