

# 2023年健身饮食工作计划(通用5篇)

时间就如同白驹过隙般的流逝，我们的工作与生活又进入新的阶段，为了今后更好的发展，写一份计划，为接下来的学习做准备吧！怎样写计划才更能起到其作用呢？计划应该怎么制定呢？以下我给大家整理了一些优质的计划书范文，希望对大家能够有所帮助。

## 健身饮食工作计划篇一

深入贯彻落实科学发展观，坚持体育事业公益性，逐步完善符合国情、比较完整、覆盖城乡、可持续的全民健身公共服务体系，保障公民参加体育健身活动的合法权益，促进全民健身与竞技体育协调发展，扩大竞技体育群众基础，丰富人民群众精神文化生活，形成健康文明的生活方式，提高全民族身体素质、健康水平和生活质量，促进人的全面发展，促进社会和谐和文明进步，努力奠定建设体育强国的坚实基础。

到20xx年，城乡居民体育健身意识进一步增强，参加体育锻炼的人数显著增加，身体素质明显提高，形成覆盖城乡比较健全的全民健身公共服务体系。

（一）经常参加体育锻炼人数进一步增加。城乡居民体育健身意识和科学健身素养普遍增强，体育健身成为更多人的基本生活方式。每周参加体育锻炼活动不少于3次、每次不少于30分钟、锻炼强度中等以上的人数比例达到32%以上，比20xx年提高3.8个百分点；其中16岁以上（不含在校学生）的城市居民达到18%以上，农村居民达到7%以上，分别比20xx年提高4.9和2.9个百分点。学生在校期间每天至少参加1小时的体育锻炼活动。提高老年人、残疾人参加体育锻炼人数比例。

（二）城乡居民身体素质进一步提高。城乡居民达到《国民

体质测定标准》合格以上的人数比例明显增加。在校学生普遍达到《国家学生体质健康标准》基本要求，其中达到优秀标准的人数比例超过20%，耐力、力量、速度等体能素质明显提高。

（三）体育健身设施有较大发展。全国各类体育场地达到120万个以上，人均体育场地面积达到1.5平方米以上。市（地）、县（区）、街道（乡镇）、社区（行政村）普遍建有体育场地，配有体育健身设施。50%以上的市（地）、县（区）建有“全民健身活动中心”。50%以上的街道（乡镇）、社区（行政村）建有便捷、实用的体育健身设施。有条件的公园、绿地、广场建有体育健身设施。改善各类公共体育设施的无障碍条件，各类体育设施的开放率和利用率有较大提高。形成各级各类体育设施布局合理、互为补充、覆盖面广、普惠性强的网络化格局。

（四）全民健身活动内容更加丰富。大力开展田径、游泳、乒乓球、羽毛球、足球、篮球、排球、网球等竞技性强、普及面广的体育运动项目，广泛组织健身操（舞）、传统武术、健身气功、太极拳（剑）、骑车、登山、跳绳、踢毽、门球等群众喜闻乐见、简便易行的健身活动。

（五）全民健身组织网络更加健全。市（地）、县（区）普遍建有体育总会、单项体育协会、行业体育协会及老年人、残疾人、少数民族、农民、学生等体育协会。社区体育俱乐部、青少年体育俱乐部、妇女健身站（点）有较大发展。80%以上的城市街道、60%以上的农村乡镇建有体育组织。城市社区普遍建有体育健身站（点），50%以上的农村社区建有体育健身站（点）。形成遍布城乡、规范有序、富有活力的社会化全民健身组织网络。

（六）全民健身指导和志愿服务队伍进一步发展。获得社会体育指导员技术等级证书的人数达到100万人以上，获得社会体育指导员国家职业资格证书的人数达到10万人以上。社会

体育指导员综合素质和服务水平显著提高。广泛组织优秀运动员、教练员、学校体育教师开展义务健身辅导，培育全民健身骨干，形成组织落实、结构合理、覆盖城乡、服务到位的全民健身志愿服务队伍。

（七）科学健身指导服务不断完善。大力宣传推广科学健身方法，积极开展体质测定、运动能力评估。通过对公民进行日常体质测试，依据个人体质状况提供有针对性的科学健身指导服务，增强全民健身的吸引力，提高全民健身质量和水平。

（八）全民健身服务业发展壮大。形成规范有序的体育健身休闲市场，城乡居民体育健身消费意愿明显增强，体育健身服务从业人员较大增加，培育和形成一批实力雄厚、技术力量强的体育健身服务企业和品牌。研发推广适宜青少年、老年人、残疾人健身的便于进入家庭的健身设备器材。

（一）深入开展全民健身宣传教育。充分利用广播电视、平面媒体及互联网等新兴媒体，开办专栏，举办讲座，播发公益广告、宣传片、宣传画，出版科普图书、音像制品，普及知识，提高公民科学健身素养。借助“全民健身日”、重大体育赛事及各种体育活动加强宣传，倡导健康生活方式，开展“终身体育”教育，在全社会形成崇尚和参加体育健身的社会风气。中央电视台、中央人民广播电台要安排专门时段播放广播体操、健身操（舞）、传统武术、太极拳（剑）等普及健身活动的节目。

（二）大力发展城市社区体育。地方各级人民政府将城市社区体育工作作为社区建设的基本内容，统筹规划，加大投入，以城市街道和居住社区公共体育设施建设为重点，不断改善社区居民体育健身环境和条件，提供基本公共服务。街道办事处要发挥组织协调作用，建立体育健身指导站、体育俱乐部等体育组织，培育发展基层体育社团、民办非企业单位等社区体育类社会组织；推进社区体育健身站（点）规范化建

设，扶持社区居民委员会提高体育服务能力，组织开展形式多样、广泛经常的社区体育健身活动。整合街道辖区单位、学校的体育设施、体育人才资源，做到优势互补、资源共享，推动社区体育与单位职工体育、学校体育共同发展。

（三）加快发展农村体育。地方各级人民政府将发展农村体育纳入当地全面建设小康社会和社会主义新农村建设规划，统筹城乡全民健身事业发展，促进城乡体育资源和公共体育服务均衡配置，逐步建成城乡一体化的全民健身公共服务体系，增强农村基层体育公共服务能力。充分发挥包括乡镇综合文化站在内的社区综合服务设施作用，利用好农村学校、企事业单位的体育设施和体育人才资源，在传统节日和农闲季节广泛组织农民体育活动，开展“体育下乡活动”，办好基层农民运动会。

（四）积极发展少数民族体育。建立健全基层少数民族体育协会。重视培养少数民族体育教师、社会体育指导员和高水平体育人才。在少数民族地区开展以民族优秀体育项目为主要内容的体育竞赛和活动，在学校体育课和课外活动中设置与优秀民族体育项目相关的教学内容。建立少数民族传统体育项目培训基地，发展“少数民族传统体育项目之乡”。办好少数民族传统体育运动会。

（五）切实加强青少年体育。坚持健康第一指导思想，把增强学生体质作为学校教育的基本目标和重要评价内容。健全学校体育工作机制和督导制度，提高体育教育、教学质量。全面实施《国家学生体质健康标准》，广泛深入开展“全国亿万学生阳光体育运动”，保证学生在校期间每天至少参加1小时的体育锻炼活动。积极开展课余体育训练，倡导科学、健康的体育健身和生活理念。办好各级各类体育学校、体育传统项目学校。加强青少年体育俱乐部、青少年校外体育活动和营地建设。建立和完善学校、社区、家庭相结合的青少年体育网络和联动机制。

