

# 晋城市体育局 文件

## 中共晋城市委老干部局

晋市体字〔2024〕56号

### 关于组织开展2024年“九九重阳” 全民健身主题活动的通知

各县（市、区）卫生健康和体育局、老干部局，各相关单位，各市级体育社会组织、各县（市、区）、晋能装备制造集团老体协：

2024年10月11日是我国第十二个“老年节”。为深入学习贯彻党的二十大、二十届二中、三中全会精神，全面贯彻落实习近平总书记关于体育工作和老龄工作的重要论述，深入实施全民健身国家战略、积极应对人口老龄化国家战略，充分发挥体育在应对人口老龄化方面的积极作用，促进银发经济发展，决定于2024年“老年节”（重阳节）前后，在全市范围内开展2024年晋城市“九九重阳”全民健身主题活动。现将有关事项

通知如下：

## 一、指导思想

坚持以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导，全面贯彻党的二十大和二十届二中、三中全会精神，坚持以人民为中心的理念，深入实施积极应对人口老龄化战略、健康中国战略和全民健身国家战略，宣传普及运动促进健康知识，传播健身促健康理念，大力弘扬中华民族孝亲敬老传统美德，营造全社会共同关注老年人身心健康的良好氛围，不断提升广大老年人的获得感、幸福感。

## 二、活动主题

重阳乐动健康相伴

## 三、活动时间

2024年10月1日-31日

## 四、宣传口号

全民健身动起来

重阳健身行，健康你我他

敬老从心，健康从行

感党恩，敬老人

强体魄，共筑健康中国

敬老传统，健身风尚

九九重阳，孝亲敬老

运动重阳，健康银龄

让敬老成为习惯，让健身成为自然

传承敬老美德，倡导健康生活

## 五、活动内容

**（一）广泛开展“九九重阳”全民健身主题活动。**结合实际，因地制宜，安全有序，积极组织开展形式多样、内容丰富、群众身边、适合老年人参加的全民健身赛事活动。市体育局、市委老干部局将于10月11日共同举办2024年晋城市“九九重阳”全民健身主题活动暨第五届老年人体育健身大会启动仪式（规程附后）。

**（二）开放公共体育场馆。**按照《全民健身基本公共服务标准（2021年版）》《公共体育场馆基本公共服务规范》要求，鼓励各公共体育场馆在“老年节”（重阳节）当天免费向老年人开放，方便广大老年人参加全民健身活动。

**（三）大力开展科学健身指导。**结合老年人特点，采取线上线下相结合的形式，举办“科学健身大讲堂”“科学健身指导走基层”等内容丰富、形式多样的科学健身指导活动。通过各类传统媒体、新兴媒体广泛传播全民健身文化，推广科学健身方法，不断提高老年人参与体育健身的积极性，使科学健身理念深入人心。

**（四）深入开展志愿服务活动。**动员广大社会体育指导员深入基层开展各类健身指导志愿服务活动；充分发挥老年人体育协会的优势，组织助老志愿服务团队，鼓励下乡、进村指导老年群

众科学锻炼，提高健身意识。

## 六、工作要求

**（一）认真组织落实。**要把落实积极应对人口老龄化和“全民健身”国家战略贯穿到活动的各方面各环节，大力弘扬孝亲敬老传统美德，加强组织领导，提早谋划、统筹推进。更加精准聚焦老年人多样化健身需求，把更多资源下沉到群众身边，不断加大群众身边赛事活动供给。在活动开展过程中，要厉行节约、淡化形式、务实求效。

**（二）广泛开展宣传。**积极协调新闻媒体参与策划设计和宣传组织，利用好新媒体平台，传播积极老龄观、健康老龄化理念；讲好老年人健身故事、孝亲敬老故事，营造重视健身、参与健身、有利于健身和全社会共同关心老年人身心健康的浓厚社会氛围。

**（三）确保活动安全。**要将安全防范放在健身活动组织工作的突出重要位置，落实主体责任，按照“谁审批、谁负责”“谁主管、谁负责”的原则，确保赛事活动安全有序。要加强对赛事活动场地安全防护设施的监督检查和管理，根据活动规模、参与人群特点等，与公安、气象、交通、旅游、卫生健康、应急管理等部门密切配合，制定切实可行的安全预案和熔断机制，将安全防范工作落实到位。

请于2024年9月27日前报送《2024年“九九重阳”全民健身主题活动计划表》；于2024年11月8日前报送活动情况总

结资料，并以电子邮件方式发送至市体育局群众体育科（jctyj405@126.com）。

附件：

1. 2024年“九九重阳”全民健身主题活动计划表
2. 2024年晋城市“九九重阳”全民健身主题活动暨第五届老年人体育健身大会总规程
3. 2024年晋城市“九九重阳”全民健身主题活动暨第五届老年人体育健身大会太极拳（剑）项目规程
4. 2024年晋城市“九九重阳”全民健身主题活动暨第五届老年人体育健身大会气排球项目规程
5. 2024年晋城市“九九重阳”全民健身主题活动暨第五届老年人体育健身大会健身秧歌项目规程
6. 2024年晋城市“九九重阳”全民健身主题活动暨第五届老年人体育健身大会健身球操项目规程
7. 2024年晋城市“九九重阳”全民健身主题活动暨第五届老年人体育健身大会广场舞项目规程
8. 2024年晋城市“九九重阳”全民健身主题活动暨第五届老年人体育健身大会柔力球项目规程



附件 1

## 2024 年“九九重阳”全民健身主题活动计划表

单位：\_\_\_\_\_ 联系人：\_\_\_\_\_ 电话：\_\_\_\_\_

序号	活动名称	主办单位	时间	地点	人数	媒体报道	
						在各级报刊、网站、视频号等宣传的数量	是否直播
1							
2							
3							
4							
5							
...							

