

泉州市体育局
泉州晚报社
中共鲤城区委组织部
中共丰泽区委组织部
中共洛江区委组织部
文件

泉体〔2024〕103号

泉州市体育局 泉州晚报社 中共鲤城区委组织部
中共丰泽区委组织部 中共洛江区委组织部关于举办
2024年泉州市“党建+”邻里中心康乐赛的通知

鲤城区、丰泽区、洛江区文化体育和旅游局，鲤城区、丰泽区、洛江区各相关社区“党建+”邻里中心：

为全面贯彻落实党的二十大精神和二十届二中、三中全会精神，深入贯彻落实习近平总书记关于体育的重要论述，坚持发展以人民为中心的体育，深化拓展“深学争优、敢为争先、实干争

效”行动，推动“党建+”邻里中心建设，积极发挥体育赛事激发拼搏精神、促进邻里交往、增强社区认同的作用，决定举办 2024 年泉州市“党建+”邻里中心康乐赛。

现将赛事活动方案和竞赛规程印发给你们，请广泛发动社区群众，积极组队参赛。

- 附件： 1.2024 年泉州市“党建+”邻里中心康乐赛组织方案
2.2024 年泉州市“党建+”邻里中心康乐赛竞赛规程总则
3.2024 年泉州市“党建+”邻里中心康乐赛各单项比赛规程
4.免责声明
5.自愿参赛责任保证书



中共丰泽区委组织部

中共洛江区委组织部

2024 年 9 月 25 日

(此件主动公开)

2024 年泉州市“党建+”邻里中心康乐赛 组织方案

一、活动背景

2024 年是新中国成立 75 周年，是实现全民健身实施计划目标任务的关键一年。为进一步提高广大群众健身热情和身体素质，形成全社会共同建设和谐社区的良好氛围，进一步推动“党建+”邻里中心建设和全民健身赛事活动深入开展，增进邻里乡情，掀起健身热潮，拟举办 2024 年泉州市“党建+”邻里中心康乐赛。

活动通过举办分站赛和总决赛，组织社区居民参与健身项目活动，着力打造全社会参与、多项目覆盖、多层级联动的赛事，并纳入泉州市全民健身赛事活动体系，打通群众健身指导的“最后一公里”，以体育为桥梁，充分发挥社区（乡村）体育赛事在激发拼搏精神、促进邻里交往等方面的积极作用，形成社区居民之间睦邻友好、共建家园的浓厚氛围。

二、活动主题

和谐邻里情 “泉”民健身行

三、组织机构

指导单位：中共泉州市委组织部

主办单位：泉州市体育局

泉州晚报社

中共鲤城区委组织部

中共丰泽区委组织部

中共洛江区委组织部

承办单位：鲤城区文化体育和旅游局

丰泽区文化体育和旅游局

洛江区文化体育和旅游局

泉州市社会体育指导员协会

协办单位：鲤城区金龙街道石崎社区“党建+”邻里中心

丰泽区东湖街道圣湖社区“党建+”邻里中心

洛江区万安街道桥南社区“党建+”邻里中心

执行单位：东南赛事

四、活动时间

鲤城区分站赛：10月20日

丰泽区分站赛：10月26日

洛江区分站赛：11月9日

总 决 赛：11月10日

五、活动地点

鲤城区分站赛：金龙街道石崎社区“党建+”邻里中心

丰泽区分站赛：东湖街道圣湖社区“党建+”邻里中心

洛江区分站赛：万安街道桥南社区“党建+”邻里中心

总 决 赛：万安街道桥南社区“党建+”邻里中心

六、活动特色

“和谐邻里情 ‘泉’民健身行”主题活动分为“邻里乐”、“邻里学”、“邻里帮”三个板块。通过打造互动交流平台，让更多的社区居民“动”起来，共同营造全民健身的浓厚氛围，培育健康文明新风尚。

七、活动架构

（一）邻里乐——趣味运动会 快乐运动

通过举办社区趣味运动活动，进一步丰富社区居民业余生活，提高居民对社区的认同感和归属感，增进社区邻里情感。

1.分站赛：

个人类项目：

①跳绳；②夹乒乓球；③抓棍竞赛；④投壶比赛

集体类项目：

①拔河；②团队跳绳；③“有轨列车”；④“袋鼠跳”

