

中国劳动关系学院工会委员会文件

校工字〔2017〕6号

关于组织学校教职工参加 首届全总机关职工健步走网络竞赛的通知

学校各部门工会：

为促进教职工健身活动的开展，倡导“每天锻炼一小时，幸福生活一辈子”的体育健身理念，经校工会委员会研究，决定组织我校教职工参加“首届全总机关职工健步走网络竞赛”活动。现将有关事项通知如下：

一、活动范围

各部门工会在自愿基础上，鼓励全体在岗教职工参与，要求各部门工会参与率不低于 50%。

二、竞赛时间

（一）第一赛季

活动主题：一带一路全走遍，全总职工万里行。

时间安排：2017 年 4 月 18 日至 6 月 17 日。

（二）第二赛季

活动主题：重走长征路。

竞赛时间：2017 年 10 月 18 日至 12 月 17 日。

（三）全国赛

竞赛时间：2017 年 8 月 8 日至 10 月 7 日。

全国赛为“一起走”平台的公益项目，教职工可自愿参加，其成绩不计入本届健步走网络竞赛排名。

三、竞赛形式

1. 竞赛办法

本次活动中，教职工在生活 and 锻炼中的碎片运动数据，将通过“一起走专业版”手机 APP 进行统一的汇总分析，最终以运动步数、消耗能量和行走里程等数据呈现出来，参赛者可直观地了解自己的运动状况，参与每日个人之间、部门之间、学校内部、与全总机关和直属单位之间的运动 PK，以及知识问答、积分抽奖等活动和赛季名次奖励。

2. 竞赛路线

第一赛季采用“一带一路”虚拟地图，第二赛季采用“红军长征”虚拟地图。参赛者携带手机进行锻炼，运动数据将被换算到线上地图，当参赛者到达某地标，系统会自动弹出该地理位置发生的重大历史事件，让职工在运动健身中同时了解历史和人文知识，达到寓教于乐的目的。竞赛场地没有硬性要求，可在业余

时间因地制宜进行锻炼。

四、报名注册与成绩上传

1. 报名注册

本次活动采取职工信息集体导入报名。由各分工会及直属单位工会将《报名表》（见附件）交至全总机关工会进行汇总后,由“一起走专业版”平台工作人员统一注册。

2. APP 下载与登录

教职工自行在手机应用平台下载“一起走专业版”APP，以报名时绑定的手机号码和初始密码 111111 登录（平台工作人员统一注册后），登录后自行修改密码。

3. 成绩上传

当“一起走专业版”APP 处于开启或后台运行状态时，方可进行计步，APP 关闭状态下不能计步。

APP 计步功能不受网络环境限制，手机处于离线状态时，APP 也可将日常的碎片运动量自动保存在手机里，当 APP 处于网络环境时，自动将步数上传到平台数据库。

教职工既可每日上传数据，也可将一段时间的数据集中上传：每日上传数据，每日可获 5 积分奖励，集中上传多日数据，每日上传数据的积分不予累计。

赛季期间，竞赛页面自动开启，个人排名、单位排名等将自动显示。

五、竞赛积分

1. 常规积分记分标准：参赛者每天完成达标运动数据（6000

步) 获得 10 分; 参赛者上传当天运动数据获得 5 分; 完成每天知识问答一题, 获得 5 分。

2. 积分可参加 2017 年 8 月 8 日“一起走”官方举办的全国健步走网络公开赛和抽奖活动。

六、竞赛排名

学校在参与全总机关职工健步走网络竞赛基础上, 同时组织全校教职工层面的竞赛奖励活动。

本次活动为非传统体育竞技类比赛, 以引导健康科学运动, 调动广大职工参与健身的积极性和持续性为目的, 建议每天运动步数在 6000 至 10000 间较为科学适度, 贵在坚持, 因此本次活动规定:

每人每天 6000 步为达标;

每天 20000 步为运动上限, 日运动量不足 20000 步, 按实际步数统计;

日运动量在 20000 以上的步数, 不计入比赛成绩。

1. 个人赛排名依据

个人达标率: $\text{个人达标率} = \text{个人达标总天数} / \text{竞赛天数}$ 。

个人累计步数: 同一赛季内的个人累计步数。

2. 团体排名依据

团体达标率: $\text{团体达标率} = \text{同一赛季团体参赛人员达标总次数} / (\text{竞赛天数} \times \text{团体参赛人数})$ 。

七、全总系统奖项设置

每个赛季设以下奖项:

（一）全总个人奖

1. 全总“健康达人”：每个赛季，达标率为 100%的参赛者。
2. 全总“健康之星”：每个赛季，个人累计总步数排名前 100 名的参赛者。

（二）全总机关团体奖

对单位排名前 5 名的团体进行奖励，颁发奖牌。

（三）积分奖

活动期间个人账号获得的积分，可以在“一起走”APP 健康商城中抽奖，抽中的奖品将在赛季结束后发到校工会，由校工会通知获奖人员领奖。

八、学校奖项设置

在参与全总机关竞赛基础上，校工会每个赛季同时组织以部门工会为单位的竞赛，拟设以下奖项：

（一）学校个人奖

1. 学校“健康达人”：每个赛季，达标率为 100%的参赛者。
2. 学校“健康之星”：每个赛季，个人累计总步数排名前 30 名的参赛者。

（二）学校团体奖

结合各部门工会教职工参与率和部门工会团体达标率情况，校工会对学校排名前 5 名的部门工会进行奖励。

九、注意事项

1. 各部门工会分别统计报名情况，并于 4 月 7 日下班前将填写完整的《报名表》（见附件）电子版发至校工会办公室邮箱

ghbgs@ciir.edu.cn。原则上只接受一次报名，请仔细核对、填写报名信息。

4月11日至4月17日手机APP试用。

2. 各部门工会要高度重视，积极组织教职工参加此次竞赛活动，及时组织教职工下载安装“一起走专业版”APP，保证按时参赛和数据的及时顺畅传送，以便准确统计个人和团体成绩。

3. 竞赛期间由于手机故障、遗失，上传数据不及时等因素造成的步数统计缺失，一律不予补计。

4. 竞赛统计实行严格的检测机制，杜绝作弊，一旦发现作弊现象将做强制退赛处理。

5. 本次活动由一起走（北京）健康科技有限公司承担竞赛的线上技术支持、培训、注册及技术咨询与服务工作，客服热线4006660918，微信公众号 yiqizoujiankang。

联系人：彭 鹏

联系电话：88561830

附件：健步走网络竞赛报名表

中国劳动关系学院工会委员会

2017年3月31日

中国劳动关系学院工会办公室

2017年4月5日印发

附件

健步走网络竞赛报名表

部门工会名称：

序号	部门名称（此处填写处级部门）	姓名	手机号码
0001			

注：请将各行信息填写完整；原则上只接受一次报名，请认真核对报名信息。

填表人：

联系方式：