

广东省体育局文件

粤体群〔2019〕19号

关于做好2019年广东省体质测定与运动 健身指导工作的通知

各地级以上市体育行政部门：

为贯彻落实《广东省全民健身实施计划(2016-2020年)》，广泛开展体质测定与科学健身指导工作，推动全民健身与全民健康深度融合，切实发挥我省各级体质测定与运动健身指导站（以下简称“指导站”）的功能作用，为群众科学健身提供测试和指导，达到增强体质的目的，现将有关事项通知如下：

一、测定对象

机关企事业单位干部职工、社区居民、农村农民等。

二、测定任务

(一) 市级指导站工作任务

1. 指导站开展常态化工作，每周开放不少于 5 天，并确保有工作人员在岗服务；

2. 2019 年度完成 3000 人以上的体质测定任务，其中根据受测者的年龄完成附表的测试项目及一项高端测试项目（如骨密度、功率自行车、动脉硬化等）（具体见表 1），为受测者提供体质评定报告及健身指导建议，并建立体质健康个人档案（登记备查）；

表 1 市级指导站体质测定服务内容

测试对象	成人、老年人
年龄段	20-69 岁年龄段
体质测定基本项目 (必做项目)	1、身体形态：身高、体重 2、身体成分：体脂肪率、肌肉含量等 3、身体机能：血压、脉搏、肺活量、有氧运动能力 4、身体素质：肌力、肌肉耐力、爆发力、柔韧性、平衡能力、反应能力
高端测试项目(选择 其中一项)	骨密度、功率自行车、动脉硬化、脊柱测量等

3. 完成 200 人以上的体质测定与健身指导的跟踪服务工作，做好跟踪服务登记及数据保存（登记备查）；

4. 举办 5 场以上的科学健身大讲堂活动，内容要丰富多样，每场讲座听众达到 50 人以上（登记备查）；

5. 举办本地区指导站工作人员培训班，提高工作人员的

技术水平、健身指导能力、指导站运行管理能力、宣传推广能力等；

6. 借助报纸、电视、电台、微信等媒体进行广泛宣传；

7. 编印科学健身指导手册 3000 册以上，在指导站或活动开展中，向群众派发；

8. 结合本地区全民健身活动开展，举办 5 场或以上体质测定与健身指导活动（登记备查）；

9. 做好测定数据、健身指导、活动开展等相关资料的整理与保存工作，按照要求汇总有关材料以备省体育局评估小组考核评估。

（二）县级指导站工作任务

1. 指导站开展常态化工作，每周开放不少于 5 天，并确保有工作人员在岗服务；

2. 2019 年度完成 1500 人以上的体质测定服务工作（具体见表 3），为受测者提供体质评定报告及健身指导建议，并建立体质健康个人档案（登记备查）；

表 3 县级指导站体质测定服务内容

测试对象	成人、老年人
年龄段	20-69 岁年龄段
体质测定基本项目 (必做项目)	1、身体形态：身高、体重 2、身体成分：体脂肪率、肌肉含量等 3、身体机能：血压、脉搏、肺活量、有氧运动能力 4、身体素质：肌力、肌肉耐力、爆发力、柔韧性、平衡能力、反应能力

3. 完成 50 人以上的体质测定与健身指导的跟踪服务工作，做好跟踪服务登记及数据保存（登记备查）；
4. 举办 3 场以上的科学健身大讲堂活动，内容要丰富多样，每场讲座听众达到 50 人以上（登记备查）；
5. 借助报纸、电视、电台、微信等媒体进行广泛宣传；
6. 印制科学健身指导手册，向群众派发；
7. 结合本辖区全民健身活动开展，举办 4 场或以上体质测定与健身指导活动（登记备查）；
8. 做好测定数据、健身指导、活动开展等相关资料的整理与保存工作，按照要求汇总有关材料以备省体育局评估小组考核评估。