## 附件 2

# 2024 年晋城市“九九重阳”全民健身主题活动 暨第五届老年人体育健身大会总规程

### 一、主办单位

晋城市体育局

中共晋城市委老干部局

### 二、承办单位

晋城市老年人体育协会

### 三、项目设置

设太极拳（剑）、气排球、健身秧歌、健身球操、广场舞、柔力球等项目。

### 四、交流办法

按照各项目最新竞赛规则，以及第五届老健会各单项规程执行。

### 五、参加办法

（一）各县（市、区）及所属乡镇（居委）各报 1 支代表队；驻市企业、市直单位、各级老体协等均可组队参加，各单位可报 1—2 支代表队。

（二）其它参加办法要求详见各单项规程。

### 六、时间及地点

（一）2024 年 10 月至 11 月。各项目具体地点、时间安排

详见各单项规程：

(二)开幕式与太极拳(剑)项目交流活动于10月11日(重阳节)举办，地址另行通知。

## **七、资格与审查**

### **(一) 参加人员资格**

1. 山西省晋城市户籍老年人。

2. 县级及以上医院健康证明。

3. 参加人员年龄以各单项规程规定为准。

4. 参加人员代表本人户籍所在地参加活动。长期居住地人员以本人居住证为依据代表所在地参加，具体要求由各单项规程制定。

5. 参加人员必须以同一身份报名，不得跨县(市、区)、跨项目、跨年龄组别参加活动。

### **(二) 资格审查**

1. 参加单位须依据总规程和单项规程规定对参加人员进行自查。

2. 各单项组委会须根据总规程和单项规程规定对参加人员进行资格审查。

3. 在资格审查或参加交流活动中违反总规程和单项规程规定的，一经查实，取消其参加资格及在该项目中已获奖项。

## **八、奖励办法**

(一) 大会设优胜、优秀奖。按参加队数的60%、40%比例

颁发奖牌。根据项目特点可增设冠、亚、季军及最佳编排、最佳创新等奖项。

(二) 参加大会的代表队人员均颁发获奖证书。

(三) 设优秀组织奖，颁发给在组织承办活动中工作成绩突出的单位。

## **九、仲裁和裁判委员会**

(一) 设仲裁委员会，组成人员由主办单位选派。

(二) 设裁判委员会，裁判长、副裁判长、骨干裁判员由主办单位选派。

## **十、保险**

(一) 参加活动人员须按照要求购买人身意外伤害、突发急性病身故、附加意外医疗等保险。

(二) 参加人员在报到时须出示保险原件（或证明材料），未办理保险的人员，不得参加交流活动。

## **十一、经费**

各代表队往返交通、食宿、体检、保险等费用自理。裁判、工作人员各项费用由主办单位承担。

## **十二、其他**

各代表队可由企业冠名，服装上允许出现广告。

**十三、本总规程解释权归主办单位。未尽事宜，另行通知。**

附件 3

# 2024 年晋城市“九九重阳”全民健身主题活动 暨第五届老年人体育健身大会太极拳（剑） 项目规程

## 一、主办单位

晋城市体育局

中共晋城市委老干部局

## 二、承办单位

晋城市老年人体育协会

## 三、时间、地点

赛程一天，具体时间地点另行通知。

## 四、竞赛项目

集体项目（需配乐，所配音乐不得有歌词伴唱和说唱的曲目；  
自备 U 盘，召开联席会时交大会编排记录处）

（一）集体拳术：24 式太极拳规定套路。

（二）集体器械：32 式太极剑规定套路、太极功夫扇规定  
套路任选一项

## 五、参加办法

（一）各县（市、区）及所属乡镇（居委）各报 1 支代表队；  
驻市企业、市直单位、各级老体协等均可组队参加，各单位可报

1—2 支代表队。

(二) 每支代表队可报领队 1 人、教练员 1 人、队员 8—12 人(领队、教练可兼队员)。

(三) 男队员年龄为 55 岁(1969 年出生)至 70 岁(1954 年出生),女队员年龄为 50 岁(1974 年出生)至 70 岁(1954 年出生)。

## 六、竞赛与评分办法

(一)采用中国武术协会印制的《传统武术竞赛规则》(2012)及相关补充规定。

(二)项目时间:

1. 太极拳完成套路时间不得超过 5 分钟。演练至 4 分钟时,裁判长鸣哨提示;

2. 太极器械完成套路时间不得超过 3 分钟。演练至 2 分钟时,裁判长鸣哨提示;

3. 规定项目必须按照规定套路编排顺序演练,不得增减和改变动作,裁判长鸣哨后剩余套路未完成不予扣分;

4. 集体项目时间不得超过 5 分钟,须配乐(自备 U 盘),音乐伴奏中不能出现说唱词等内容,若出现说唱词裁判长总扣 0.1 分;未配乐者裁判长总扣 0.1 分。比赛中由本队队员举手示意后开始播放音乐。

(三)集体项目必须着装统一;可着民族服装参赛。

(四)竞赛项目顺序,由编排组根据竞赛时间提前编排,报

裁判长审定；参赛队出场顺序，由编排记录组根据规则抽签决定。

（五）报到后，若对本队参赛项目异议者，务必于联席会、技术会之前，由本队领队、教练填写申请表并签字递交大会裁判长经审核无误后，予以更改。

各代表队需将项目音乐（用 mp3 格式，文件包含项目、参赛单位名称等基本信息）与《2024 年晋城市“九九重阳”全民健身主题活动暨晋城市第五届老健会太极拳（剑）项目报名表》电子版等一并发送至指定电子邮箱。同时将套路音乐存储在 U 盘上携带至赛场备用，每个 U 盘只能存储一首音乐。如因代表队音乐制作问题导致音乐播放不清晰或意外中断、终止等，由代表队自行负责。