（六）重视发展老年人体育。建立健全老年人体育协会、体育健身俱乐部、体育健身团队。广泛开展经常性的老年人体育健身活动，办好老年人体育健身大会。不断创新适合老年人特点的体育健身项目和方法。公共体育设施对老年人参加体育活动提供便利和优惠。老年人教育机构开设体育课程，老年人活动中心设置适合老年人体育活动的设施，社区服务兼顾老年人体育健身服务。鼓励、支持社会组织和个人兴办老年人体育服务机构和体育健身设施。

（七）大力推进残疾人体育。建立健全残疾人体育组织，培养为残疾人服务的体育教师和社会体育指导员，组织开展残疾人体育健身活动。实施“助残健身工程”，为残疾人建设就近方便的体育健身设施。公共体育设施进行必要的无障碍改造，为残疾人参加体育活动提供便利。研究开发适合残疾人身心特点的体育健身康复手段。特殊教育机构和普通学校要重视做好残疾学生体育工作，提供适合残疾学生特点的体育健身与体育康复项目。办好残疾人运动会和健身展示活动。

（八）着力推动职工体育。充分发挥行业体育协会、机关企事业单位工会、职工体育协会作用，广泛建立职工体育俱乐部和体育健身团队，开展符合单位特点和职工喜闻乐见的体育健身和竞赛活动。鼓励企业制订针对职工的体育健身指导方案，为职工参与体育健身提供必要的时间保障。坚持工间（前）操制度，开展国家体育锻炼标准达标测验和体质测试活动。有条件的单位可每年举办全民健身运动会。积极开展进城务工人员体育活动。创新职工体育发展模式和基层职工体育组织形式和活动方式，完善社区体育与职工体育互补机制。

（九）继续推行体育锻炼标准和体质测定标准。修订完善《国家体育锻炼标准》，采取多种形式广泛开展达标活动。研制国家残疾人体质测定标准，深入实施《国民体质测定标准》。积极推行各体育项目《业余运动员技术等级标准》。建立证书证章激励制度，引导和鼓励城乡居民经常、持久地

参加体育健身活动，不断提高体质健康水平和体育技能水平。

（十）传承发展民族民间传统体育。重视民族民间传统体育项目的发掘整理和传播推广工作，弘扬民族传统体育文化。将优秀民族民间传统体育项目纳入“非物质文化遗产”名录，加以传承和保护。广泛开展民族传统体育教育活动，举办民族民间传统体育项目展示和竞赛活动，促进各民族、地区间交流，扩大民族民间传统体育的国际影响力。

（十一）广泛开展全民健身活动。遵循“因地制宜、业余自愿、小型多样、就近就便”的原则，组织开展以传统武术运动、冰雪运动、户外运动、群众登山、江河横渡、元旦登高、春节长跑、健身大拜年、妇女健身展示等具有品牌特色、形式多样、丰富多彩的全民健身活动，不断创新活动形式和内容，提高活动普遍化、经常化、科学化、社会化水平。

（十二）组织举办全民健身运动会。以深化体育大会改革为突破口，创新办赛模式，提倡勤俭办赛，减少重复建设，简化大型活动，坚持淡化锦标，重在参与、重在交流、重在健身、重在快乐；定期组织举办大中学生运动会、农民运动会、少数民族传统体育运动会等，充分调动和保护全民参与体育竞赛的积极性。

（一）加大各级财政全民健身事业投入。县级以上地方人民政府要按照《全民健身条例》规定，将全民健身事业纳入本级国民经济和社会发展规划，将全民健身工作所需经费列入本级财政预算。留归各级体育主管部门使用的彩票公益金，应当根据国家有关规定主要用于全民健身事业，并加强监督管理。加强基础建设和重大全民健身活动的经费投入，对公益性全民健身事业单位和服务机构给予必要的经费保障。中央财政通过加大转移支付，支持农村、贫困地区和民族地区发展全民健身事业。有条件的地区可建立个人缴费和政府资助相结合的筹资机制，加大对全民健身事业的投入。

（二）鼓励社会兴办全民健身事业。充分调动全社会兴办全民健身事业的积极性，扩大社会资源进入全民健身事业的途径，多渠道增加全民健身投入。完善财政、税收、金融和土地等优惠政策，鼓励和引导社会力量捐资、出资兴办全民健身事业。体育行政部门要会同有关方面加强对经营性体育健身场所的监管。对社会力量兴办体育类民办非企业单位，要在注册登记、工作指导等方面提供支持和保障。社会力量通过公益性社会团体或县级以上人民政府及其部门用于全民健身事业的公益性捐赠，符合税法有关规定的部分，可在计算企业所得税和个人所得税时从其应纳税额中扣除。

（三）有计划地建设公共体育设施。国务院有关部门制定实施公共体育设施建设规划，引导和支持基层公共体育设施建设。县级以上地方人民政府要加强农村地区和城市社区等基层公共体育设施建设，特别要大力加强农村基础体育设施建设。按照国家有关公共体育设施用地定额指标规定，城乡规划和土地利用总体规划应保证城乡公共体育设施建设的用地需求。新建居住区要按照国家有关居住区规划设计规范标准，设计建设公共体育设施。设计和建设公共体育设施要严格执行国家有关无障碍设计建设规范标准。基层政府要监督落实。加大“全民健身活动中心”建设力度，拓展服务功能，规范管理建设“全民健身路径”，继续实施“农民体育健身工程”、“雪炭工程”。充分利用公园、绿地、广场等公共场所和山水等自然条件，建设公共体育设施以及健身步道、登山道等户外运动设施。

（四）提高体育设施利用率。公共体育设施应当根据其功能、特点向公众开放，并在一定时间和范围内，对学生、老年人和残疾人优惠或者免费开放。学校在课余时间和节假日要向学生开放体育设施，并在保证校园安全的前提下，积极创造条件向公众开放体育设施。县级以上各级人民政府对向公众开放体育设施的学校给予经费补贴，为学校办理有关责任保险。新建和改建学校体育设施，要便于向公众开放。维修改造各类体校体育设施，使其成为全民健身活动场所。公园每

天安排固定时段免费向公众体育健身开放。要积极创造条件将机关、企事业单位的体育设施向社会开放。对露天体育场，要创造条件免费开放；已经开放的，不得改为收费经营。公共体育设施管理单位要建立岗位责任制和工作目标管理责任制，加强对体育设施的维护更新，完善综合服务功能，提高使用效率。防止公共体育设施闲置浪费或被挤占、挪用。

（五）加强社会体育指导员队伍建设。建立健全社会体育指导员组织体系。充分发挥各级社会体育指导员协会的作用，做好对社会体育指导员培训、管理和服务工作。完善社会体育指导员技术等级制度，建立投入和激励机制，不断发展壮大社会体育指导员队伍，优化结构、增强活力。各级体育行政部门要提供培训经费，完善培训体系，创新培训方式，提高培训质量，为社会体育指导员开展工作提供必要条件和便利。积极发展职业社会体育指导员，完善社会体育指导员国家职业技能标准，严格按照有关规定开展职业技能培训和鉴定工作。以对高危险性体育项目进行健身指导为职业的社会体育指导人员，必须获得社会体育指导员职业资格证书并持证上岗。鼓励和支持退役运动员通过职业技能培训和鉴定，拓宽就业渠道，为全民健身服务。