三、考核评估

（一）省体育局将于 2020 年 1 月至 4 月对市级体质测定与运动健身指导站进行考核评估，并抽查县级体质测定与运动健身指导站工作开展情况。考核将依据以下评分标准执行（具体见附件）。

（二）省体育局将对市、县两级指导站考核评分结果进行排名公示。

附件：1. 2019 年广东省市级体质测定与运动健身指导站
评估分值表

2. 2019 年广东省县级体质测定与运动健身指导
站评估分值表



附件 1

2019 年广东省市级体质测定与运动健身 指导站评估分值表

市级指导站名称:							
评定指标			评定分值				
			分值	自评	市评	省评	评分依据
组织建设 5分	工作计划	有年度市级指导站工作计划、经费预算	1				提供体育行政部门工作计划（加盖公章）
		本年度市指导站对全市各县（市、区）指导站工作检查、督促、培训、经费支持等工作计划	1				
	人员配备	指导站聘有 2 名及以上健身指导专职工作人员（体育或医学相关专业，大专以上学历，并经省国民体质监测中心培训合格人员），有组织一支 15 人以上具外出开展监测任务能力的测试队伍。	2				聘任合同或定编文件（提供专职工作人员毕业证）
	管理规范	指导站有建立各项管理制度，配备统一工作服装、上岗证等	1				提供相关资料或图片
服务范围 3分	服务辐射范围	有对机关企事业单位、社区等人员进行测试服务（单位）点 10 个以下不得分 10-15 个得 1 16-20 个得 2 分 21 个以上得 3 分	3				提供服务单位名称、服务时间、服务地点等信息。并将单位名称录入软件系统（备查）。

工作开展 (分数不设上限)	测定 工作	<p>每年有对群众开展测试: 1000 例以下不得分 1000 例及以上计分方式为每增加 100 人,可加 0.6 分,不设上限 上报数据除体质基础指标外,需提供身体成分数据(缺此数据不能视为完整样本); 此项不得分即被视为考核不及格</p>	不设上限			以在“体质测定与运动健身指导管理系统上报数据情况为准”
		<p>每年有对测试群众进行健身跟踪指导 50 人以下不得分 50 人及以上计分方式为每增加 15 人,可加 0.8 分,不设上限 (提供健身指导跟踪服务数据,无数据不能计分) 此项不得分即被视为考核不及格</p>	不设上限			每人跟踪前后的数据和锻炼数据(时间、频率、程度)已上报数据和表格为准
		<p>每年有举办科学健身指导讲座(讲座规模必须 50 人及以上,提供讲座人员的讲课内容,现场图片,参加听课人员的签到表) 每场 1 分,不设上限。</p>	不设上限			图片、影像资料
		<p>每周向社会开放 5 天, 指导站服务必须常态化,定期向社会开放,并有工作人员在岗接受群众咨询及预约。开放天数以发生实际测试为准。每月以 22 个工作日计算</p>	2			日程安排表
		<p>有对测试人员开具科学健身运动处方(为群众开具运动处方后,将群众姓名、住址、单位、电话等信息留存,并要求群众签字确认。)</p>	2			提供处方记录表
		<p>有建立受测人员测试数据档案,将群众测试数据录入到“体质测定与运动健身指导站数字网络管理系统”</p>	2			登记表
		<p>利用高端设备为群众开展测试服务(骨密度、动脉硬化、功率自行车等),视高端设备完成测试情况给予评分: 测试数量达到所提供体质测试样本量 60%及以上的 4 分 测试数量达到所提供体质测试样本量 50%--59%及以上的 2 分 测试数量达到所提供体质测试样本量 40%--49%及以上的 1 分 测试数量达到所提供体质测试样本量 39%以下不得分 根据每种高端设备测试服务数量分别计分,可累计最多两种设备</p>	4			测试图片、影像、购买合同等

