

# 上海市奉贤区体育局文件

奉体〔2024〕44号

## 关于进一步加强奉贤区老年人体育工作的实施意见

各镇人民政府，街道办事处，海湾旅游区管委会：

为了深入贯彻《关于进一步做好老年人体育工作的通知》（体群字〔2022〕75号）、《上海市体育发展条例》、《上海市体育局关于开展“智慧助老”行动 加强老年人体育服务的指导意见》（沪体群〔2021〕5号）等文件精神，进一步满足奉贤区老年人日益增长的多元化体育健身需求，结合我区实际，对推进新时代奉贤区老年人体育工作提出以下实施意见。

### 一、加强组织领导，推动老年体育高质量发展

#### （一）明确总体要求

以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导，全面贯彻落实党的二十大精神，秉承“以人民为中心”的发展理念，以满足老年

人日益增长的多元化体育健身需求为目标，深入实施全民健身国家战略和积极应对人口老龄化国家战略。各街镇、开发区要加强对老龄工作和老年人体育工作的统筹，将着力构建高水平的老年人体育公共服务体系作为一项重要的民生工作，鼓励老年群众参与到体育运动中来。

## （二）构建工作新局面

加快推动体育强区建设，坚持党委领导、政府主导、社会参与、全民行动，加快构建“党政主导、部门尽责、协会组织、社会支持、重在基层、面向全体”的老年人体育工作新局面。做好更高水平的全民健身公共服务体系的建设，从宣传教育工作入手，普及全民健身文化，推动落实老龄体育友好理念。

## 二、推进设施建设，着力保障老年人健身场地

### （一）建好基础场地设施

完善 15 分钟社区体育生活圈，在开展城区更新、老旧小区改造、全民健身设施“补短板”工程中，重视盘活城区“金角银边”等资源，建设更多小型多样、举步可就的适合老年人的健身设施，支持建设长者运动健康之家等专项场地设施，利用镇（街道）文体活动中心、党群服务中心、时代文明实践中心（所、站）等单位的场地条件，充分考虑老年人的需求，拓展老年人健身活动空间，鼓励开展老年人体育健身和专项培训活动，打造老年人体育阵地。根据《老年人室内健身场所要求》（T/CSGF009-2020）配备老年人健身设施，提升场地建设规范性。

## **(二) 鼓励场馆低免开放**

鼓励公共体育设施在全民健身日、重阳节、国庆节等节假日对全体老年人免费开放；其他时间需收费的，对老年人应实行免费或者折扣。举办大型老年人体育活动需使用收费性质的综合性公共体育场馆的，应提供收费标准一般不超过半价优惠服务或免收场租费。鼓励有条件的体育场地设施进行适老化、无障碍改造，动员企事业单位将所拥有的体育场所设施，采用适当方式，向周边老年人开放，已有的老年人体育健身场地设施不得擅自改变用途。

## **三、举办赛事活动，丰富老年人体育活动模式**

### **(一) 构建多样化赛事体系**

充分发挥老年人体育组织和社区体育协会等群众身边组织的作用，不断创新活动方式，打造适合老年人参与的赛事体系，逐步健全覆盖全区、区域联动、特色鲜明、线上线下的群众性体育赛事活动体系。积极组织老年人参与长三角体育节、上海市民运动会、上海城市业余联赛、上海市社区健康运动会、上海市老年人健身大会、“悦动贤城”、“燃赛道”等各级各类特色赛事，为老年人进行比赛、表演、交流提供机会，丰富老年人文化体育生活。

### **(二) 培育特色活动项目**

充分利用全民健身日、节假日、纪念日、庆典日，因时、因人、因地制宜地动员和组织老年人举办社区健康运动会、家庭运动会、楼组运动会等全民健身活动，广泛普及推广广场舞、打莲湘、健步走、自行车、太极拳、武术、健身气功、柔力球、门球、乒乓球、