（六）广泛开展全民健身志愿服务活动。动员社会力量积极开展全民健身志愿服务活动。形成以社会体育指导员为主体，优秀运动员、教练员、体育科技工作者、体育教师、体育专业学生和社会热心人士广泛参与的全民健身志愿服务队伍，丰富全民健身的内容，扩大竞技体育的群众基础。建立全民健身志愿服务工作体系和组织体系，健全注册管理和培训制度，普及相关知识，提高全民健身志愿服务队伍的专业化水平和服务质量。立足基层，示范推广活动与日常健身指导服务活动有效结合，推广实施多元化服务项目，形成全民健身志愿服务长效化机制，树立崇尚互助、强健体魄的良好社会风尚。

（七）不断加大科学健身指导的力度。健全体质测定服务机



构，开展城乡居民日常体质测定和科学技术健身指导。依托全民健身活动中心和各类综合性体育中心，建立国家、省、市三级“体质测定与运动健身指导站”网络，为群众进行体质测定、运动能力评定，提供运动健身指导。宣讲科学健身知识，赠送运动健身书籍，教授运动健身方法，普及运动健身科学知识，并对群众体质水平和运动健身状况进行跟踪调查和科学研究。

（八）做好信息、科研和法制建设工作。加快全民健身公共信息服务网络建设，提高全民健身公共信息服务能力。建立全民健身基础数据统计体系，继续开展国民体质监测和全民健身活动状况调查。充分发挥体育科研机构和院校的作用，加强全民健身科研工作，组织对重大理论和实践问题的科研攻关，研制推广体育健身新项目、新方法，提高全民健身科学化水平。加快制定《全民健身条例》配套实施方案和政策措施，完善全民健身法规体系，加强执法监督检查。

（一）加强组织领导。本计划在国务院领导下，由体育总局会同有关部门、群众组织和社会团体共同推行，县级以上地方人民政府要依照本计划，结合当地实际制定本行政区域的《全民健身实施计划》，并责成体育主管部门会同有关部门和组织共同组织实施。

各级体育主管部门要切实提高认识，认真履行职责，积极探索全民健身工作的新思路、新办法，加强组织领导，落实政策保障、人员配备、资金投入、监督奖励等措施，并建立目标责任制，签订责任书，实行目标考核。

（二）加强成效评估。县级以上体育主管部门要会同有关部门不定期对《全民健身计划（20xx-2015年）》和《全民健身实施计划》实施情况进行检查指导，并在20xx年对实施成效进行全面评估，将评估报告报本级人民政府。地方各级人民政府要把全民健身工作列入重要议事日程，定期听取汇报，及时研究解决工作中的困难和问题。对为全民健身事业作出

突出贡献的单位和个人进行表彰奖励。

## 健身饮食工作计划篇二

为全面落实《全民健身条例》，进一步发展全民健身事业，广泛深入开展全民健身运动，提高全县人民身体素质和健康水平，根据《国务院关于印发全民健身计划(20xx-20xx年)的通知》、《省人民政府关于印发省全民健身实施计划(20xx-20xx年)的通知》和《市人民政府关于印发市全民健身实施计划(20xx-20xx年)的通知》，结合我县实际，制定本实施计划。

深入贯彻落实科学发展观，坚持体育事业公益性，以满足群众日益增长的体育文化需求为出发点，把提高全县人民健康素质和生活质量作为根本任务，大力倡导“人人热爱体育，全民健身强体”理念，优化群众体育事业发展环境，广泛开展全民健身运动，不断提高全县人民群众身体素质、健康水平和生活质量，促进人的全面发展和社会和谐、文明进步。

到20xx年，初步建立与我县发展水平相协调的覆盖城乡、组织完善、设施齐全、活动丰富、指导有力、能基本满足广大群众体育健身需求的全民健身服务体系，全县城乡居民体育健身意识进一步增强，全民健身氛围更加浓厚，参加体育锻炼人数显著增加，人民群众的身体素质明显提高。

1. 经常参加体育锻炼人数显著增加。城乡居民体育健身意识和科学健身素养普遍增强，体育健身成为更多人的生活方式。经常参加体育锻炼的人数达到40%以上，每周参加体育锻炼活动不少于3次、每次不少于30分钟、锻炼强度中等以上的人数比例达到35%以上，其中16岁以上(不含在校学生)的城镇居民达到20%以上，农村居民达到10%以上。学生在校期间每天至少参加1小时的体育锻炼活动，农民、职工、妇女、青少年、老年人、残疾人等各类人群参加体育锻炼人数比例明显提高。

2. 城乡居民身体健康素质明显提高。城乡居民《国民体质监测标准》合格率达到90%以上;在校学生90%以上达到《国家学生体质健康标准》基本要求,其中达到优秀标准的人数比例超过20%,身体形态、身体机能和身体素质明显改善和提高。

3. 公共体育基础设施更加完善。建成县全民健身活动中心、全民健身主题公园;全县70%乡镇(街道)建设全民健身活动中心,重点搞好中心镇、中心村全民健身设施建设,农民体育健身工程覆盖率90%以上,加大各类公共体育设施开放力度,人均体育场地面积达到或超过全国平均水平,使更大范围群众能够享受到全民健身工程建设带来的便利。

4. 全民健身组织网络更加健全。探索并逐步形成县教体局、社区文化活动中心(站)、体育社会工作者、社会体育指导员等构成的全民健身组织网络体系。建立并推行社区体育社会工作服务制度,全县各类健身俱乐部、健身活动站点明显增加,城市社区普遍建有体育健身站(点),50%以上的农村社区建有体育指导站(点),基层健身站点达到200个以上(5/万人),注册登记的健身气功站点达到40个以上。

5. 全民健身活动内容更加丰富。按照每天有健身,每月有活动,每季有品牌,每年有综合性运动会的总体思路,广泛开展各类体育活动。每年至少举办一次全县中小学体育运动会,定期举办群众体育大会、机关运动会或农民运动会等系列赛事;积极组队参加全国、全省、全市体育大会等重大比赛,并争取取得运动成绩和精神文明双丰收;积极开展农村体育比赛和活动,加快发展农村体育;打造“一乡镇(街道)一品”的全民健身主题活动;积极开展少数民族体育,老年人、残疾人等综合性运动会和单项体育比赛活动,推进全民健身活动深入开展。

6. 社会体育指导员队伍不断壮大。继续加大社会体育指导员培训工作,加强管理,提高质量。进一步完善《社会体育指导员管理系统》数据库,推进社会体育指导员工作规范化管

理和信息化建设。建立完善社会指导员工作表彰激励制度。社会体育指导员队伍组织化程度明显提高。建立起志愿服务长效机制，切实发挥社会体育指导员在引领、组织、指导群众科学健身中的作用。

7. 全民健身科技服务能力大幅提升。选定具备条件的乡镇(街道)建立国民体质检测点，国民体质监测网络更加完善，国民体质监测站逐步达到本级全民健身科技服务标准，体质检测和科技服务水平实现较大提高。