器材设施 9分	办公场所	指导站室内面积达 200 m ² 以上	1			图片资料 现场考察
		有配置相关办公设备（空调、电话、传真、网线）	0.5			
	器材配套	指导站配有 2 套器材，每套包含以下器材：身高体重测试仪、肺活量测试仪、台阶试验测试仪、握力测试仪、闭眼单足站立测试仪、反应时测试仪、纵跳测试仪、俯卧撑测试仪、仰卧起坐测试仪、坐位体前屈测试仪、血压脉搏计、身体成分分析仪	2			图片资料 现场考察 每套 3 分
		指导站安装有 1 套体质测定与健身指导管理软件	1			
		指导站配有 1 台电脑、1 台打印机	0.5			
	指导站选配有以下 2 种或以上器材：脊柱电子测量仪（关节运动障碍检测）；超声骨密度测量仪（骨密度评估）；功率自行车（运动心肺能力评估）；动脉硬化测试仪（血管机能评估）；肌肉功能综合分析仪（肌肉功能综合分析）；最大摄氧量测试仪；或其它与运动相关健康测试设备，每种设备 2 分，最高 8 分。	4			图片资料 现场考察	
加强宣传 15分	宣传形式	宣传栏有将测定内容和开放时间及电话向社会公布	1			图片资料
		有利用电视、电台、网络宣传测定内容和健身方法： 电视台、报刊每宣传 1 次得 2 分 网络平台宣传 1 次得 1 分 最高 10 分	6			媒体图片、影像资料等
		有编制健身指南小册子并向健身群众发放： 每年编印 3000 本及以上得 3 分 2000-3000 得 2 分 1000-2000 得 1 分 1000 以下不得分	3			提供印刷发票及宣传手册
		在社区、广场、公园开展体质测定与运动健身指导志愿服务活动。活动开展要有针对性，服务内容要以体质测定和健身指导为主。每开展一场得 1 分。不设上限	5			图片和视频资料
培训工作 4分	组织培训	组织各县（市、区）指导站工作人员进行业务培训，每次 1 分。最高 4 分	4			图片、影像资料

经费保障 8分	粤东 西北	市体育行政部门每年有给予市级指导站运行经费补助，10万以下不得分 10-15万，8分； 16-20万，9分 21-25万，10分 26万以上，11分	8				拨款凭证 或经费列 支表
	珠三 角	市体育行政部门每年有给予市级指导站运行经费补助 20万以下不得分 20-25万，8分 26-30万，9分 31-35万，10分 36万以上，11分	8				拨款凭证 或经费列 支表
评估分值							
指导站	自评意见:		负责人签名:				
市体育行 政部门	评审意见:		评审人员签名:				
省体育局	评审意见:		评审人员签名:				

附件 2

2019 年广东省县级体质测定与运动健身 指导站评估分值表

县级指导站名称:								
评定指标			评定分值					
			分值	自评	县评	市评	省评	评分依据
组织建设 6分	工作计划	有年度县级指导站工作计划、经费预算	2					提供体育行政部门工作计划（加盖公章）
	人员配备	指导站聘有 2 名及以上健身指导专职工作人员（体育或医学相关专业，大专以上学历，并经省国民体质监测中心培训合格人员），有组织一支 15 人以上具外出开展监测任务能力的测试队伍。	3					聘任合同或定编文件（提供专职工作人员毕业证）
	管理规范	指导站有建立各项管理制度，配备统一工作服装、上岗证等	1					提供相关资料或图片
服务范围 3分	服务点辐射范围	有对机关企事业单位、社区等人员进行测试服务（单位）点 5 个以下不得分 5-7 个得 1 8-10 个得 2 分 11 个以上得 3 分	3					提供服务单位的名称、服务时间、服务地点等信息。并将单位名称录入软件系统（备查）。

