

玉溪市老年人体育工作“十四五” 发展规划纲要

各县（市、区）教育体育局，老年人体育协会：

根据中央、省、市关于发展老龄事业和体育事业的决策部署，为贯彻落实老年人体育工作的各项方针政策，结合“十四五”期间玉溪市老年人体育事业发展面临的新形势、新任务、新要求，特制订本纲要。

一、发展背景

“十三五”规划目标任务全面完成，全市老年人体育工作在全省居领先水平，为“十四五”时期老年人体育事业的发展奠定了坚实的基础。截至 2020 年年底，全市老年人口达 37.25 万人，占总人口 16.56%，五年间老年人口平均每年递增 0.21%。“十三五”时期，坚持问题导向、政策导向、需求导向，以工作和管理制度创新破解发展中的难题，以老年人的健身需求务实服务基层老年群众，用足用好政策改善工作环境。围绕“十三五”规划的目标任务，着力抓好六个方面的工作：一是抓学习调研，坚持正确的政治方向，针对问题采取有效措施，不断推进工作。二是抓汇报，争取党委政府和相关部门的领导和支持。三是抓组织，扩大老体协组织的覆盖面和服务群体。四是抓重点项目的普及推广，三个重点项目均取得明显成效。柔力球项目巩固提升，代表云南组队的花式柔力球项目在全国第十三届运动会获铜牌；健身操舞

展演水平大幅提升，在两届全国老年人广场舞大赛中获特等奖2项、一等奖2项；武术气功项目吸引了更多男性老年朋友参加，在全省老运会比赛中获太极拳个人项目一等奖，综合水平中等偏上。五是抓场地，不断改善老年体育活动场所。六是抓宣传，为老年人参加全民健身运动营造良好的社会氛围。“十三五”期间，共组织活动32.46万人次，完成培训2.65万人次，活动场所建设投入2195万元，老年健身人口达57.62%，超额完成“十三五”55%的规划目标。

“十四五”时期是我国全面建成小康社会、实现第一个百年奋斗目标之后，乘势而上开启全面建设社会主义现代化国家新征程、向第二个百年奋斗目标进军的关键时期，是玉溪市应对人口老龄化重要的“窗口期”。玉溪市老年人口数量持续增加，人口老龄化程度将持续加深，对老年体育工作提出新的更高的要求。以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导，全面贯彻党的十九大和十九届二中、三中、四中、五中全会精神，认真学习贯彻习近平总书记关于老龄工作、体育工作及全民健身活动的重要论述。按照党中央、国务院关于加快推进体育强国建设的决策部署，坚持以人为本、改革创新、依法治体、协同联动，大力推动全民健身与全民健康深度融合，紧紧围绕加强完善“党政主导、部门尽责、协会组织、社会支持、重在基层、面向全体”的老年体育工作格局和“便民、惠民”的全民健身的核心，不断推进全市老年人体育事业发展。中央、省、市重要决策部署，为全市老年体

育事业的全面发展指明了方向，创造了前所未有的发展机遇，极大地激发了老年体育事业发展活力，增强了全市老年体协工作者的信心。

二、指导思想

坚持以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导，认真贯彻中央、省、市关于发展老龄、老年体育事业的工作部署，认真落实《中华人民共和国体育法》、国务院《体育强国建设纲要》、《云南省全民健身条例》、《云南省老年人权益保障条例》，《国家体育总局等 12 部门印发的关于进一步加强新形势下老年人体育工作的意见》（体群字〔2015〕155 号）、《中共云南省委办公厅云南省人民政府办公厅印发的关于进一步加强老年人体育工作的意见》（云办发〔2014〕34 号）、《中共玉溪市委办公室、玉溪市人民政府办公室印发的关于进一步加强老年人体育工作的意见》（玉办发〔2015〕14 号）文件精神，完善“党政主导、部门尽责、协会组织、社会支持、重在基层、面向全体”的老年体育工作格局，坚持“为老年人健身服务”的宗旨，把增强老年人体质、提高健康水平、丰富精神文化生活作为新形势下老年体育工作的根本任务，不断满足广大老年人日益增长的强身健体、愉悦身心的需求，把增进老年人福祉、提高老年人健康快乐指数作为老年体育工作的出发点和落脚点，发挥老年体育在应对人口老龄化、建设健康玉溪中的作用。