8. 全民健身服务业健康发展。城乡居民体育健身消费意识明显增强，体育产品和健身服务企业显著增加，全民健身服务市场繁荣发展，健身俱乐部等市场主体服务逐步规范，全民健身服务能力不断提高。

### (一) 全面推进公共体育设施建设

1. 加快全民健身设施建设。将城乡公共体育健身设施建设纳入“十二五”时期建设规划和土地利用总体规划，合理布局，统一安排。新建居住区要按照国家城市居住区规划设计规范标准，设计建设公共体育健身设施。要充分利用公园、绿地、广场建设一批室外健身场地设施。

2. 加强全民健身设施管理。以社会需求为导向，完善社区体育服务设施。要充分利用现有公园、广场等资源，重点建设中小型、适用性强的全民健身设施，提供政府基本公共服务。

3. 提高公共体育设施利用率。公共体育设施应当根据其功能、特点向公众开放，并在一定时间和范围内，对学生、老年人和残疾人优惠或者免费开放。学校在课余时间和节假日要向学生开放体育设施，并在保证校园安全的前提下，积极创造条件向公众开放体育设施。新建和改建学校体育设施，要便于向公众开放。要强化政府职责，建立长效工作机制，对向公众开放体育设施的学校给予经费补贴和奖励资助，为学校

办理有关责任保险。要积极创造条件，将机关、企事业单位的体育设施向社会开放。公共体育设施管理单位要建立岗位责任制和工作目标管理责任制，加强对体育设施的维护更新，提高使用效率，防止公共体育设施闲置浪费或被挤占挪用。

## (二) 积极构建全民健身组织网络

1. 加强健身组织建设。积极发展城乡基层体育健身组织，充分发挥县、乡镇(街道)体育组织组成的行政管理网络，工会、团委、妇联、残联等组成的社会团体管理网络，以及体育协会组成的社团指导网络，相互联动、相互促进、共同发展。

2. 加强乡镇综合文化体育站、街道文化体育活动中心建设。完善体育服务功能，落实专兼职工作人员，发挥组织协调作用，带动乡镇(街道)群众体育活动全面开展。

3. 推进城乡基层健身站点网格化。坚持亲民、便民、利民的原则，对城乡基层健身站点进行调查统计和统筹规划，采取政府投入、社会支持和市场运作等不同方式，大力建设群众身边的健身站点、健身俱乐部和健身指导站等，逐步实现基层健身站点网络化。在基层健身站点配备社会体育指导员，开展科学健身指导服务，培植特色健身项目，对社会发布健身公共服务信息，努力为广大群众提供良好的健身服务。

## (三) 广泛组织开展全民健身活动

1. 精心组织每年8月8日全民健身日、5月全民健身月活动，结合节假日和重要体育文化活动等策划组织大型健身活动；大力开展全民健身活动，逐渐形成有特色的体育赛事活动。努力做到活动组织主体多元化，活动形式多样化，活动内容大众化，活动开展经常化，活动管理规范化的。

2. 积极组队参加市级以上全民健身运动会、农民运动会等综合性运动会和单项竞赛活动。改革办赛模式，突出重在参与、

重在交流、重在健身、重在快乐、勤俭办赛的理念，全力办好本县的各种群体竞赛活动，积极组队参加市级以上运动会群众体育项目比赛活动。利用大型群体活动效应，带动群众体育活动广泛深入开展，充分调动和保护全民参与体育竞赛的积极性。

3. 各乡镇(街道)、社区(行政村)要按照本实施计划要求，根据区域特色，结合春节、元宵节、端午节等民族传统节日，组织居民因地制宜开展多种形式、丰富多彩的全民健身活动。

4. 立足青少年、农民、职工、残疾人、妇女、老年人等活动主体，形成政府引导、依托社会、全民参与的群众体育工作和活动体系。各级机关、企事业单位要开展业余体育健身活动，工会、团委、妇联、残联等要结合自身特点，组织开展全民健身活动。

5. 创新健身活动形式，积极组织开展与旅游、文化相结合的群众性体育竞赛、展示活动，不断推出适合不同人群、地域、季节的体育健身新形式、新方法。加强对广场、公园和节日体育活动的组织和指导，引导公众科学参加体育健身活动。

#### (四)着力推动城乡体育协调发展

1. 大力发展城市社区体育。有关部门要将城市社区体育工作作为社区建设的基本内容，统筹规划，加大投入，不断改善社区居民体育健身环境和条件，提供基本公共服务。各街道办事处要发挥组织协调作用，建立完善文体活动中心、老年体协、体育健身俱乐部、体育健身团队、体育健身站点等体育组织，整合辖区单位、学校体育设施、体育人才资源，举办形式多样、广泛经常的社区体育健身活动。组织开展“五个一”（建设一处公共体育设施、组建一个体育健身指导站、成立一个体育俱乐部、推广一批特色体育健身项目、人人掌握一项体育健身技能）为主要内容的“体育先进社区”争创活动。

2. 着力发展农村体育。各乡镇政府要将农村体育工作纳入全面建设小康社会和社会主义新农村建设规划，促进城乡体育资源均衡配置，逐步建立城乡一体化的全民健身公共服务体系，增强农村基层体育公共服务能力。要组织建设集中居住社区和分散居住社区中心村的体育场地设施，建立完善乡镇综合文化站、健身站点等体育组织，在传统节日和农闲季节广泛组织农民体育活动。开展“体育下乡活动”，办好基层农民运动会。开展特色体育乡镇创建和乡镇体育健身示范工程评选活动。

3. 切实加强青少年体育。坚持“健康第一”指导思想，把增强学生体质作为学校教育基本目标和重要评价内容。健全学校体育工作机制和督导制度，提高体育教学质量。全面实施《国家学生体质健康标准》，广泛深入开展“阳光体育运动”，保证学生每天锻炼1小时。积极开展课余体育训练，推进多种体育项目进校园。定期组织举办全县中、小学生综合运动会和篮球、乒乓球、田径等单一项目联赛。办好体育传统项目学校，建立和完善学校、社区、家庭相结合的青少年体育网络和联动机制。

4. 重视发展老年人体育。充分发挥老年人体育协会作用，组织开展丰富多彩的老年人体育活动。不断创新适合老年人特点的体育健身项目和方法。公共体育设施对老年人参加体育活动提供便利和优惠。在老年人教育机构开设体育课程，老年人活动中心设置适合老年人体育活动的设施，社区服务兼顾老年人体育健身服务。鼓励、支持社会组织和个人兴办老年人体育服务机构和建设体育健身设施。

5. 努力推动职工体育。充分发挥机关企事业单位工会作用，广泛建立职工体育俱乐部和体育健身团队，开展符合单位特点、职工喜闻乐见的体育健身和竞赛活动。鼓励有条件的单位建设职工体育设施，成立职工体育俱乐部，组织开展国家体育锻炼标准达标测验和体质测试活动。定期举办全县机关健身运动会，积极创新职工体育发展模式和基层职工体育组

织形式和活动方式，完善职工体育与社区体育互补机制。

6. 积极发展少数民族体育和残疾人体育。重视培养少数民族体育教师、社会体育指导员和高水平体育人才。在少数民族聚居区域，开展以民族优秀体育项目为主要内容的体育竞赛和活动。建立少数民族传统体育项目培训基地，办好少数民族传统体育运动会。实施“助残健身工程”，为残疾人建设就近方便的体育健身设施，组织开展适合残疾人参加的体育活动。