2.总决赛：项目设置与分站项目一致，分站赛个人类项目前3名人员和集体类项目前3名队伍人员，进入总决赛。

（二）邻里学——体卫融合 共享健康

邀请社会体育指导员、运动处方师、营养师进社区，举办健身知识讲座、健身辅导，打造“体育+健康管理”“体育+中医”等特色服务模式，通过指导社区居民健身预防疾病。

1.“体育+健康管理”：邀请健康管理专家，为社区人员讲解健康饮食、健康活动等方面内容。

2.体育+康复：邀请社会体育指导员指导社区居民科学健身，体育康复师、理疗师讲解各种病情康复后的健身知识内容。

（三）邻里帮——公益活动 温暖社区

为社区“党建”+邻里中心居民健康科普（牙科、眼科等）、义务理发、全民健身宣传等公益活动。

1.国民体质监测：依托相关体育器材生产企业开展免费测试；

2.健康科普内容：招募各类公益机构进行健康科普。

附件 2

2024 年泉州市“党建+”邻里中心康乐赛 竞赛规程总则

一、活动主题

和谐邻里情 “泉”民健身行

二、活动时间

鲤城区分站赛：10 月 20 日

丰泽区分站赛：10 月 26 日

洛江区分站赛：11 月 9 日

总 决 赛：11 月 10 日

三、活动地点

鲤城区分站赛：金龙街道石崎社区“党建+”邻里中心

丰泽区分站赛：东湖街道圣湖社区“党建+”邻里中心

洛江区分站赛：万安街道桥南社区“党建+”邻里中心

总 决 赛：万安街道桥南社区“党建+”邻里中心

三、参赛对象

获评 2023 年度“党建+”邻里中心星级评定“三星级”及以上的鲤城区、丰泽区、洛江区的“党建+”邻里中心。具体如下：

（一）鲤城区分站赛参赛对象：

★鲤城区金龙街道金峰社区“党建+”邻里中心（五星级）

- ★鲤城区开元街道东升社区“党建+”邻里中心（五星级）
- ★鲤城区浮桥街道滨江社区“党建+”邻里中心（五星级）
- ★鲤城区金龙街道石崎社区“党建+”邻里中心（四星级）
- ★鲤城区海滨街道笋浯社区“党建+”邻里中心（四星级）
- ★鲤城高新区创投“党建+”邻里中心（四星级）
- ★鲤城区鲤中街道东门社区“党建+”邻里中心（三星级）
- ★鲤城区开元街道新春社区“党建+”邻里中心（三星级）
- ★鲤城区江南街道亭店社区“党建+”邻里中心（三星级）
- ★鲤城区金龙街道龙岭社区“党建+”邻里中心（三星级）

（二）丰泽区分站赛参赛对象：

- ★丰泽区丰泽街道丰泽社区“党建+”邻里中心（五星级）
- ★丰泽区东湖街道圣湖社区“党建+”邻里中心（五星级）
- ★丰泽区城东街道东星社区“党建+”邻里中心（五星级）
- ★丰泽区泉秀街道灯星社区“党建+”邻里中心（四星级）
- ★丰泽区华大街道新铺社区“党建+”邻里中心（四星级）
- ★丰泽区丰泽街道源淮社区“党建+”邻里中心（四星级）
- ★丰泽区城东街道埭头社区“党建+”邻里中心（三星级）
- ★丰泽区东湖街道松林社区“党建+”邻里中心（三星级）
- ★丰泽区丰泽街道迎津社区“党建+”邻里中心（三星级）
- ★丰泽区泉秀街道领SHOW园区“党建+”邻里中心（三星

级)