三、目标任务

经过努力，“十四五”期末达到下列主要指标。

（一）老年体育健身人口稳步增长。广泛动员老年人参加体育健身活动，着力增强老年人的健身意识和科学健身素养，使体育健身成为更多老年人的基本生活方式，“十四五”末，全市老年人健身（参加健身一周3次，1次不少于1小时）人口达到老年人口总数的65%以上，比“十三五”的规划目标55%提高10个百分点，比2020年实际完成数提高7.38个百分点。

（二）加强基层组织建设，实现老年人体育健身活动全覆盖。在市、县（市、区）、乡镇（街道）、自然村（村、居民小组）已全部建立老年体协组织的基础上，“十四五”期末实现全市、县（市、区）、乡镇（街道）、自然村（村、居民小组）老年体育健身活动全覆盖，组织动员广大老年人开展好体育健身活动，满足日益增长的广大老年人的体育健身需求，解决好自然村（村、居民小组）活动“最后一公里”问题，推动全市老年人体育工作不断创造新业绩，实现新发展、新跨越。大力推进机关、事业单位、企业老年体协组织建设和农村自然村专项健身活动小组建设。县级和县级以上老年体协组织要配备与当地老年体育工作发展相适应的在职干部和专职工作人员，乡镇（街道）要配备兼职干部和工作人员，确保有机构管事，有人做事。要重视老年人体育骨干队伍建设，有计划地培训老年人体育项目教练员、辅导员、裁判员和管理人员，组织更多的志愿者为老年人体育健身服务，打造体现地方特色的老年人健身展示队伍。

（三）场地设施建设有重大突破。2021年至2025年，每年继续从彩票公益金和市级专项彩票公益金中安排专用经费，用于支持基层老年体育场地设施建设。市级彩票公益金补助基层老年体育场地设施建设资金安排与各县（市、区）考核结果挂钩，各县（市、区）根据市老体协考核分配的补助指标申报项目。到2025年，1市、2区、6县全部建有多功能的综合性老年体育活动中心，县（市、区）级老体协拥有可举办4个项目综合性运动会老年体育活动中心的县（市、区）达100%；全市乡镇（街道）100%建有老年室内外活动健身场所，乡镇级协会拥有可举办3个项目综合性运动会老年体育活动中心的乡镇（街道）数达100%；社区（村、居民小组）建有老年人室内外健身活动场所数达100%，建有老年人室内健身活动场所数达80%；重视机关、企事业单位老年体育场地设施建设，对年久失修、设施简陋的老年体育活动场所要进行提升改造，以适应老年人强身健体的需求。

（四）活动经费有稳定保障。市（县、区）财政每年预算按照《中共玉溪市委办公室、玉溪市人民政府办公室印发的关于进一步加强老年人体育工作的意见》（玉办发〔2015〕14号）相关规定安排本级老体协日常活动经费，重大活动视情况另行解决；各单位为老体协每年安排一定的日常活动经费，乡镇（街道）、村（居）委会、社区及企事业单位，要根据财力和老年人口多少，每年安排一定数额的老体协活动经费，并随着财政的增长同步增

长。争取社会资金对老年体育健身事业有更多的投入，努力形成全社会共同推进老年人体育事业发展的整体合力。

（五）老年健身活动多样化。市、县（市、区）、乡镇（街道）要结合当地实际开展丰富多彩的各种健身活动，要特别重视民族、民间文体健身活动，做到天天有活动，月月有展演比赛，“十四五”期间，继续巩固提升在全国有影响的玉溪市老年柔力球品牌，积极参与“柔力球之乡”创建活动，推广普及适合中老年人健身的新套路。强化基层老年健身项目的推广普及，开展重点健身项目推广示范县（市、区）、示范单位活动。