棋牌等老年特色赛事活动项目，打造具有奉贤特色的老年人体育活动品牌。

#### **四、抓好组织建设，完善老年人体育组织架构**

##### **（一）健全组织架构**

要充分发挥奉贤区体育总会“桥梁纽带”、奉贤区老年人体育协会“得力助手”的协调服务职能，进一步健全全区范围内的多级老年人体育组织架构，鼓励发展多种类型的老年人体育组织。引导支持相关老年人体育组织完善组织架构建设，健全工作机构。

##### **（二）发挥组织实效**

鼓励开展老年人体育工作人员下沉基层宣传科学健身知识，普及专业技能，引导更多的老年人投入到体育健身活动中来。支持奉贤区老年人体育协会开展老年人体育场地设施统计、老年人健身服务需求统计、老年人健身满意度调查。扩大政府购买服务范围，推动有条件的老年人体育组织承接政府职能转移、承办老年体育节活动。

#### **五、开展健身指导，切实加强老年人医养融合工作**

##### **（一）做好线上健身工作指导**

用好“奉贤体育”“上海市奉贤区老年人体育协会”等线上宣传平台，推广科学健身。组织专业人士下沉到村居、社区为老年人开展运动健康知识专题宣讲。鼓励体育院校、科研机构、社会组织和优秀运动员、教练员、健身达人创编推广适合老年人的居家健身

方法。探索在线健身、在线培训、在线展示、在线比赛等新模式，为老年人提供线上线下结合的健身服务。

### （二）加强老年指导员队伍建设

鼓励更多适龄老年人加入社会体育指导员行列并参与各类志愿活动，积极组织开展适合老年人参与的社会体育指导员培训、再培训、晋升指导服务，为老年人体育活动开展提供人才保障。发挥社会体育指导员平台作用，推动老年指导员在线注册打卡。

### （三）推动体医养相互融合

持续开展国民体质监测项目。依托智慧健康驿站，为老年人提供体质测定、运动风险评估、运动营养等服务，推广健康生活方式、科学锻炼指导、慢性病防治等知识，推动通过运动干预高血压、糖尿病等老年群体高发疾病的预防和治疗。加大全民健身公益广告创作和投放力度，把体育健身纳入老年大学、社区文化课堂，广泛倡导“运动是良医”“生命在于运动，运动要讲科学”理念，在全社会营造关心老年人体育事业的浓厚氛围。

## 六、完善保障措施，巩固老年人体育工作成果

### （一）完善老年体育健身政策保障

鼓励各级政府将科学健身指导服务纳入居家社区养老体系，纳入基本养老服务清单，发挥老龄工作和全民健身联席会议平台作用，健全老年人体育工作评估激励机制。

### （二）推动老年人体育产业发展

探索“体育+”发展模式，推动体育与旅游、文化、医疗等多业态融合发展，满足老年人多层次需求。通过政府购买服务等方式支持经营性体育场馆向老年人提供质量有保障、价格可负担的体育健身服务。积极鼓励和支持机关、企事业单位、社会团体及个人赞助和捐赠活动经费或体育健身器材，鼓励体育商家在“重阳节（老年节）”等节日开展针对老年群体的优惠活动。

### （三）推动老年人体育公共服务智能化

落实长者运动健康之家、市民健身驿站、智慧健康驿站等适合老年人参与的线下运动场所，建立健全数字基础设施建设的投资体制机制。强化老年人体育公共服务需求数据收集监测，通过多种形式对老年人使用手机、电脑进行培训，建立健全老年人体育需求清单，鼓励各板块构建既定区域内老年人专属体育公共服务需求数据库。

### （四）保障老年人体育运动安全开展

相关单位应加强对各类体育设施设备的日常检修维护及消防安全管理，防止因设备老旧、管理缺位等导致的安全问题。体育赛事活动的开展要压实“谁主办，谁负责”的问责原则，按照一赛一策要求，科学制定赛事组织方案。

上海市奉贤区体育局

2024年12月17日

---

上海市奉贤区体育局办公室

2024年12月17日印发

---