工作开展 (分数不设上限)	测定工作	<p>每年有对群众开展测试： 800例以下不得分 800例及以上计分方式为每增加30人，可加0.6分，不设上限 上报数据除体质基础指标外，需提供身体成分数据(缺此数据不能视为完整样本)； 此项不得分即被视为考核不及格</p>	不设上限					以在“体质测定与运动健身指导管理系统上报数据情况为准”
		<p>每年有对测试群众进行健身跟踪指导 10人以下不得分 10人及以上计分方式为每增加5人，可加1分，不设上限 (提供健身指导跟踪服务数据，无数据不能计分) 此项不得分即被视为考核不及格</p>	不设上限					每人跟踪前后的数据和锻炼数据(时间、频率、程度)已上报数据和表格为准
		<p>每年有举办科学健身指导讲座(讲座规模必须50人及以上，提供讲座人员的讲课内容，现场图片，参加听课人员的签到表) 每场2分，不设上限。</p>	不设上限					图片、影像资料
		<p>每周向社会开放5天， 指导站服务必须常态化，定期向社会开放，并有工作人员在岗接受群众咨询及预约。开放天数以发生实际测试为准。每月以22个工作日计算。</p>	3					安排表
		<p>有对测试人员开具科学健身运动处方(为群众开具运动处方后，将群众姓名、住址、单位、电话等信息留存，并要求群众签字确认。)</p>	2					提供处方记录表
		<p>有建立受测人员测试数据档案，将群众测试数据录入到“体质测定与运动健身指导站数字网络管理系统”</p>	2					登记表
器材设施 10分	办公场所	指导站室内面积达150m ² 以上	1					图片资料 现场考察
		有配置相关办公设备(空调、电话、传真、网线)	1					
	器材配套	指导站配有2套器材，每套包含以下器材：身高体重测试仪、肺活量测试仪、台阶试验测试仪、握力测试仪、闭眼单足站立测试仪、反应时测试仪、纵跳测试仪、俯卧撑测试仪、仰卧起坐测试仪、坐位体前屈测试仪、血压脉搏计、身体成分分析仪	2					图片资料 现场考察 每套3分
		指导站安装有1套体质测定与健身指导管理软件	1					
		指导站配有1台电脑、1台打印机	1					

		指导站选配有以下 2 种或以上器材：脊柱电子测量仪（关节运动障碍检测）；超声骨密度测量仪（骨密度评估）；功率自行车（运动心肺能力评估）；动脉硬化测试仪（血管机能评估）；肌肉功能综合分析仪（肌肉功能综合分析）；最大摄氧量测试仪；或其它与运动相关健康测试设备，每种设备 2 分，最高 8 分。	4					图片资料 现场考察
加强 宣传 14 分	宣传 形式	宣传栏有将测定内容和开放时间及电话向社会公布	1					图片资料
		有利用电视、电台、网络宣传测定内容和健身方法： 电视台、报刊每宣传 1 次得 2 分 网络平台每宣传 1 次得 1 分 最高 10 分	6					宣传图片 和视频资 料
		有向健身群众发放健身指南小册子	3					
		在社区、广场、公园开展体质测定与运动健身指导志愿服务活 动。活动开展要有针对性，服务内容要以体质测定和健身指导为主。 每开展一场得 1 分。不设上限。	4					
经费 保障 12 分	粤东 西北	市级体育行政部门每年有给予指导站运行经费补助， 5 万以下不得分 5-7 万，5 分 8-10 万，6 分 11-13 万，7 分 14 万以上，8 分	5					拨款凭证 或经费列 支表
		县级体育行政部门每年有给予指导站运行经费补助， 2 万元以下不得分 2-3 万，7 分 4-5 万，8 分 6-7 万，9 分 8 万以上，10 分	7					
	珠三 角	市级体育行政部门每年有给予指导站运行经费补助， 10 万以下不得分 10-12 万，5 分 13-15 万，6 分 16-18 万，7 分 19 万以上，8 分	5					拨款凭证 或经费列 支表
		县级体育行政部门每年有给予指导站运行经费补助， 5 万以下不得分 5-12 万，7 分 13-15 万，8 分 16-18 万，9 分 19 万以上，10 分	7					
评估分值								

指导站	自评意见:		负责人签名:
县体育行政 部门			
市体育行政 部门	评审意见:		评审人员签名:
省体育局	评审意见:		评审人员签名:

公开方式：主动公开