## 七、奖项设置

集体拳术项目、集体器械项目按参加队数的 60%、40% 比例颁发优胜、优秀奖牌和证书。

## 八、报名和报到

### （一）报名

1. 各单位请于 2024 年 10 月 8 日前将电脑打印并加盖公章的《2024 年晋城市“九九重阳”全民健身主题活动暨第五届老健会太极拳（剑）项目报名表》、第二代身份证扫描件、本人及家属签字的《2024 年晋城市“九九重阳”全民健身主题活动暨第五届老健会太极拳（剑）项目自愿参赛责任书》（以下简称责任书）、每位队员县级及以上医院健康证明扫描件通过电子邮件一

式两份报至承办单位，并请以电话方式确认报名成功。

2. 报名后代表队人员一般不得更改，如有特殊情况需更换队员时，须在报到前提交正式书面申请，并按照规定附上全部资料，经组委会同意后方可更换。

### 3. 报名联系方式

联系人及电话：王 强 13994706601

王 平 15635692043

邮 箱：529323875@qq.com

## （二）报到

1. 时间、地点：另行通知

2. 报到时须向大会组委会提供人员第二代身份证原件、保险保单原件、健康证明原件、本人及家属签字的《自愿参加责任书》，未能提供上述材料者均不允许参加活动。

## 九、保险

（一）参加人员须按照要求购买人身意外伤害、突发急性病身故、附加意外医疗等保险。参加人员可自行在当地购买上述保险。

1. 保险期限：至少须包括比赛及往返路程时间区间。

2. 保险范围：保险期间内被保险人参加比赛过程（含参赛往返途中）出现的意外伤害事故或突发急性事故。

（二）参加人员在报到时应出示保险原件（或证明材料），未办理保险的人员，不得参加活动。

(三)各代表队参赛人员在比赛期间出现意外,由参赛组队单位负责,组委会将积极采取救助措施,但不承担法律责任。救治费用保险理赔或自理。

## **十、仲裁和裁判委员会**

(一)设仲裁委员会与裁判委员会,仲裁、裁判长、副裁判长、骨干裁判员由主办单位选派。

(二)辅助裁判员由市老年人体育协会选调。

## **十一、经费**

各代表队往返交通、食宿、保险等费用自理。裁判、工作人员等人员相关费用由主办单位承担。

**十二、本规程由主办单位负责解释。**

**十三、未尽事宜,另行通知。**

# 2024年晋城市“九九重阳”全民健身主题活动 暨第五届老健会太极拳（剑）项目报名表

参加单位（章）： \_\_\_\_\_ 联系人： \_\_\_\_\_ 电话： \_\_\_\_\_ 手机： \_\_\_\_\_

身 份	姓 名	性 别	民 族	身份证号码	备 注
领 队					
教 练					
队 员					

注：表格要求电脑打印，手写无效。

2024 年    月    日

# 2024年晋城市“九九重阳”全民健身 主题活动暨第五届老健会太极拳（剑）项目 自愿参加责任书

我自愿报名参加2024年晋城市第五届全国老年人体育健身大会太极拳（剑）项目比赛，并自主签署本责任书。对以下内容我已认真阅读、全面理解且予以确认并承担相应的法律责任：

一、我愿意遵守本次活动的所有规定；如果本人在活动过程中发现或注意到任何风险和潜在风险，本人将立刻终止活动并报告组委会。

二、我充分了解本次活动期间有潜在的危險，以及可能由此而导致的受伤或事故，我对自己的安全负责。

三、我完全了解自己的身体状况，确认自己的健康状况良好并能参加本次交流活动，因此我郑重声明：我自愿参加本次活动，并独立承担相应结果。

四、我同意接受本次活动的各方组织单位在活动期间提供的现场急救性质的医务治疗和医院救治等服务，由此发生的相关费用由我本人承担。

领队签名：

本人签名：

亲属签名：

2024年 月 日

## 附件 4

# 2024 年晋城市“九九重阳”全民健身 主题活动暨第五届老年人体育健身大会 气排球项目规程

### 一、主办单位

晋城市体育局  
中共晋城市委老干部局

### 二、承办单位

晋城市老年人体育协会

### 三、时间地点

赛程两天，具体时间地点另行通知。

### 四、竞赛项目

男子组、女子组

### 五、参加办法

（一）各县（市、区）、晋能装备制造集团老年人体育协会和市直各单位和社会团体均可报名参加，各单位可报男、女各 1 支参赛队。

（二）各单位代表队可报领队 1 人、教练 1 人、男、女队员各 8 人（领队、教练可兼队员）。

（三）男队员年龄为 45 岁（1979 年出生）至 65 岁（1959 年出生）；女队员年龄为 42 岁（1982 年出生）至 65 岁（1959 年

出生)。

## 六、竞赛与评分办法

(一) 比赛执行中国老年人体育协会审定的《气排球竞赛规则》。

(二) 比赛网高: 男子组网高 2.1 米, 女子组网高 1.9 米。

(三) 比赛分两个阶段进行, 第一阶段采用分组单循环竞赛办法, 单循环编排采用“贝格尔”编排法。第二阶段采用交叉决赛办法。

(四) 单循环赛成绩计算办法: 胜者得 2 分, 负者得 1 分, 弃权 0 分, 积分高者名次列前。如两队或两队以上和分相等, 则以 C 值高者名次列前:  $A$  (胜局总数) /  $B$  (负局当数) =  $C$  值。如两队  $C$  值仍相等, 则以  $Z$  值高者名次列前:  $X$  (总得分数) /  $Y$  (总失分数) =  $Z$  值。如  $Z$  值仍相等, 则按他们之间胜负决定名次, 如三队以上  $Z$  值相等, 则按他们之间净胜局决定名次。