（三）洛江区分站赛参赛对象：

- ★洛江区双阳街道坪山社区“党建+”邻里中心（五星级）
- ★洛江区万安街道桥南社区“党建+”邻里中心（五星级）
- ★洛江区罗溪镇柏山村“党建+”邻里中心（四星级）
- ★洛江区马甲镇杏川村“党建+”邻里中心（四星级）
- ★洛江区双阳街道阳江社区“党建+”邻里中心（四星级）
- ★洛江区万安街道万福社区“党建+”邻里中心（四星级）
- ★洛江区马甲镇永安村“党建+”邻里中心（三星级）
- ★洛江区虹山乡苏山村“党建+”邻里中心（三星级）
- ★洛江区河市镇河市村“党建+”邻里中心（三星级）
- ★洛江区马甲镇潘内村“党建+”邻里中心（三星级）

（四）总决赛参赛对象：

各分站赛个人项目类：①跳绳；②夹乒乓球；③“抓棍”竞赛；④投壶比赛等四个项目，获得每个项目前三名人员；获得集体类项目：①拔河；②团队跳绳；③“有轨列车”；④“袋鼠跳”等项目前三名队伍人员。

五、活动项目

（一）个人类项目：①跳绳；②夹乒乓球；③“抓棍”竞赛；④投壶比赛。

（二）团体类项目：①拔河；②团队跳绳；③“有轨列车”；④“袋鼠跳”

六、参赛办法

（一）每个“党建+”邻里中心须报满所有4个团体类竞赛项目、4个个人类竞赛项目。

(二) 参赛运动员须为本社区内城乡居民；参赛时运动员出示第二代身份证；

(三) 每个“党建+”邻里中心代表队设总领队 1 名，副总领队 1 名，教练员（可由运动员兼任）、运动员若干名，总人数不超过 29 人，团体类参加人员须从个人类项目报名人员中选出，不单独报团体类项目，一人可以兼报多个项目；

(四) 运动员年龄：18 至 60 周岁（1964 年 7 月 1 日至 2006 年 6 月 30 日）；

(五) 各“党建+”邻里中心代表队须统一服装。

七、录取名次与奖励

(一) 不设团体总分和金牌总数奖；

(二) 个人项目录取前 3 名、团体项目录取前 3 名；

(三) 奖杯、奖牌、证书由承办单位统一设计制作。

八、报名事项

(一) 采取一次报名，报名表须逐项填写，报名材料提交时间如下：

鲤城区分站赛报名截止时间为 10 月 10 日上午下班前；

丰泽区分站赛报名截止时间为 10 月 17 日上午下班前；

洛江区分站赛报名截止时间为 10 月 29 日上午下班前。

请各代表队将参赛报名表（盖公章）电子版和扫描版，发至邮箱 1990916213@qq.com。

联系人：郑鸿隆，联系电话：13599228363

(二) 报到时，须提交队伍免责声明和队员自愿参赛责任保证书；报到具体时间和地点另行通知。

九、赛事安全要求

承办单位严格做好赛事安全工作，制定并认真实施赛事组织方案、安全工作方案、应急预案等方案，比赛期间自始至终遵循各方案要求。

十、奖项设置

（一）分站赛：

个人项目及团队项目：

奖励 1 至 3 名，分别给予实物奖品及奖牌。

（二）总决赛：

1.个人项目：

奖励 1 至 3 名，分别给予实物奖品、奖状及奖杯。

2.团队项目：

①拔河：奖励 1 至 3 名，分别给予奖金（冠军：1200 元、亚军：1000 元、季军：800 元）及奖状、奖杯。

②团体跳绳：奖励 1—3 名，分别给予奖金（冠军：1000 元、亚军：800 元、季军：600 元）及奖状、奖杯。

③“有轨列车”：奖励 1 至 3 名，分别给予奖金（冠军：1000 元、亚军：800 元、季军：600 元）及奖状、奖杯。

④“袋鼠跳”：奖励 1 至 3 名，分别给予奖金（冠军：600 元、亚军：500 元、季军：300 元）及奖状、奖杯。

十一、其他

（一）比赛期间各代表队食宿费、差旅费、服装费等一切费用自理；

（二）裁判、技术官员由承办单位选派；

(三) 运动会举办开幕式和闭幕式。

十二、本规程总则解释权属主办单位，未尽事宜，另行通知。

代表队人员名单表

“党建+”邻里中心（盖章）：

填表人： 联系电话： 填报时间： 月 日

序号	姓名	性别	出生年月	联系电话
领队				
副领队				
运动员				
....				
....				

