新乡县慢性病综合防控工作领导小组文件

新慢防办〔2020〕4号

关于印发新乡县参加全国第五届

“万步有约”健走激励大赛奖励办法的通知

新乡经济开发区，各乡（镇）政府，县直各单位：

为更好地开展新乡县参加全国第五届“万步有约”健走激励大赛，调动参赛人员的积极性，推动全民健身活动普及化，除国家及省疾控的各项奖励外，对于参赛成绩优秀、组织得力的参赛单位和个人，慢性病综合防控领导小组将进行表彰奖励。经研究决定，特制定新乡县“万步有约”健走奖励办法。  
 一、奖励范围  
 本办法适用于全县参加全国第五届“万步有约”健走激励大赛活动的全部参赛者。

二、活动时间  
2020年8月11日——9月29日

三、奖项设置

（一）团队奖励

**1、团队积分规则：**团队总积分=队员每日常规健走积分之和/团队人数。

**2、评选方法：**比赛结束后，根据万步网反馈数据进行评选。

**3、奖励办法：** 表彰奖励所有参赛队伍中，积分排名前十的团队获得组织奖，并发放荣誉证书。

（二）个人奖励

**1、个人积分规则：**个人每日常规健走积分×50天+参与活动个人加分项积分。  
  **2、评选方法：**比赛结束后，根据万步网反馈数据进行评选。

**3、奖励办法：**设立一、二、三等奖，所有满分队员获得一等奖，前50名队员获得二等奖，前100名队员获得三等奖，并分别获得相应的物质奖励。

荣获全国赛的金、银、铜牌健走示范区奖，所获奖励按国家级省级有关方案要求执行。

1. 工作要求
2. 资金筹备由“万步有约”竞赛活动协办单位县疾控中心负责。
3. 县疾控中心要做好技术指导工作，不定期对团队及个人成绩进行通报，并及时督促各参赛单位上传数据。
4. 各参赛单位负责同志要高度重视，不定期开展集体活动，确保队员完成目标数。
5. 各参赛队员要按时上传数据信息，以防数据丢失，并爱护好计步器，以防遗失、损坏，导致成绩作废。

附件：第五届“万步有约”健走激励大奖赛健走比赛积分说明

新乡县慢性病综合防控工作领导小组办公室

2020年7月10日

附件：

第五届“万步有约”健走激励大奖赛健走

比赛积分说明

    一、比赛时间

    热身赛：2020年7月11日～2020年7月31日

    正式赛：2020年8月11日～2020年9月29日

    二、积分规则

    （一）个人积分规则

**1.每日常规健走积分**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 每日健走积分总览 | | |
| **任务描述** | **积 分** | **内 容** |
| 运动处方 | 完成第1个运动处方 1分  完成前2个运动处方 3分  完成全部3个运动处方 6分 | 每日 05:00～23:00任意时间内完成  三个处方任务时长分别为：10分钟、10分钟、15分钟 |
| 运动量 | 不足6000步 0分  6000～7999步 1分  8000～9999步 2分 10000步及以上 3分 |  |
| 运动时段 | “朝三”或“暮四” 1分 | “朝三”：05:00～09:00期间完成3000步  “暮四”：17:00～23:00期间完成4000步  每日总步数达到1万步的基础上，完成任意一项可得分；同时完成“朝三”和“暮四”也只得1分 |

注：健走处方任务必须在限定的10或15分钟内连续有效健走，且步速在100步/分至150步/分之间，才可获得相应积分。如果健走时步速连续超过60秒不在规定范围内，或健走停顿超过60秒，任务时间清零，需重新完成。完成任务时长的80%后，该任务时间不再清零。

**2.个人积分规则说明**

    个人总积分＝个人每日常规健走积分×总天数＋健康促进活动积分。

（二）团队积分规则

     团队健走积分=队员健走总积分÷团队人数

（三）活动统计截止时间

1.个人统计：活动结束日（9月29日）截止

2.团队统计：活动结束日（9月29日）截止

3.数据上传截止时间/活动关闭时间：10月15日。此日期后上传数据不计入成绩排名

    三、注意事项

（一）热身赛与正式赛规则一致，但成绩不计入正式赛。

（二）由于计步器遗失、损坏、更换电池而导致丢失数据的参赛队员，将被以“光荣负伤”对待，数据一律不予补计。

（三）活动过程中，退出比赛的人员被视为“英勇牺牲”，在积分统计上不做人员减少调整。

（四）万步小红花不允许用于竞赛成绩补偿。

（五）为保证大赛公平公正、顺利开展，坚决杜绝任何作弊行为。统计系统采用严格的检测机制，作弊将直接影响团队比赛成绩。