（六）宣传工作有创意。要大力宣传党中央、省、市委市关于老龄、老年体育工作的方针政策，宣传各级党委政府重视、支持老年体育工作的经验和做法。要积极争取广播、电视、互联网、报纸等各类媒体向社会、向群众广泛宣传老年体育工作和老年健身活动。争取主流媒体每年有 10 篇关于老年人体育活动的报道。市老体协每年向省老体协及时书面投报老年体育工作信息不少于 4 条，县级协会将宣传工作列入年度工作计划和总结，明确有协会分管领导和通讯员负责此项工作的县（市、区）数达到 100%。办好内部简讯、开展交流活动，加强市内外、省内外的宣传和信息沟通交流。要宣传好老年体育工作先进典型，讲好老年人健身长寿的故事，营造老年体育事业发展的良好社会环境和氛围。

（七）建立人才队伍培训机制。老年体育健身骨干是组织引导老年人广泛参与健身、推动科学健身、创新健身项目、传授技

艺的重要力量。一是积极选派骨干参加省老体协组织的各种培训。二是重视组织全市骨干队伍培训。“十四五”期间，市级培训老年健身骨干累计不少于 20 项次（包含柔力球、广场健身舞、健身气功项目及其它单项项目）、培训人数累计超 1500 人次；县级老体协累计培训不少于 2500 人次。三是对县、乡镇（街道）老年体协专（兼）职管理人员进行定期业务培训，提高专（兼）职人员的综合素质。

四、主要措施

（一）加强组织领导。市、县（市、区）老年体协要积极争取党委政府对老年体育工作的领导，争取体育、发改、财政、民政、文化、卫健、旅游、农业、老干、老龄办等有关部门的重视、关心和支持，切实把老年体育事业纳入经济社会、老龄业、全民健身、新农村规划建设之中，作为全面建成小康社会的一项重要工作予以重视。

（二）深入学习宣传。深入贯彻落实《国家体育总局等 12 部门印发的关于进一步加强新形势下老年人体育工作的意见》（体群字〔2015〕155 号）、《中共云南省委办公厅云南省人民政府办公厅印发的关于进一步加强老年人体育工作的意见》（云办发〔2014〕34 号）、《中共玉溪市委办公室、玉溪市人民政府办公室印发的关于进一步加强老年人体育工作的意见》（玉办发〔2015〕14 号）文件精神，这 3 个文件是新时期新常态下玉溪市老年体育工作的纲领性指导文件，是“十四五”乃至更长时期

玉溪市老体协开展老年体育工作的重要政策依据。文件对新形势的分析、对老年体育工作的重要性、目标任务，具体政策措施都有明确的要求，为做好老年体育工作带来了新的契机，具有里程碑意义。全市老年体协要深入开展对文件的学习、宣传，形成“党政主导、部门尽责、协会组织、社会支持、重在基层、面向全体”的老年人体育工作格局。

（三）统筹推进老年人体育设施建设。着力推进各级老年体育活动中心及乡镇（街道）、自然村（村、居民小组）老年人体育场地设施建设，按照把各级老年体育活动中心建设成为老年人“骨干培训的基地、交流互助的平台、愉悦身心的乐园”的要求，以《国家体育总局等 12 部门印发的关于进一步加强新形势下老年人体育工作的意见》（体群字〔2015〕155 号）、《中共云南省委办公厅云南省人民政府办公厅印发的关于进一步加强老年人体育工作的意见》（云办发〔2014〕34 号）、《中共玉溪市委办公室、玉溪市人民政府办公室印发的关于进一步加强老年人体育工作的意见》（玉办发〔2015〕14 号）等文件为政策依据，抓住彩票公益金支持乡镇（街道办）、自然村（村、居民小组）基层老年体育场地设施建设的机遇，争取市教育体育局、市发展改革委、市财政局、市住房城乡建设局、市民政局、市农业农村局、市卫生健康委员会等有关部门的支持，同时争取社会资金对老年体育场地设施建设的投入，保证“十四五”期间玉溪市老年体育场地设施规划建设的按期完成。