附件 3

2024 年泉州市“党建+”邻里中心康乐赛 各单项比赛规程

个人跳绳竞赛规程

一、竞赛项目：个人跳绳

二、参赛资格

按竞赛规程总则执行

三、参加办法

每队可报教练1人（可由运动员兼任）、运动员5人，上场运动员5人（跳绳个人比赛参赛者可兼任团队比赛）。

四、竞赛办法

（一）跳绳竞赛赛制（个人）

动作规则：单人单摇形式跳绳，以脚起跳，身体腾空后，跳绳自双脚下沿身体旋转 360度计算为一个，如未完成，则算为一次失败，跳绳过程中可以停顿。比赛时间为 1分钟，以时间结束时的总个数记录比赛成绩。

录取名次：采用中考计数绳计数，按总次数计算出排名，取

前三名。

（二）其它按竞赛规程总则执行。

五、录取名次与奖励：按竞赛规程总则执行

六、报名与报到：按竞赛规程总则执行

七、本规程解释权归主办单位，未尽事宜另行通知。

个人跳绳竞赛报名表

“党建+”邻里中心（盖公章）：

教练：

联系电话：

填报时间： 年 月 日

序号	姓名	性别	出生年月	联系电话
1				
2				
3				
4				
5				

个人“夹乒乓球”竞赛规程

一、竞赛项目：个人“夹乒乓球”

二、参赛资格

按竞赛规程总则执行

三、参加办法

每队可报教练1人（可由运动员兼任）、运动员5人，上场运动员5人（个人比赛参赛者可兼任团队比赛）。

四、竞赛办法

（一）夹乒乓球竞赛赛制（个人）

动作规则：摆两个桌子，中间隔开一定的距离，每个桌子上都放一个盆，其中一个盆里放上足够多的乒乓球，另一个盆则空着，准备一双长筷子。比赛时，用最快的速度用筷子夹起将盆内的乒乓球，运送到空盆中，反复多次进行。

比赛时间为 1分钟，以时间结束时的总个数记录比赛成绩。

计分方法：运送完成乒乓球数量最多的队伍获胜，按数量的多少计算出排名，取前三名。

（二）其它按竞赛规程总则执行。

五、录取名次与奖励：按竞赛规程总则执行

六、报名与报到：按竞赛规程总则执行

七、本规程解释权归主办单位，未尽事宜另行通知。

个人“夹乒乓球”竞赛报名表

“党建+”邻里中心（盖公章）：

领队：

联系电话：

填报时间： 年 月 日

序号	姓名	性别	出生年月	联系电话
1				
2				
3				
4				
5				

个人“抓棍”竞赛规程

一、竞赛项目：个人“抓棍”竞赛

二、参赛资格：按竞赛规程总则执行。

三、参加办法

每队可报教练1人（可由运动员兼任）、运动员6人，上场运动员6人（女运动员不少于2人）。

四、竞赛办法

（一）抓棍竞赛赛制

参赛者按下抓棍机上的启动键，分别将8根圆棍插入对应的孔，再按下开始键，看到对应灯亮起后，抓棍机上的8根圆棍开始随机掉落，参赛者试尽可能多的接住掉落的圆棍。

计分方法：看能接住多少根圆棍，即记几分。

录取名次：最终按抓中圆棍数总和，取前三名。

（二）其它按竞赛规程总则执行。

五、录取名次奖励：按竞赛规程总则执行

六、报名与报到：按竞赛规程总则执行

七、本规程解释权属主办单位，未尽事宜，另行通知。

抓棍竞赛报名表

“党建+”邻里中心（盖公章）：

教练： 联系电话： 填报时间： 年 月 日

序号	姓名	性别	出生年月	联系电话
1				
2				
3				
4				
5				
6				

个人投壶竞赛规程

一、竞赛项目：投壶

二、参赛资格：按竞赛规程总则执行

三、参加办法

每队可报教练1人（可由运动员兼任）、运动员5人，上场运动员5人（其中女运动员不少于1人）；

四、竞赛办法

（一）个人竞赛赛制：

通过抽签决定选手的投掷顺序，每个选手在自己的回合中投掷10把箭。

计分方式：每个选手在1米外持箭投壶，每人有10支箭，投中一次得一分，每人投2次，选手总分数是所有投中的箭数之和。获胜者取拥有最高总分的选手。若平分，则再加赛一轮，决出胜负。