(五) 上场队员服装样式、颜色须整齐统一, 上衣前、后均须有明显号码, 场上队长应有明显标志。

(六) 比赛用球: 恒佳 L305 气排球。

## 七、奖项设置

男子组、女子组决出所有名次, 前三名颁发冠、亚、季军奖杯和证书, 其余颁发奖牌和证书。

## 八、报名和报到

### (一) 报名

1. 各单位请于2024年10月8日前将电脑打印并加盖公章的《2024年晋城市“九九重阳”全民健身主题活动暨第五届老健会气排球项目报名表》、第二代身份证扫描件、本人及家属签字的《2024年晋城市“九九重阳”全民健身主题活动暨第五届老健会气排球项目自愿参赛责任书》(以下简称责任书)、每位队员县级及以上医院健康证明扫描件通过电子邮件一式两份报至承办单位, 并请以电话方式确认报名成功。

2. 报名后代表队人员一般不得更改, 如有特殊情况需更换队员时, 须在报到前提交正式书面申请, 并按照规定附上全部资料, 经组委会同意后方可更换。

### 3. 报名联系方式

联系人及电话: 王 强 13994706601

王 平 15635692043

邮 箱: 529323875@qq.com

## (二) 报到

1. 时间地点: 另行通知

2. 报到时须向大会组委会提供人员第二代身份证原件、保险保单原件、健康证明原件、本人及家属签字的《自愿参加责任书》, 未能提供上述材料者均不允许参加活动。

## 九、保险

(一) 参加人员须按照要求购买人身意外伤害、突发急性病身故、附加意外医疗等保险。参加人员可自行在当地购买上

述保险。

1. 保险期限：至少须包括比赛及往返路程时间区间。

2. 保险范围：保险期间内被保险人参加比赛过程（含参赛往返途中）出现的意外伤害事故或突发急性事故。

（二）参加人员在报到时应出示保险原件（或证明材料），未办理保险的人员，不得参加交流活动。

（三）各代表队人员在比赛期间出现意外，由参赛组队单位负责，组委会将积极采取救助措施，但不承担法律责任。救治费用保险理赔或自理。

## **十、仲裁和裁判委员会**

（一）设仲裁委员会与裁判委员会，仲裁、裁判长、副裁判长、骨干裁判员由主办单位选聘。

（二）辅助裁判员由市老年人体育协会选调。

## **十一、经费**

各代表队往返交通、食宿、保险等费用自理。裁判、工作人员等人员相关费用由主办单位承担。

**十二、本规程由主办单位负责解释。**

**十三、未尽事宜，另行通知。**

# 2024年晋城市“九九重阳”全民健身主题活动 暨第五届老健会气排球项目报名表

参加单位(章): \_\_\_\_\_ 联系人: \_\_\_\_\_ 电话: \_\_\_\_\_ 手机: \_\_\_\_\_

身 份	姓 名	性 别	民 族	身份证号码	备 注
领 队					
教 练					
男队员					
女队员					

注：表格要求电脑打印，手写无效。

2024 年    月    日

# 2024年晋城“九九重阳”全民健身 主题活动暨第五届老健会气排球项目 自愿参加责任书

我自愿报名参加2024年晋城市第五届全国老年人体育健身大会气排球项目比赛，并自主签署本责任书。对以下内容我已认真阅读、全面理解且予以确认并承担相应的法律责任：

一、我愿意遵守本次活动的所有规定；如果本人在活动过程中发现或注意到任何风险和潜在风险，本人将立刻终止活动并报告组委会。

二、我充分了解本次活动期间有潜在的危險，以及可能由此而导致的受伤或事故，我对自己的安全负责。

三、我完全了解自己的身体状况，确认自己的健康状况良好并能参加本次交流活动，因此我郑重声明：我自愿参加本次活动，并独立承担相应结果。

四、我同意接受本次活动的各方组织单位在活动期间提供的现场急救性质的医务治疗和医院救治等服务，由此发生的相关费用由我本人承担。

领队签名：

本人签名：

亲属签名：

2024年 月 日

# 2024 年晋城市“九九重阳”全民健身 主题活动暨第五届老年人体育健身大会 健身秧歌项目规程

## 一、主办单位

晋城市体育局

中共晋城市委老干部局

## 二、承办单位

晋城市老年人体育协会

## 三、时间地点

赛程一天，具体时间地点另行通知。

## 四、竞赛项目

### （一）规定套路：

从第五套《海派秧歌》、第六套《家乡好》、第七套《梦来不想走》、第八套《盛世秧歌》中选择一套。

### （二）自编套路：自行创编一套动作。

## 五、参加办法

（一）各县（市、区）及所属乡镇（居委）各报 1 支代表队；  
驻市企业、市直单位、各级老体协等均可组队参加，各单位可报  
1—2 支代表队。

(二) 每支代表队可报领队 1 人、教练员 1 人、队员 12 人 (领队、教练可兼队员), 鼓励男队员参加。

(三) 男队员年龄为 55 岁 (1969 年出生) 至 70 岁 (1954 年出生), 女队员年龄为 50 岁 (1974 年出生) 至 70 岁 (1954 年出生)。

## 六、竞赛与评分办法

(一) 采用国家体育总局社体中心 2018 年审定的《健身秧歌 (鼓) 竞赛规则与裁判法 (试行)》。

(二) 每队可报健身秧歌规定套路或自编套路, 也可两项都报。

(三) 健身秧歌规定套路和自编套路上场队员 12 人, 缺少一名参赛队员扣 0.2 分; 所有参赛项目性别不限, 鼓励男性参加, 每上场 1 名男队员加 0.5 分, 最多加 2 分。

(四) 规定套路执行国家总局社体中心审定的成套推广套路, 音乐由大会统一播放。

(五) 健身秧歌自编套路时间为 4 分钟至 4 分 30 秒 (以器械、音响或动作启动开始计时)。不得出现舞台化、情节化的编排, 可使用手绢绸巾、扇子、短花棍等轻器械不得使用其他道具。出场队员的服装须统一, 项目特点鲜明。第八套规定动作, 手持扇子长度 0.3 米左右。