（四）广泛开展丰富多彩的老年健身展示活动，积极倡导科学健身。“十四五”期间，根据全国老体协的倡导，组织“8.8 全民健身日”、“11.11 全国健步走大联动”玉溪活动，举办全市单项老年人健身项目展演和培训活动。活动是老年体育的生命力所在，要将老年体育与文化、教育、旅游相结合，与休闲、度假、养生、养老相合，与民族、民间文体娱乐相融合，推动活动组织网络化、健身科学化、活动常态化，引导老年人走出家门、参与活动、享受快乐和收获健康。要抓好身边的组织、身边的场地、身边的活动三个环节，开展小型多样、有特色的老年人健身活动，不断增加老年健身人口。各县（市、区）要经常举办小型项目交流展演活动和项目推广培训，起到宣传示范作用，发挥骨干的引领作用，形成全社会良好的老年人健身氛围。

（五）加强农村老年体育工作。老年体育工作的重点、难点在农村，要把农村老年体育工作作为老年体育工作的重中之重，要巩固乡镇（街道）、自然村（村、居民小组）老年体协组织建设，实现老年体育健身活动“全覆盖”，对乡镇、村老年体育场地设施建设给予倾斜，要加强农村老年体育活动的开展，重视农村老年体育骨干队伍的培训。要加大引导广大农村中老年人参加文体健身的宣传，吸引更多的农村老年人加入到全民健身的队伍中来，为农村脱贫、为全面建成小康社会作出积极贡献。

（六）加强调研和宣传工作。加强调研工作，深入基层、深入到老年人中，掌握第一手资料，发现问题并找出解决问题的办

法,对工作滞后的区域和单位给予帮助指导。发现先进加以总结,将其成功经验向全市乃至全省推广。重视调研工作,将调研成果作为老年体协工作决策的重要依据。“十四五”期间,玉溪市老体协应将调研工作常态化,针对老年体育工作中的重大问题、难点问题、关键问题进行重点调研,以适时把握老年体育工作的“脉搏”,为工作决策提供准确可靠的依据。老体协工作是“为老年人解难、为儿女尽孝、为政府分忧”的工作,是功德无量的德政善举,要加强宣传报道工作力度,争取各媒体宣传报道老体工作和老年人健身活动。

(七)积极参加各类比赛活动及组织好各类运动会。遵循“安全第一、淡化锦标,重在参与、重在健康、重在快乐、重在交流”的宗旨。“十四五”期间,积极组队参加全国“柔力球之乡”比赛活动、全国“广场舞”大赛、滇黔桂三省区十州市老年人体育协作赛、全省(四年一届)第十届老年人健身大会(2023年)及省级每年的单项赛事活动。争取每年承办全省单项比赛或培训2次,举办全市老年人健身运动会、市直机关老年健身运动会、中央、省驻玉单位老年人健身运动会、市老年人体育文艺活动中心健身运动会和文艺汇演各1次。

(八)提高信息化建设水平,重视老年体育科研工作。要提高市、县(市、区)、乡镇(街道)三级老年体协信息化建设水平,提高办公自动化和无纸化水平,使全市老年体育信息传播便捷高效。市老体协和有条件的县(市、区)要建立健康与科学健

身信息平台。重视老年体育科研工作，举办科普讲座，组织专家指导老年人科学健身，积极配合有关部门做好老年人体质监测并应用好检测成果，指导老年人在科学健身方法下进行体育健身活动。

（九）加强老体协组织自身建设。老体协是党和政府联系广大老年人的桥梁和纽带，是服务党和政府中心工作、构建和谐社会的重要力量。要增强政治意识、全局意识，自觉践行社会主义核心价值观，树立“满腔热情、无私奉献、求真务实、开拓创新”的老年体育工作精神。要依法依规治会，建立科学规范的工作机制和规章制度，改进工作作风，提高服务能力水平，重视各会员单位老体协主席的选用及领导班子建设。

注释：全市性的重大赛事活动和有关各级老体协的经费预算安排，参照玉溪市委办、市政府办《关于进一步加强老年人体育工作的意见》（玉办发〔2015〕14号）文件执行。

2021年8月20日