#### (五) 加强全民健身志愿服务工作

1. 加强社会体育指导员培训。创新培训方式，拓宽培训渠道，不断发展壮大社会体育指导员队伍。注重农村体育、残疾人体育、少数民族体育活动的社会体育指导员培养培训。吸纳优秀教练员、运动员、体育教师等授予相应的社会体育指导员等级称号，充分发挥其在社会体育指导服务活动中的作用。

2. 加强社会体育指导员管理。建立完善社会体育指导员档案，鼓励社会体育指导员就近就便挂靠健身站点开展健身指导服务，做到每个健身站点至少配备1名社会体育指导员。积极发展职业社会体育指导员，对以健身指导为职业的社会体育指导人员实行职业资格证书制度，严格职业技能培训、考核、认证工作，特别是要加强对高危险性项目的体育健身指导人员的管理。积极探索建立体育健身指导服务评价制度和激励机制，为社会体育指导员开展工作提供必要的条件和便利，对不以营利为目的向公众提供传授健身技能、组织健身活动、宣传科学健身知识等服务的公益性社会体育指导员，免费提供相关知识和技能培训、业务交流，对业绩优秀、群众评价好的给予表彰奖励，不断激发他们开展健身服务的积极性。

3. 广泛开展全民健身志愿服务活动。文明办、民政、共青团等部门和单位要形成联动机制，建立全民健身服务工作体系和组织体系，健全注册管理和培训制度，努力建设以社会体



育指导员为主体，优秀教练员、运动员、体育教师等全社会热心人士广泛参与的全民健身志愿服务队伍。经常性开展业务知识和技能培训，不断提高全民健身志愿服务队伍的专业化水平和服务质量。充分利用“全面健身日”等重要时间节点和重大活动，广泛开展全民健身志愿服务活动，逐步将健身服务和志愿服务相结合，努力形成全社会广泛关注全民健身、共同投入志愿服务的良好氛围。

## (六) 努力提升全民健身服务水平

1. 不断提升全民健身科技服务水平。健全体质测定机构，开展“我的体质我知道”体质检测活动，为群众提供个性化的健身指导服务。建立全民健身科技服务网，大力普及运动健身科学知识，引导和鼓励城乡居民经常、持久地参加体育健身活动，不断提高体质健康水平和体育技能水平。

2. 努力推进全民健身服务业发展。推行国家有关体育健身服务规范和标准，促进全民健身服务业健康运营，大力培育以健身科技服务和健身技能指导为主要内容的体育健身服务市场主体。对社会力量兴办体育类民办非企业单位，民政、体育主管部门要在注册登记、工作指导等方面提供支持和保障。属退役运动员自主创业的，应给予政策优惠。社会力量通过公益性社会团体或县级以上人民政府及其部门用于全民健身事业的公益性捐赠，符合税法有关规定的部分，可在计算企业所得税和个人所得税时从其应纳税额中扣除。

### (一) 加强组织领导

1. 本实施计划在县政府领导下，把全民健身事业纳入国民经济和社会发展规划，由县教体局会同有关部门、社会组织共同推行。建立工作协调机制，明确部门责任，制定年度推进计划，抓好《县全民健身实施计划(20xx-20xx年)》的组织实施。

2. 体育主管部门要切实提高认识，认真履行职责，积极探索全民健身工作的新思路、新办法，加强组织领导，协调有关部门落实政策保障、人员配备、资金投入、监督奖励等措施，并建立目标责任制，签订责任书，实行目标考核。

3. 各有关部门要树立全局观念，明确各自职责和任务，贯彻执行各项政策措施，推动本计划落实。工会、团委、妇联、残联等要结合自身特点和优势，充分发挥作用，形成政府主导、部门推进、社会支持、全民参与的良好格局。

4. 充分调动全社会兴办全民健身事业的积极性，拓宽社会资源进入全民健身事业的途径，鼓励和引导社会力量捐资、出资兴办全民健身事业。

## (二) 加大经费投入

各级政府要按照《全民健身条例》规定，将全民健身工作所需经费列入本级财政预算。加强基础设施建设和重大全民健身活动的经费投入，对公益性全民健身服务机构给予必要的经费保障。支持农村、经济欠发达乡镇发展全民健身事业。有条件的地区可建立个人缴费和政府资助相结合的筹资机制，加大对全民健身事业的投入。

## (三) 营造良好环境

加强全民健身宣传，充分发挥电视、广播、报刊、互联网等媒体宣传作用，普及体育健身知识，提高广大群众科学健身素养。县电视台、广播电台、通讯要开办全民健身栏目，举办科学健身讲座，制作全民健身公益广告、宣传画，安排专门时段播放广播体操、健身操(舞)、太极拳(剑)等普及健身活动的节目。借助全民健身日、全民健身月和各级各类体育赛事、体育活动加强宣传，倡导健康生活方式，开展“终身体育”教育，使体育健身成为群众的基本生活方式，在全社会形成崇尚体育健身、积极参加体育健身的社会风气。

#### (四) 实施考核评估

体育主管部门要会同有关部门不定期进行检查指导，并在20xx年对《县全民健身实施计划(20xx-20xx年)》实施成效进行全面评估，将评估报告报县政府。继续开展先进社区、特色体育乡(镇、办)的创建，优秀社会体育指导员、优秀健身活动站点的评比表彰工作。县政府将把全民健身工作列入重要议事日程，定期听取汇报，及时研究解决工作中的困难和问题，对为全民健身事业作出突出贡献的单位和个人进行表彰奖励。

### 健身饮食工作计划篇三

为进一步发展全民健身事业，广泛开展全民健身运动，根据《全民健身条例》和□xx省全民健身实施计划》要求，结合我市实际，制定□xx市全民健身实施计划□20xx—20xx年)》。

(一) 坚持群众体育与经济社会发展相适应，紧紧围绕市委、市政府中心工作，促进社会文明进步和经济快速发展。

(二) 坚持统筹兼顾，重在基层，鼓励各类人群参与健身活动，推进各地全民健身事业均衡发展。

(三) 坚持活动与建设并举，重在建设，扎实推进全民健身公共服务体系和设施建设。

到20xx年，城乡居民体育健身意识普遍增强，参加体育锻炼人数显著增加，广大群众身体素质进一步提高，各地形成覆盖城乡的全民健身服务体系。

(一) 经常参加体育锻炼人数显著增加。每周参加3次以上体育锻炼人数达到34%以上，其中16岁以上城市居民(不含在校学生)人数比例达到12%以上，城市居民达到20%以上，农村居民达到7%以上。保证在校学生每天参加体育锻炼至少1小时。

提高残疾人参加体育锻炼人数比例。

（二）城乡居民身体健康素质明显提高。建立健全国民体质监测网络和运行机制，达标的城乡居民（除在校学生）人数比例高于全省平均水平。“全国亿万青少年阳光体育运动”得到全面落实。在校学生达到《国家学生体质健康标准》的基本要求。

（三）体育健身设施有较大发展。全民健身设施基本覆盖城乡，人均体育场地使用面积达到1.5平方米以上。60%的社区和50%的行政村建有公共体育健身设施。逐步增加公园、绿地、广场的公共体育健身设施。推动公共体育场馆面向社会开放，实现体育资源社会共享□xx市区及各地分别建成能承接高水平竞赛和大型群众体育活动的健身中心。