(六) 健身秧歌各队需事先提交自编套路的步法名称和队形图案。

(七) 自编音乐必须单独刻录在高质量的 U 盘上, U 盘只允许有比赛用的音乐。

各代表队需将自编项目音乐(用 mp3 格式, 文件包含项目、参赛单位名称、自编套路音乐和歌曲名称)与《晋城市第五届老健会健身秧歌项目报名表》电子版等一并发送至指定电子邮箱。同时将自编套路音乐存储在 U 盘上携带至赛区备用, 每个 U 盘只能存储一首音乐。如因代表队音乐制作问题导致音乐播放不清晰或意外中断、终止等, 由代表队自行负责。

(八) 场地为 15m × 15m。

## 七、奖项设置

规定套路、自编套路按参加队数的 60%、40%比例颁发优胜、优秀奖牌和证书。

为鼓励项目发展, 设最佳创编奖、最佳表演奖。

## 八、报名和报到

### (一) 报名

1. 各单位请于 2024 年 10 月 18 日前将电脑打印并加盖公章的《2024 年晋城市“九九重阳”全民健身主题活动暨第五届老健会健身秧歌项目报名表》、第二代身份证扫描件、本人及家属签字的《2024 年晋城市“九九重阳”全民健身主题活动暨第五届老健会健身秧歌项目自愿参赛责任书》(以下简称责任书)、每位队员县级及以上医院健康证明扫描件通过电子邮件一式两份报至承办单位, 并请以电话方式确认报名成功。

2. 报名后代表队人员一般不得更改, 如有特殊情况需更换队员时, 须在报到前提交正式书面申请, 并按照规定附上全部资料, 经组委会同意后方可更换。

### 3. 报名联系方式

联系人及电话: 王 强 13994706601

王 平 15635692043

邮 箱: 529323875@qq.com

## (二) 报到

1. 时间地点: 另行通知

2. 报到时须向大会组委会提供人员第二代身份证原件、保险保单原件、健康证明原件、本人及家属签字的《自愿参加责任书》, 未能提供上述材料者均不允许参加活动。

## 九、保险

(一) 参加人员须按照要求购买人身意外伤害、突发急性病身故、附加意外医疗等保险。参加人员可自行在当地购买上述保险。

1. 保险期限: 至少须包括比赛及往返路程时间区间。

2. 保险范围: 保险期间内被保险人参加比赛过程(含参赛往返途中)出现的意外伤害事故或突发急性事故。

(二) 参加人员在报到时应出示保险原件(或证明材料), 未办理保险的人员, 不得参加交流活动。

(三) 各代表队人员在比赛期间出现意外, 由参赛组队单位负责, 组委会将积极采取救助措施, 但不承担法律责任。救治费

用保险理赔或自理。

## **十、仲裁和裁判委员会**

（一）设仲裁委员会与裁判委员会，仲裁、裁判长、副裁判长、骨干裁判员由主办单位选聘。

（二）辅助裁判员由市老年人体育协会选调。

## **十一、经费**

各代表队往返交通、食宿、保险等费用自理。裁判、工作人员等人员相关费用由主办单位承担。

**十二、本规程由主办单位负责解释。**

**十三、未尽事宜，另行通知。**

# 2024年晋城市“九九重阳”全民健身主题活动 暨第五届老健会健身秧歌项目报名表

参加单位(章): \_\_\_\_\_ 联系人: \_\_\_\_\_ 电话: \_\_\_\_\_ 手机: \_\_\_\_\_

身 份	姓 名	性 别	民 族	身份证号码	备 注
领 队					
教 练					
队 员					

参赛项目: 规定套路曲目 \_\_\_\_\_; 自编套路曲目: \_\_\_\_\_

注: 表格要求电脑打印, 手写无效。

2024年 月 日

# 2024年晋城市“九九重阳”全民健身 主题活动暨第五届老健会健身秧歌项目 自愿参加责任书

我自愿报名参加2024年晋城市第五届全国老年人体育健身大会健身秧歌项目比赛，并自主签署本责任书。对以下内容我已认真阅读、全面理解且予以确认并承担相应的法律责任：

一、我愿意遵守本次活动的所有规定；如果本人在活动过程中发现或注意到任何风险和潜在风险，本人将立刻终止活动并报告组委会。

二、我充分了解本次活动期间有潜在的危險，以及可能由此而导致的受伤或事故，我对自己的安全负责。

三、我完全了解自己的身体状况，确认自己的健康状况良好并能参加本次交流活动，因此我郑重声明：我自愿参加本次活动，并独立承担相应结果。

四、我同意接受本次活动的各方组织单位在活动期间提供的现场急救性质的医务治疗和医院救治等服务，由此发生的相关费用由我本人承担。

领队签名：

本人签名：

亲属签名：

2024年 月 日

# 2024 年晋城市“九九重阳”全民健身 主题活动暨第五届老年人体育健身大会 健身球操项目规程

## 一、主办单位

晋城市体育局

中共晋城市委老干部局

## 二、承办单位

晋城市老年人体育协会

## 三、时间地点

赛程一天，具体时间地点另行通知。

## 四、竞赛项目

(一) 健身球操 规定套路

女子组：第 13 套、15 套规定套路（各单位可从中任选一套）

(二) 健身球操 自编套路

## 五、参加办法

(一) 各县（市、区）及所属乡镇（居委）各报 1 支代表队；  
驻市企业、市直单位、各级老体协等均可组队参加，各单位可报  
1—2 支代表队。

(二) 每支代表队可报领队 1 人、教练员 1 人、队员 12 人

(领队、教练可兼队员)。

(三) 队员年龄为 50 岁 (1974 年出生) 至 70 岁 (1954 年出生)。

(四) 每名队员只能代表一支队伍参赛。

## 六、竞赛与评分办法

(一) 执行中国老年人体育协会审定的《健身球操竞赛规则 (2020 年修订版)》。

(二) 规定套路、自编套路出场顺序在报到当天联席会上抽签决定。

(三) 规定套路要求:

规定套路的音乐由大会准备, 统一播放。

(四) 自编套路要求:

1. 自编套路器械为单球、双球两种, 各队只能选报一种, 共同评分和录取成绩。

2. 根据健身球操“健身性、保健性、艺术性”要求创编。不得与规定套路雷同。展示时限为 4 分 10 秒至 4 分 30 秒。

3. 自编套路音乐由各队自备 (MP3 格式), 必须制作在高质量的 U 盘中, U 盘内不允许有其他乐曲, 并以工整字体标明参赛队名、组别, 按照活动规定时间交裁判组。

4. 自编套路必须是自己创编, 不得抄袭。

各代表队需将自编项目音乐 (用 mp3 格式, 文件包含项目、参赛单位名称、自编套路音乐和歌曲名称) 与《晋城市第五届老

健会健身球操项目报名表》电子版等一并发送至指定电子邮箱。同时将自编套路音乐存储在 U 盘上携带至赛区备用，每个 U 盘只能存储一首音乐。如因代表队音乐制作问题导致音乐播放不清晰或意外中断、终止等，由代表队自行负责。

场地为 15m × 15m。

## 七、奖项设置

规定套路、自编套路按参加队数的 60%、40%比例颁发优胜、优秀奖牌和证书。

为鼓励项目发展，设最佳创编奖、最佳表演奖。

## 八、报名和报到

### （一）报名

1. 各单位请于 2024 年 10 月 21 日前将电脑打印并加盖公章的《2024 年晋城市第一届“九九重阳”全民健身主题活动暨第五届老健会健身球操项目报名表》、第二代身份证扫描件、本人及家属签字的《2024 年晋城市第一届“九九重阳”全民健身主题活动暨第五届老健会健身球操项目自愿参赛责任书》（以下简称责任书）、每位队员县级及以上医院健康证明扫描件通过电子邮件一式两份报至承办单位，并请以电话方式确认报名成功。