录取名次：根据得分取前三名。

（二）其它按竞赛规程总则执行。

五、录取名次与奖励：按竞赛规程总则执行

六、报名与报到：按竞赛规程总则执行

七、本规程解释权归主办单位，未尽事宜另行通知。

投壶竞赛报名表

“党建+”邻里中心（盖公章）：

教练：

联系电话：

填报时间： 年 月 日

序号	姓名	性别	出生年月	联系电话
1				
2				
3				
4				
5				

拔河竞赛规程

一、竞赛项目：拔河

二、参赛资格：按竞赛规程总则执行

三、参加办法

每队可报教练1人（可由运动员兼任）、运动员10人，上场运动员10人（其中女运动员不少于4人）。

四、竞赛办法

（一）拔河竞赛赛制

（1）每队需10名选手参赛，其中女生不少于4名。

（2）比赛采取三局两胜制

在场地上画 3条平行的短线，间隔2米，居中的为中线，两边的为界。拔河绳中间系一条红带子作为标志带，下面悬挂一重物垂直于中线。参赛的两队人数相等，同时上场。各队选一名指挥员，队员依次交错分别站在河界后拔河绳的两侧，裁判员发出“预备”口令，双方队员站好位置，拿起拔河绳，拉直做好准备。此时标志带应垂直于中线。待裁判鸣哨后，双方各自一齐用力拉绳，把标志带拉过本队河界的队为胜方。

计分方法：10支队伍分为 A、B、C三个小组，A组4支队伍，B、C组3支队伍。小组赛进行单循环积分赛（若积分相同，则按场次累积用时时长，时长最短者为获胜方），A组小组前两名及 B、

C组小组第一名出线，进入四强赛。四强队伍通过两两对决，胜者队伍进入决赛争夺冠亚军；负者进行季军争夺战（积分若相同，按场次累积用时时长，时长最短者为获胜方）。

（二）录取名次：根据得分取前三名。

（三）其它按竞赛规程总则执行。

五、录取名次与奖励：按竞赛规程总则执行

六、报名与报到：按竞赛规程总则执行

七、本规程解释权归主办单位，未尽事宜另行通知。

拔河竞赛报名表

“党建+”邻里中心（盖公章）：

教练：

联系电话：

填报时间： 年 月 日

序号	姓名	性别	出生年月	联系电话
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				

团体跳绳竞赛规程

一、竞赛项目：团体跳绳

二、参赛资格：按竞赛规程总则执行

三、参加办法

每队可报教练1人（可由运动员兼任）、运动员8人（含摇绳2人），上场运动员8人（其中女运动员不少于2人，跳绳团体比赛参赛者可兼任个人比赛）。

四、竞赛办法

（一）团体跳绳竞赛赛制

比赛规则：每个参赛队限 8人上场比赛，2人摇绳6人跳绳（其中女运动员不少于2人）。

计分方法：实行2次连续预选比赛，每次限时1分钟，选其中1次最好比赛成绩为最终成绩。

录取名次：根据每队最终跳绳次数，取前三名。

（二）其它按竞赛规程总则执行。

五、录取名次与奖励

按竞赛规程总则执行

六、报名与报到

按竞赛规程总则执行

七、本规程解释权归主办单位，未尽事宜另行通知。

团体跳绳竞赛报名表

“党建+”邻里中心（盖章）：

教练： 联系电话： 填报时间： 年 月 日

序号	姓名	性别	出生年月	联系电话
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				

团队“有轨列车”竞赛规程

一、竞赛项目：“有轨列车”竞赛

二、参赛资格：按竞赛规程总则执行

三、参加办法

每队可报教练1人（可由运动员兼任）、运动员6人，上场运动员6人（女运动员不少于2人）。

四、竞赛办法

（一）“有轨列车”竞赛赛制

“有轨列车”由两块木板模拟一双鞋子，6个人集体双脚分别踩在木板上面，手提拉绳，步调一致，往前齐步走。在一定的时间内完成指定一段路程，再折返，回到起点。注意：比赛期间，参赛者脚不能触地。

