

江苏省体育局 文件

江苏省老年人体育协会

苏体群〔2025〕15号

关于印发《2025年江苏省老年人体育系列赛 活动方案》的通知

各设区市体育局、县（市、区）体育局（教体局、文体局）、老年人体育协、各行业（系统）老年人体育协：

为深入贯彻落实“健康中国”国家战略，积极应对人口老龄化，推动全民健身与老年体育事业深度融合，充分展现新时代老年人健康向上的精神风貌，经研究决定，开展2025年江苏省老年人体育系列赛活动。

现将《2025年江苏省老年人体育系列赛活动方案》印发给你

们，请各单位结合本地实际情况，认真贯彻落实。



江苏省体育局



江苏省老年人体育协会

2025年5月30日

2025 年江苏省老年人体育系列赛活动方案

一、指导思想：

为贯彻落实“健康中国”和积极应对老龄化国家战略，深入推进健康江苏建设，全面提升老年人生活质量，助力健康江苏与老龄事业高质量发展，以“融合助力健身，贡献银发力量”为主题，以“积极老龄观，健康老龄化”为重点，以“走在前，做示范”为保障，全面展示我省老年人体育工作的新风采。

二、活动主题

融合助力健身，贡献银发力量

三、宗旨

参与 康乐 和谐 风范

四、主办单位

江苏省体育局

江苏省体育总会

五、承办单位

江苏省老年人体育协会

各设区市体育局、县（市、区）体育局（教体局、文体局）、老年人体育协会、各行业（系统）老年人体育协会。

六、举办时间

2025年6月10日启动，11月中旬闭幕。

七、举办地点

开幕式时间：2025年6月10日上午九时三十分

主会场：南京市栖霞区

分会场：各设区市、县（市、区）、乡镇街道、行政村、城市社区及各行业（系统）老年人体育协会所属单位自行安排地点。

八、举办形式

集中与分散相结合；以分散为主，基层为主；适当举办一些适合老年人、具有一定规模的活动，引领老年群体积极参与。

九、活动内容

（一）采取集中和分散相结合、线上和线下相结合的方式，加强老年体育健身品牌建设，在业已举办的“5.19全国老年人太极拳大联动”活动基础上，结合当地实际，在8月8日“全民健身日”和重阳节“敬老月”节庆期间，开展形式多样的“老年健身嘉年华系列活动”；在11月11日开展“老年人健步走全国大联动江苏分会场”暨2025年江苏省老年人体育系列赛闭幕式。

（二）拟组织开展“第十一届柔力球柔乐球网络视频全国比赛”、“江苏省老年气排球比赛”、“江苏省老年桌上冰壶球比赛”“江苏省老年无极球比赛”、“江苏省老年太极拳（剑）比赛”“江苏省老年持杖健走比赛”、“江苏省老年乒乓球交流活动”、“九九重阳鞭陀龙交流活动”、“江苏省老年柔力球交流活动”、“江苏省老年健身球操交流活动”以及“老年健身秧歌、老年广场舞”等

交流活动。

（三）面向基层开展老年健身项目裁判员、教练员、技术骨干和社会体育指导员技能再培训，提高基层组织开展老年健身赛事和活动的的能力水平。

（四）开展老年人体育文化活动，丰富老年人精神文化生活。组织开展老年人体育知识竞赛、体育摄影展、体育文艺汇演、体育书画展等活动，展示老年人体育文化的魅力和内涵，培养老年人的体育兴趣和爱好，提高老年人的文化素养和审美情趣，开展老年体协信息报道员培训活动。

（五）开展老年人体育旅游活动，拓展老年人健身休闲空间。组织开展老年人体育旅游联谊、老年人体育旅游节、老年人体育旅游体验等活动，结合自然风光、人文景观、历史文化，改革开放新成就等资源，开发一批适合老年人的体育旅游线路和项目，让老年人在旅游中享受体育健身的乐趣，进一步提升热爱社会主义和伟大祖国的情怀，增进老年人的身心健康。

（六）开展老年人体育知识普及活动，提高老年人体育健身意识和能力，增强健康素养。组织开展“送科学健身知识进百家养老机构活动”普及老年健康和科学运动知识。让老年人了解如何进行科学健身以及运动锻炼的意义，从而更好地管理自己的健康。帮助老年人根据自身的体质、健康状况和兴趣选择合适的体育项目和方式，提高老年人的健身效果和满意度。

（七）开展老年人体育志愿服务活动，培养老年人的社会责

任感和奉献精神。组织开展老年人体育志愿者培训、注册、认证等工作，建立老年人体育志愿者队伍，鼓励和引导老年人体育志愿者参与社区、学校、医院等公益场所的体育服务，为其他老年人和社会提供体育健身指导、组织、协调、宣传等方面的服务，传播体育文化，弘扬志愿精神。

十、活动要求

（一）推动多方融合助力老年健身，激发银发力量。各级老年人体育协会要充分发挥自身优势，紧密联系基层老年人群众，积极组织、引导、动员老年人参与体育锻炼，提供多样化、个性化的体育服务，满足老年人的健身需求，增强老年人的幸福感和获得感。

（二）因地制宜，形式多样。各地要根据本地老年人体育工作的实际情况，结合老年人的特点和喜好，选择适合的项目、时间、地点和方式，开展丰富多彩的体育活动，激发老年人的参与热情，展示老年人的风采和精神。

（三）推进老年体育适老化发展，扩面提质增效。各地要加大对老年体育项目的推广力度，挖掘和推广更多适合老年人的体育项目，吸引更多老年人参与，扩大老年体育爱好者群体，提高老年人体育锻炼的覆盖面和参与率。同时，要注重提高老年体育活动的质量和水平，加强老年体育人才的培养和使用，提高老年体育指导和服务的专业性和规范性。

（四）扩大宣传，提升影响。各地要充分利用各种媒体和平

台，加大对老年人体育系列赛的宣传力度，突出老年人体育系列赛的主题和宗旨，充分展示老年人体育工作的成效和老年人的风采，营造良好的社会氛围，提高老年人体育系列赛的知名度和影响力。

（五）加强安全保障，预防事故发生。各地要根据老年人的身体状况和体育项目的特点，制定科学合理的活动方案和安全措施，做好活动前的体检、体质评估与健康指导，活动中的安全监督和应急救护，以及活动后的健康跟踪与效果评估工作，确保老年人体育活动的安全和顺利进行。

（六）加强组织协调，形成工作合力。各地要加强对老年人体育工作的领导和指导，明确工作职责和分工，建立健全工作机制，加强部门间的沟通和协作，形成工作合力。各地要充分发挥老年人体育协会等社会组织的作用，广泛动员和组织老年人参与体育活动，提供优质的体育服务。

十一、其他

（一）各市、县（市、区）、各行业（系统）制定老年人体育系列赛间活动计划。

（二）各市、县（市、区、各行业（系统）将体育系列赛活动资料与活动总结统一发至江苏省老年人体育协会。

电子邮箱：jsslntx@163.com

信息公开类别：主动公开

江苏省体育局办公室

2025 年 5 月 30 日印发