2. 报名后代表队人员一般不得更改，如有特殊情况需更换队员时，须在报到前提交正式书面申请，并按照规定附上全部资料，经组委会同意后方可更换。

### 3. 报名联系方式

联系人及电话：王 强 13994706601

王 平 15635692043

邮 箱：529323875@qq.com

## **(二) 报到**

1. 时间地点：另行通知

2. 报到时须向大会组委会提供人员第二代身份证原件、保险保单原件、健康证明原件、本人及家属签字的《自愿参加责任书》，未能提供上述材料者均不允许参加活动。

## **九、保险**

(一) 参加人员须按照要求购买人身意外伤害、突发急性病身故、附加意外医疗等保险。参加人员可自行在当地购买上述保险。

1. 保险期限：至少须包括比赛及往返路程时间区间。

2. 保险范围：保险期间内被保险人参加比赛过程（含参赛往返途中）出现的意外伤害事故或突发急性事故。

(二) 参加人员在报到时应出示保险原件（或证明材料），未办理保险的人员，不得参加交流活动。

(三) 各代表队人员在比赛期间出现意外，由参赛组队单位负责，组委会将积极采取救助措施，但不承担法律责任。救治费用保险理赔或自理。

## **十、仲裁和裁判委员会**

(一) 设仲裁委员会与裁判委员会，仲裁、裁判长、副裁判

长、骨干裁判员由主办单位选派。

(二) 辅助裁判员由市老年人体育协会选调。

### **十一、经费**

各代表队往返交通、食宿、保险等费用自理。裁判、工作人员等人员相关费用由主办单位承担。

**十二、本规程由主办单位负责解释。**

**十三、未尽事宜，另行通知。**

# 2024年晋城市“九九重阳”全民健身主题活动 暨第五届老健会健身球操项目报名表

参加单位(章): \_\_\_\_\_ 联系人: \_\_\_\_\_ 电话: \_\_\_\_\_ 手机: \_\_\_\_\_

身 份	姓 名	性 别	民 族	身份证号码	备 注
领 队					
教 练					
队 员					

参赛项目: 规定套路曲目 \_\_\_\_\_; 自编套路曲目: \_\_\_\_\_

注: 表格要求电脑打印, 手写无效。

2024 年    月    日

# 2024年晋城市“九九重阳”全民健身 主题活动暨第五届老健会健身球操项目 自愿参加责任书

我自愿报名参加2024年晋城市第五届全国老年人体育健身大会健身球操项目比赛，并自主签署本责任书。对以下内容我已认真阅读、全面理解且予以确认并承担相应的法律责任：

一、我愿意遵守本次活动的所有规定；如果本人在活动过程中发现或注意到任何风险和潜在风险，本人将立刻终止活动并报告组委会。

二、我充分了解本次活动期间有潜在的危險，以及可能由此而导致的受伤或事故，我对自己的安全负责。

三、我完全了解自己的身体状况，确认自己的健康状况良好并能参加本次交流活动，因此我郑重声明：我自愿参加本次活动，并独立承担相应结果。

四、我同意接受本次活动的各方组织单位在活动期间提供的现场急救性质的医务治疗和医院救治等服务，由此发生的相关费用由我本人承担。

领队签名：

本人签名：

亲属签名：

2024年 月 日

## 附件 7

# 2024 年晋城市“九九重阳”全民健身 主题活动暨第五届老年人体育健身大会 广场舞项目规程

### 一、主办单位

晋城市体育局  
中共晋城市委老干部局

### 二、承办单位

晋城市老年人体育协会

### 三、时间地点

赛程一天，具体时间地点另行通知。

### 四、竞赛项目

（一）规定项目（以下曲目任选一首）

《站在草原望北京》、《最美的中国》、《吉祥谣》、《天蓝蓝》、  
《万树繁花》、《丝绸之路》、《回到山沟沟》《中华全家福》、《黄  
河源头》、《永远是一家》。

（二）自编项目

由参赛队自编或选编的广场舞套路，音乐、舞蹈动作须健康  
文明。

### 五、参加办法

（一）各县（市、区）及所属乡镇（居委）各报 1 支代表队；

驻市企业、市直单位、各级老体协等均可组队参加，各单位可报1—2支代表队。

(二) 每支代表队可报领队1人、教练员1人、队员12人(领队、教练可兼队员)，鼓励男队员参加(每上场1名男队员加0.5分，最多加2分)。

(三) 男队员年龄为55岁(1969年出生)至70岁(1954年出生)，女队员年龄为50岁(1974年出生)至70岁(1954年出生)。

## 六、竞赛与评分办法

评分规则。采用中国老年人体育协会颁发的《老年人广场舞竞赛规则(试行)》(2021版)。以抽签方式确定各代表队上场顺序；评分采用百分制。

音乐准备。规定项目音乐由大会统一提供。自编项目音乐由各队自行准备，时长为3分30秒至4分30秒之间。曲目范围不限。

各代表队需将自编项目音乐(用mp3格式，文件包含项目、参赛单位名称、自编套路音乐和歌曲名称)与《晋城市第五届老健会广场舞项目报名表》电子版等一并发送至指定电子邮箱。同时将自编套路音乐存储在U盘上携带至赛区备用，每个U盘只能存储一首音乐。如因代表队音乐制作问题导致音乐播放不清晰或意外中断、终止等，由代表队自行负责。

场地为18m×18m。

## 七、奖项设置

规定项目、自编项目按参加队数的 60%、40%比例颁发优胜、优秀奖牌和证书。

为鼓励项目发展，设最佳创编奖、最佳表演奖。

## 八、报名和报到

### (一) 报名

1. 各单位请于 2024 年 10 月 18 日前将电脑打印并加盖公章的《晋城市第五届老健会广场舞项目报名表》、第二代身份证扫描件、本人及家属签字的《晋城市第五届老健会广场舞项目自愿参赛责任书》(以下简称责任书)、每位队员县级及以上医院健康证明扫描件通过电子邮件一式两份报至承办单位, 并请以电话方式确认报名成功。