（四）全民健身体育组织网络更加健全。各地普遍成立体育总会，逐步建立市、县两级单项运动协会等体育社会团体，使社区体育俱乐部、青少年体育俱乐部有较大发展。80%以上的城市街道，60%以上的农村乡镇建有体育组织。城市社区和农村社区普遍建有全民健身站（点）。

（五）社会体育指导员队伍进一步发展。按照总人口万分之六的目标，建成一支结构合理、覆盖城乡、服务到位的社会健身指导员服务队伍。加大社会体育指导员培训力度，成立市、县两级社会体育指导员协会，实现社会体育指导员协会规范化和培训制度化。

（一）深入开展全民健身宣传教育。充分利用广播、电视、报纸、网络等媒体，扩大全民健身活动影响力，提高公民科学健身素养。借助“全民健身日”、重大体育赛事，倡导健康生活方式，普及科学健身知识，形成崇尚科学健身的社会氛围。

（二）切实加强青少年体育工作。全面实施《国家学生体质

健康标准》，广泛开展“阳光体育运动”，保证学生每天参加体育锻炼不少于1小时，逐步增加中小学校体育课时，每年至少举办1次全校运动会，使学生在高中毕业前掌握1—2项终身受益的体育技能。做好青少年体育俱乐部创建工作，举办青少年体育竞赛展示，积极组织传统项目学校单项竞赛和青少年户外体育活动营地建设。推进“百万青少年上冰雪活动”，有条件的学校要根据实际开设冰雪课程。

（三）大力发展城市社区体育。突出重点，坚持以社区体育为基础，大力推行全民健身实施计划。社区办要加强对体育工作的组织，发挥居民委员会和基层体育组织的作用，做好社区体育工作。体育行政部门要给予支持和指导。

（四）积极发展少数民族传统体育。在少数民族地区广泛开展以少数民族传统体育项目为主的体育健身活动。建立健全各级少数民族体育协会，培养少数民族体育人才。挖掘、整理和继承民族传统体育项目。

（五）广泛开展残疾人体育。提高残疾人的身体素质和平等参与活动的的能力。丰富残疾人体育健身方法，培养体育骨干，提高残疾人体育运动水平。以“中国特奥活动日”（7月20日）为标志，举办大型残疾人健身体验活动。

（六）全面发展妇女、老年人体育。围绕“亿万妇女健身和亿万老年人健身”活动，重视妇女和老年人体质与健康问题，积极倡导科学、文明健身理念，推广适合其特点的体育健身方法，积极支持他们参加体育健身活动。注意做好劳动强度较大、闲暇时间较少女职工的体育工作，加强对老年人体育健身活动的科学指导。

（七）加快农村体育发展步伐。各地要将发展农村体育纳入政府工作目标和社会主义新农村建设规划，使城乡全民健身事业协调发展。广泛开展农民体育活动，定期组织乡镇农民运动会。普遍开展以健身设施、健身表演、健身咨询为主要

内容的“体育三下乡”活动，丰富农村文体生活。统筹城乡公共体育资源，实现公共体育资源的均衡配置。结合新农村建设，实施新农村示范点工程、农民体育健身工程。

（八）广泛开展职工体育活动。充分发挥职工体育协会、机关企事业单位工会的作用，建立职工体育单项俱乐部和健身队伍。建立和完善职工工间操制度，广泛开展符合职工身体状况和职业特点的健身活动和体育竞赛，定期举办职工运动会或单项比赛。创编、推广适合不同行业职工的健身运动项目，调动广大职工参与全民健身运动的积极性。各级工会应积极组织进城务工人员开展形式多样的体育健身活动，提高其身体素质和生活质量。

（一）强化政府公共服务职能。各地应将全民健身事业纳入本地国民经济和社会发展规划、社会主义新农村建设规划和民生工程规划，扩大公共服务覆盖范围，提高公共服务水平。发挥激励机制，把全民健身工作作为社会主义精神文明评选表彰的重要指标。

（二）加大财政对全民健身事业投入力度。各地应将全民健身事业和基本建设所需经费列入本级财政预算，有计划地建设公共体育设施，将公共体育健身设施的建设依法纳入城乡规划和土地利用总体规划。

（三）鼓励社会兴办全民健身事业。自然人、法人或其他组织对全民健身事业提供捐赠和赞助，并依法享受税收优惠。充分调动全社会举办全民健身事业的积极性，对发展全民健身事业做出突出贡献的组织和个人，按照国家有关规定给予表彰、奖励。

（四）有计划地建设公共体育设施。将公共体育健身设施的建设依法纳入城乡规划和土地利用总体规划，提高体育基本建设资金的支出比例。加大对农村地区 and 社区等基层公共体育设施建设的投入，促进全民健身事业均衡协调发展。城乡

新建居住区要按照国家规范标准，设计建设体育健身设施。加强公共体育健身设施管理与维护，定期公布公共体育健身设施名录和开放时间。任何组织和个人不得侵占公共体育健身设施。配套建设体育健身设施未达到国家规定标准的，规划行政部门不予发放建设工程规划许可证。

（五）加强社会体育指导员培训工作。鼓励和支持社会体育指导员发挥作用，逐步成立社会体育指导员协会，广泛开展全民健身志愿服务活动。各级体育行政部门要设立社会体育指导员专项经费，用于培训、业务交流、表彰奖励和必要的工作补贴。积极发展职业社会体育指导员，严格职业技能培训和鉴定，继续推行职业资格证书制度。加大体育行政执法力度，全面落实营利性和高危项目体育健身场所职业社会体育指导员持证上岗工作。

（六）广泛开展全民健身志愿者服务活动。形成以社会体育指导员为主体，体育教师、体育协会等全方位参与的服务队伍。丰富健身内容，提高服务队伍的专业水平和服务质量。

（七）深入开展全民健身宣传教育。利用电台、电视台、报纸等媒体，加强对全民健身活动的宣传报道，普及科学健身知识，增强公民健身意识，提高公民科学健身素养。开展“终身体育”教育，在全社会形成崇尚和参与体育健身的社会风气。

（八）大力推进法制建设。进一步贯彻《体育法》、《全民健身条例》、《公共文化体育设施条例》等法律法规，保障群众参与健身的权益。要建立统筹规划、政策引导、组织协调、提供服务等方面的机制，加强执法和监督检查，做好全民健身的长效管理。

（一）建立全民健身领导协调机制。由市体育局会同有关部门、各群众组织和社会团体共同推行和组织实施《xx市全民健身实施计划（20xx—20xx年）》。各地、各单位应根据具体情

况，制定和实施本地、本单位的全民健身计划。

（二）建立实施效果评估机制。各级体育行政部门负责会同有关部门定期评估本地区全民健身计划实施情况，并将评估结果报本级人民政府。各地、各单位要将全民健身工作摆上重要日程，对为全民健身事业做出突出贡献的单位和个人进行表彰奖励。

## 健身饮食工作计划篇四

以满足群众日益增长的多元化体育需求为出发点，以提高全区人民健康素质和生活质量为根本任务。切实提高广大市民的身体素质和健康水平，丰富广大市民的精神文化生活，促进人的全面发展，形成健康文明的生活方式。大力开展全民健身运动，坚持活动与建设并举，重在建设，扎实推进全民健身公共服务体系建设，为建设幸福作出积极贡献。