计分方法：每队的所用时长为总成绩，用时短者为胜者。若时长相同，则再赛一轮，最终按时长最短者胜出，取前三名。

（二）其它按竞赛规程总则执行。

五、录取名次奖励：按竞赛规程总则执行

六、报名与报到：按竞赛规程总则执行

七、本规程解释权属主办单位，未尽事宜，另行通知。

团队“有轨列车”竞赛报名表

“党建+”邻里中心（盖公章）：

教练： 联系电话： 填报时间： 年 月 日

序号	姓名	性别	出生年月	联系电话
1				
2				
3				
4				
5				
6				

团队“袋鼠跳”竞赛规程

一、竞赛项目：“袋鼠跳”竞赛

二、参赛资格：按竞赛规程总则执行。

三、参加办法

每队可报教练1人（可由运动员兼任）、运动员6人，上场运动员6人（女运动员不少于2人）。

四、竞赛办法

（一）“袋鼠跳”竞赛赛制

参赛者比赛过程中，如有摔倒可以自行爬起，但布袋必须始终套在腿上，如有滑落必须重新套上后方可继续比赛。每人需“跳”一次折返赛道，从开始脱下布袋交接，至下一名队员的布袋完全套好前，交接过程必须在跑道端线以外进行，不能越线。

计分方法：每队的所用时长为总成绩，用时短者为胜者。若成绩相同，则再赛一轮，最终按时长最短者胜出，取前三名。

（二）其它按竞赛规程总则执行。

五、录取名次奖励：按竞赛规程总则执行

六、报名与报到：按竞赛规程总则执行

七、本规程解释权属主办单位，未尽事宜，另行通知。

团队“袋鼠跳”竞赛报名表

“党建+”邻里中心（盖公章）：

教练： 联系电话： 填报时间： 年 月 日

序号	姓名	性别	出生年月	联系电话
1				
2				
3				
4				
5				
6				

附件 3

免责声明

作为2024年泉州市“党建+”邻里中心康乐赛参赛队领队（教练），我在此承诺，本队将会尊重和遵守比赛规则 and 规定，在比赛中体现真正的体育精神。我队所有参赛人员在比赛期间出现意外伤害、死亡及物品丢失等突发状况，主办方、承办方和其他参赛人员免责。

参赛队伍：

领队（签字）：

教练（签字）：

2024 年 月 日

附件 4

自愿参赛责任保证书

一、我完全了解自己的健康状况；没有任何身体不适或疾病（包括先天性心脏病、风湿性心脏病、高血压、脑血管疾病、心肌炎、其他心脏病、冠状动脉病、严重心律不齐、高血糖或低血糖、以及其它不适合本次赛事活动的疾病），如隐瞒任何病情，所产生后果自负。因此我郑重声明，可以正常参加 2024 年泉州市“党建+”邻里中心康乐赛。

二、我充分了解本次赛事活动期间的训练、比赛及有关活动中有潜在的危险，以及可能由此而导致的受伤甚至危及生命造成死亡的事故，我会竭尽所能，以对自己的安全负责任的态度参加本次比赛。

三、我本人愿意遵守本次比赛活动的所有规则规定；如果本人在参赛过程中发现或注意到任何风险和潜在风险，本人将立刻终止参赛或告之赛会官员。

四、我本人以及我的继承人、代理人、个人代表或亲属将放弃追究所有导致伤残、损失或死亡的权利。

五、我同意接受承办方在比赛期间提供的现场急救性质的医务治疗，但在医院救治等发生的相关费用由本人负担。

本人已认真阅读全面理解以上内容，且对上述所有内容予以

确认并承担相应的法律责任，本人在没有任何诱导的情况下
自愿签署此责任书。

参赛队伍：

所有参赛运动员签名：

2024 年 月 日