2. 报名后代表队人员一般不得更改, 如有特殊情况需更换队员时, 须在报到前提交正式书面申请, 并按照规定附上全部资料, 经组委会同意后方可更换。

### 3. 报名联系方式

联系人及电话: 王 强 13994706601

王 平 15635692043

邮 箱: 529323875@qq.com

### (二) 报到

1. 时间地点: 另行通知

2. 报到时须向大会组委会提供人员第二代身份证原件、保险保单原件、健康证明原件、本人及家属签字的《自愿参加责任书》,

未能提供上述材料者均不允许参加活动。

## 九、保险

(一) 参加人员须按照要求购买人身意外伤害、突发急性病身故、附加意外医疗等保险。参加人员可自行在当地购买上述保险。

1. 保险期限：至少须包括比赛及往返路程时间区间。

2. 保险范围：保险期间内被保险人参加比赛过程（含参赛往返途中）出现的意外伤害事故或突发急性事故。

(二) 参加人员在报到时应出示保险原件（或证明材料），未办理保险的人员，不得参加交流活动。

(三) 各代表队人员在比赛期间出现意外，由参赛组队单位负责，组委会将积极采取救助措施，但不承担法律责任。救治费用保险理赔或自理。

## 十、仲裁和裁判委员会

(一) 设仲裁委员会与裁判委员会，仲裁、裁判长、副裁判长、骨干裁判员由主办单位选聘。

(二) 辅助裁判员由市老年人体育协会选调。

## 十一、经费

各代表队往返交通、食宿、保险等费用自理。裁判、工作人员等人员相关费用由主办单位承担。

十二、本规程由主办单位负责解释。

十三、未尽事宜，另行通知。

# 2024年晋城市“九九重阳”全民健身主题活动 暨第五届老健会广场舞项目报名表

参加单位(章): \_\_\_\_\_ 联系人: \_\_\_\_\_ 电话: \_\_\_\_\_ 手机: \_\_\_\_\_

身 份	姓 名	性 别	民 族	身份证号码	备 注
领 队					
教 练					
队 员					

参赛项目: 规定项目曲目 \_\_\_\_\_; 自编项目曲目: \_\_\_\_\_

注: 表格要求电脑打印, 手写无效。

2024 年    月    日

# 2024年晋城市“九九重阳”全民健身 主题活动暨第五届老健会广场舞项目 自愿参加责任书

我自愿报名参加2024年晋城市第五届全国老年人体育健身大会广场舞项目比赛，并自主签署本责任书。对以下内容我已认真阅读、全面理解且予以确认并承担相应的法律责任：

一、我愿意遵守本次活动的所有规定；如果本人在活动过程中发现或注意到任何风险和潜在风险，本人将立刻终止活动并报告组委会。

二、我充分了解本次活动期间有潜在的危險，以及可能由此而导致的受伤或事故，我对自己的安全负责。

三、我完全了解自己的身体状况，确认自己的健康状况良好并能参加本次交流活动，因此我郑重声明：我自愿参加本次活动，并独立承担相应结果。

四、我同意接受本次活动的各方组织单位在活动期间提供的现场急救性质的医务治疗和医院救治等服务，由此发生的相关费用由我本人承担。

领队签名：

本人签名：

亲属签名：

2024年 月 日

# 2024 年晋城市“九九重阳”全民健身 主题活动暨第五届老年人体育健身大会 柔力球项目规程

## 一、主办单位

晋城市体育局

中共晋城市委老干部局

## 二、承办单位

晋城市老年人体育协会

## 三、时间地点

赛程一天，具体时间地点另行通知。

## 四、竞赛项目

1. 集体规定套路：A、城市组；B、乡镇组。

2. 集体自编套路；

由参赛队自编或选编的套路，音乐、动作须健康文明。

## 五、参加办法

（一）各县（市、区）及所属乡镇（居委）各报 1 支代表队；  
驻市企业、市直单位、各级老体协等均可组队参加，各单位可报  
1—2 支代表队。

（二）每支代表队可报领队 1 人、教练员 1 人、队员 12 人

(领队、教练可兼队员)。所有参赛项目性别不限，鼓励男性参加，每上场1名男队员加0.5分，最多加2分。

(三)男队员年龄为55岁(1969年出生)至70岁(1954年出生)，女队员年龄为50岁(1974年出生)至70岁(1954年出生)。

## 六、竞赛与评分办法

(一)评分规则。执行中国老年人体育协会审定的2020版《柔力球竞赛规则》。以抽签方式确定各代表队上场顺序；评分采用百分制。

(二)每队须报一套集体规定套路和一套集体自编套路。其中：集体规定套路城市组从第七套规定套路《柔力球之歌》和第八套规定套路《走向复兴》中任选一套作为规定套路交流项目；集体规定套路乡镇组从健身套路《春满中华》和《撸起袖子加油干》中任选一套作为规定套路交流项目。

(三)器材的使用按中国老年人体育协会审定的2020版《柔力球竞赛规则》标准执行。出场队员服装需整齐一致，不得佩戴影响比赛的饰物，不得穿高跟鞋。

(四)音乐准备。规定项目音乐由大会统一提供。自编项目音乐由各队自行准备，时间为3分45秒-4分15秒(以器械、音响或动作启动开始计时)，曲目范围不限。

各代表队需将自编项目音乐(用mp3格式，文件包含项目、参赛单位名称、自编套路音乐和歌曲名称)与《晋城市第五届老

健会柔力球项目报名表》电子版等一并发送至指定电子邮箱。同时将自编套路音乐存储在U盘上携带至赛区备用，每个U盘只能存储一首音乐。如因代表队音乐制作问题导致音乐播放不清晰或意外中断、终止等，由代表队自行负责。

## 七、奖项设置

规定套路、自编套路按参加队数的60%、40%比例颁发优胜、优秀奖牌和证书。

为鼓励项目发展，设最佳创编奖、最佳表演奖。

## 八、报名和报到

### （一）报名

1. 各单位请于2024年11月1日前将电脑打印并加盖公章的《晋城市第五届老健会柔力球项目报名表》、第二代身份证扫描件、本人及家属签字的《晋城市第五届老健会柔力球项目自愿参赛责任书》（以下简称责任书）、每位队员县级及以上医院健康证明扫描件通过电子邮件一式两份报至承办单位，并请以电话方式确认报名成功。

2. 报名后代表队人员一般不得更改，如有特殊情况需更换队员时，须在报到前提交正式书面申请，并按照规定附上全部资料，经组委会同意后方可更换。

### 3. 报名联系方式

联系人及电话：王 强 13994706601

王 平 15635692043

邮 箱：529323875@qq.com

## （二）报到

1. 时间地点：另行通知

2. 报到时须向大会组委会提供人员第二代身份证原件、保险保单原件、健康证明原件、本人及家属签字的《自愿参加责任书》，未能提供上述材料者均不允许参加活动。

## 九、保险

（一）参加人员须按照要求购买人身意外伤害、突发急性病身故、附加意外医疗等保险。参加人员可自行在当地购买上述保险。

1. 保险期限：至少须包括比赛及往返路程时间区间。

2. 保险范围：保险期间内被保险人参加比赛过程（含参赛往返途中）出现的意外伤害事故或突发急性事故。

（二）参加人员在报到时应出示保险原件（或证明材料），未办理保险的人员，不得参加交流活动。

（三）各代表队人员在比赛期间出现意外，由参赛组队单位负责，组委会将积极采取救助措施，但不承担法律责任。救治费用保险理赔或自理。

## 十、仲裁和裁判委员会

（一）设仲裁委员会与裁判委员会，仲裁、裁判长、副裁判长、骨干裁判员由主办单位选聘。

(二) 辅助裁判员由市老年人体育协会选调。

### **十一、经费**

各代表队往返交通、食宿、保险等费用自理。裁判、工作人员等人员相关费用由主办单位承担。

**十二、本规程由主办单位负责解释。**

**十三、未尽事宜，另行通知。**

# 2024年晋城市“九九重阳”全民健身主题活动 暨第五届老健会柔力球项目报名表

参加单位(章): \_\_\_\_\_ 联系人: \_\_\_\_\_ 电话: \_\_\_\_\_ 手机: \_\_\_\_\_

身 份	姓 名	性 别	民 族	身份证号码	备 注
领 队					
教 练					
队 员					

参赛项目: 规定套路曲目 \_\_\_\_\_; 自编套路曲目: \_\_\_\_\_

注: 表格要求电脑打印, 手写无效。

2024年 月 日

# 2024年晋城市第一届“九九重阳”全民健身 主题活动暨第五届老健会柔力球项目 自愿参加责任书

我自愿报名参加2024年晋城市第五届全国老年人体育健身大会柔力球项目比赛，并自主签署本责任书。对以下内容我已认真阅读、全面理解且予以确认并承担相应的法律责任：

一、我愿意遵守本次活动的所有规定；如果本人在活动过程中发现或注意到任何风险和潜在风险，本人将立刻终止活动并报告组委会。

二、我充分了解本次活动期间有潜在的危險，以及可能由此而导致的受伤或事故，我对自己的安全负责。

三、我完全了解自己的身体状况，确认自己的健康状况良好并能参加本次交流活动，因此我郑重声明：我自愿参加本次活动，并独立承担相应结果。

四、我同意接受本次活动的各方组织单位在活动期间提供的现场急救性质的医务治疗和医院救治等服务，由此发生的相关费用由我本人承担。

领队签名：

本人签名：

亲属签名：

2024年 月 日

信息公开选项：主动公开

晋城市体育局综合办公室

2024年9月25日印发