初步建立与区社会经济发展水平相协调的公共体育设施，构建基本满足广大市民体育健身需求的全民健身服务体系，不断增强居民健身意识，积极倡导健身生活方式，明显提升人民身体素质。

（一）经常性参加体育锻炼人口不断增加，城区居民身体健康素质进一步提高。居民体育意识、健身知识和健身能力明显提高，体育健身成为更多人的基本生活方式，社区居民经常参加体育锻炼人数不断增加，每周参加体育锻炼活动不少于3次、每次不少于30分钟、锻炼强度中等以上的人数占户籍总人口比例35%以上（不含在校学生），居民主要体质指标显著提升，国民体质合格率达90%以上。

（二）加强辖区体育健身设施建设，人均体育场地面积不断增加。建设区级公共体育健身场地“五个一”工程，即一个青少年校外体育活动中心（已建成）、一个标准体育场、一个标准游泳馆、一个综合体育馆、一个体育公园。各街道要相应



建有多功能体育活动现场，各社区要相应建有全民健身活动中心。有条件的公园、绿地、广场建有体育健身设施。到20xx年，全区各社区体育健身设施覆盖率达到90%以上，全区人均体育场地面积达到1.71平方米以上。

(三)加强社会体育指导员培训，构建全民健身志愿服务体系。成立区级社会体育指导员协会，完善和创建管理机制与志愿服务体系。区级体育主管部门每年培训三级社会体育指导员100名，到20xx年，社会体育指导员总数达到1800名，占全区常住人口的2%以上。进一步壮大社会体育指导员队伍，指导全区居民进行科学健身。

(四)加强青少年体育工作，进一步改善青少年体质。落实党中央、国务院《关于加强青少年体育增强青少年体质的意见》，坚持“健康第一”的指导想，把增强学生体质作为学校教育的基本目标和重要评价内容。区教育主管部门要进一步健全学校体育工作机制和督导制度及考核制度，提高体育教学质量，倡导科学、健康的体育健身和生活理念。保证在校学生每天参加1小时体育锻炼，做到人人有项目，班班有团队，校校有特色，定期举办学校运动会。在校学生普遍达到《国家学生体质健康标准》基本要求，其中达优秀标准的人数比例超过20%以上，学生体能素质明显提高。

(五)加强各类体育组织建设，全民健身组织网络不断完善。基层体育组织数量不断扩大，到20xx年基层体育组织覆盖率达到90%，区级各类体育协会达到8个、体育类民办非企业单位达到5家。各街道、社区，各行业等要建有相应的体育组织。逐步形成体育主管部门、区体育总会、体育协会、体育健身俱乐部、社区文体活动中心(站)、健身活动点、健身气功站和社会体育指导员等构成的遍布辖区的全民健身组织网络体系。

(六)加强全民健身活动特色品牌打造，全民健身活动内容丰富多彩。遵循“因地制宜、业余自愿、小型多样、就近就

便”的原则，各机关企事业单位、各行业系统、各社会团体等要经常组织各类人群开展具有品牌特色、形式多样、丰富多彩的全民健身活动，定期或不定期举办全民健身运动会。每年举办单项体育活动5次以上。每个街道拥有晨晚练体育活动地点5个以上。

(七)积极配合开展国民体质监测，科学服务全民健身。各机关企事业单位、各行业系统、各社会团体需积极配合市国民体质监测指导中心开展国民体质监测、健身指导、运动处方，推荐健康、新兴的健身项目。

(八)加强全民健身宣传教育，形成崇尚科学健身的社会风气。充分利用媒体广播电视、平面媒体及互联网等新兴媒体，大力宣传全民健身，普及全民健身知识，提高公民科学健身素养。借助“民健身日”、重大体育赛事、全民健身运动会及各种体育活动加强宣传报道，倡导健康生活方式。

(一)加强组织领导。建立区全民健身领导小组，加强对全民健身工作的领导，研究制定全民健身公共服务保障政策。将发展全民健身事业、建设全民健身公共服务体系纳入经济社会发展规划。建立激励机制，把全民健身工作作为精神文明、文明社区、社会事业发展评价体系等各类评比、表彰活动的重要指标。各工会、共青团、妇联和各行业体协等社会团体各尽其能、各司其职，采取有效措施，认真执行本实施计划。

(二)加大财政投入。贯彻落实《全民健身条例》各项规定，将全民健身事业纳入本级国民经济和社会发展规划，将全民健身工作所需经费列入本级财政预算，并随着国民经济的发展逐步增加对全民健身事业的投入，把做好全民健身工作作为改善民生的一项重要任务，列入工作计划，抓好计划落实。加强基础体育设施建设和重大全民健身活动的经费投入。鼓励和引导社会力量捐资、出资支持和兴办全民健身事业。

(三)整合体育资源。按照国家有关公共体育设施用地定额指标规定，将公共体育健身设施建设纳入城区建设规划和土地利用总体规划，新建居住区要按照国家有关居住区规划设计规范标准，建造体育健身设施。已建造的体育健身设施，不得挪作它用。进一步加大以重点建设中小型、专项型、适用性强的体育场地设施。充分利用自然资源、公园、公共绿地、广场等配建篮球、足球、乒乓球、羽毛球、健身步道、健身路径等多功能体育健身设施。教育主管部门要积极推进学校体育场馆向市民开放，机关、企事业单位要创造条件建设体育健身设施，为职工参加体育健身创造条件。

(四)广泛开展全民健身活动。不断创新全民健身活动形式和方法，引导和鼓励市民经常参加全民健身活动。定期举办不同层次、不同类型、不同人群的全民健身体育竞赛活动和健身展示活动，突出健身性、参与性、趣味性。打造一批群众参与性强的全民健身品牌活动，扩大全民健身活动的影响力，创建“一区二品”活动(即一个全民健身活动品牌，一个群众体育竞赛品牌)。组织开展好传统节日全民健身活动，精心组织策划好每年8月8日“全民健身日”的系列全民健身活动。

(五)发展各类人群体育。将社区体育工作作为社区建设的基本内容，统筹规划，以街道和社区公共体育设施建设为重点，不断改善体育健身环境和条件。将社区体育纳入全面建设小康社会的重要组成部分，逐步建成一体化的全民健身公共服务体系。进一步发展职工体育和青少年体育，抓好老年人体育等。

(六)引导健身消费。鼓励和引导市民体育消费，扶持和发展社会力量兴办体育健身休闲产业，为各种人群提供多元化的健身服务需求。建立和完善公共体育健身服务规范，提高公共体育健身服务水平。

(七)推进法治建设。各部门要进一步贯彻执行《中华人民共和国体育法》、《全民健身条例》、《公共文化体育设施条

例》、《市规范全民健身设施建设与管理办法》和《区社区体育健身设施管理办法》等法律法规。进一步规范政府部门的职责，依法行政，切实维护市民参与体育健身的权益。要建立统筹规划、政策引导、组织协调、提供服务等方面的机制和制度，加强执法和监督检查，提高法治水平，做好全民健身的长效管理。

(一)加强组织领导。本计划在区政府的领导下，由区文体局会同有关部门、各群众组织和社会团体共同推行。区全民健身工作领导小组作为协调机构，负责督促和协调全区各部门实施本计划。

(二)抓好成效评估。要把全民健身工作纳入文明单位和文明学校的考核指标体系，根据国家有关评估标准，对本实施计划的实施情况进行检查评估，对全民健身事业作出突出贡献的单位和个人，根据相关规定予以表彰奖励。

(三)认真贯彻落实。各部门以及工会、团区委、区妇联和各行业体协等社会团体要提高认识，充分发挥各自职能，各司其职，将本计划列入日常工作计划，切实抓好各项工作的落实。

## 健身饮食工作计划篇五

新学年，新气象。在新的一学年健身房将会注入许多新鲜的血液，从而更加充满生机与活力。健身房借鉴以往的经验与教训，积极采纳历届部门负责人意见与建议，经部门内部讨论，特制定本学年工作计划如下：

健身房建设成为服务中心服务理念最强的部门之一，激励部员以最大热情投入工作，通过开展乒乓球比赛，棋艺比赛，经验交流会，茶话会等独具特色的活动，丰富健身房部员的生活，确保健身房部员在服务中心勤工俭学的同时能够展现自我，锻炼自我，从部门的工作与活动中发现自我价值，增

强自信心，提高自身能力。通过开展专业性较强的“健美先生、丽人”等活动加大健身房会员在全校的知名度，通过开展舞蹈大赛等活动加大健美操会员在全校的知名度，将健身房做成一个品牌！此外通过与学生在线，校广播台[bbs]等的合作来提高宣传力度与效果。

现部门下属三个健身房，五个乒乓球室，一个健美操房和一个网球场。除部长和副部长外，部员共分成九个小队，每组责任心强同学担任组长。组长任用采取以下措施：上学期优秀组长预留3名，上学期优秀部员提拔3名，新招人员面试3名。这样就可以保证各项通知和决定能够及时传达给每一位部员！

内部考核组成员：由副部长担任内部考核组组长，各行政组长担任考核组成员，每名组长每周一次查岗，由副部长分配考核时间及考核情况汇总。

为了使部员不仅仅通过自己的双手获取生活补助外，希望通过我们服务中心，让大家得到更多方面的锻炼，在组织协调、待人接物，文明礼仪方面有所提高。计划通过活动交流形式，使部员的各项能力得到一定提高。更希望通过活动方式加强内部交流沟通！

活动时间初步定在20xx年的10—12月份，及20xx年的4—5月份。

活动初步方案：

目的：让大一新生进一步了解大学生活，确定方向，加强对我校大学生勤。

工助学工作的了解，增加各同学之间的相互认识、了解。

内容：自我介绍；畅谈自己工作计划；大学生活的得失，大学生生活的目标！不同年级之间的经验交流。

目的：加强内部交流沟通。

内容：分组进行友谊赛。

目的：加强棋类爱好者之间交流，丰富部员生活。

内容：象棋，五子棋，军旗，跳棋等同时进行。

目的：加强会员之间交流，扩大健身会员在学校的影响力。

内容：知识竞赛，技能比拼等方式。

目的：为健美操会员提供一个展示自己学习成果的机会。

内容：分组进行舞蹈大赛。

目的：加强内部沟通，

内容：通过部员才艺表演等方式加强沟通。

进一步完善考核制度，建立内部考核组；建立例会制度，请假换班制度，建立财务报销制度；建立部门每学年辞职辞退人员信息库及辞职辞退原因，以便为下学年工作提供相关材料，分析辞职辞退原因，更好的管理。通过完善各项制度，加大考核力度将健身房建设成为服务中心服务纪律观念最强的部门之一！各项制度见详表！

1、建立qq群，将所有部员qq号统计清楚加入该群，加强交流。

2、统计全体人员生日情况，在每位部员生日时由部门负责人代表部门为部员送生日贺卡，发祝福短信！

3、统计部员兴趣爱好，在业余时间组织部分人员举办共同爱好的活动！

4、为了让更多大一新生更加熟悉徐州风貌，在十月初以自愿的形式组织部门相关人员秋游。

5、让公邮丰富起来：鼓励大家把自己感兴趣的东西发到公邮，让公邮在部员的学习，工作生活中起到一定作用，增加大家的归属感！

6、会员方面：为了更好的让会员满意，建立每位会员的健身计划，任务由部门负责人安排专人负责；为会员举办两次有意义的活动；在元旦等节日为会员送去苹果等小礼物！设立反馈本，更好的为会员服务，尽量满足会员的各项合理要求。通过会员扩大健身房的影响力，建立会员qq群，加强会员之间交流沟通！

时间：整学期

模式：健身房会员——a□100元/学期b□四人以上90元/学期c□50元/30次（健美先生前三名免费）

有很多他们上一届已经做得非常好的地方，将继续保持下去，可能的话加以改进或创新。

继续小组长为工作的重心及纽带，因为小组长要么更为优秀，要么更有进取心，或者兼而有之，他们会是一群非常好的帮手，以他们为纽带，整个部门会更有凝聚力和集体荣誉感。二，温馨的人文关怀，当然还有严格的纪律，小错误第三次辞退，大错误第二次辞退。三，除本部门的茶话会和春游以及服务中心安排本部门开展的活动外，再想办法举办一两次在全校范围内有影响力的活动，初步建议为健美先生和健美丽人大赛。四，部门费用的控制与把握，依旧以节俭为原则，力求准确而具体，把每一分钱的功效发挥到最大。

二，严把面试关，改变招新宗旨：我们大部分需要的不是最优秀的人，而是最适合这份工作的人；由于各方面原因而导

致时间较紧的同学，最好能做出坚持到最后的保证，否则重新加以考虑，对于中途辞职或被辞退的同学以后将不再录用，并将黑名单发至勤工助学各部门负责人的手中。对于第三次参加健身房面试的同学保证录取。

炫舞坊和会员健身房性质类似，一起说。最主要的问题是宣传力度不够，在全校范围内没有较高的知名度与影响力，亟待解决。我的看法是，贴宣传单基本没用，开学初制作免费体验卡（含兄弟卡，情侣卡等），类似于名片，大量制作的话，每张不到五分钱，正面介绍健身房，背面介绍体育器材商家，这是拉外联可以解决，然后发到各学院团委和学生会，以及健身房部员，相信可以达到很好的效果。另外实行学期会员（100元每学期，四人及其以上团报90元），按次的会员（30次50元），以及每次2元共三种可供选择。

对于器材损坏较快，其主要原因是值班的部员的责任心不够，在同学不规范操作时没有及时指出，相信强调以后能在较大程度上改善这一问题。对于报修过程极缓慢，没有效率的问题，可以尝试先修后报，但要保证没有弄虚作假。

为女生在竹苑开一个健身房，场地就是健美操房，预计购置的东西包括跳绳，飞镖，呼啦圈，仰卧起坐垫，弹力绳，弹力球，女式哑铃等。桃三桃五逐步走向会员制，方便管理，也是为了给同学们提供更好的服务，与环境。与桃四的方案不同，正在制定中。搬一个健身房到梅三，矿业学院，由我负责与其交流。

上一届负责人做的很优秀，给我们一个榜样，也让超过他们成为一个挑战，不过我们有信心做得更好。

祝愿健身房成为一个团结友爱的大家庭！