

焦作市体育局文件

焦体〔2023〕40号

关于举办2023年焦作市全民健身大讲堂的 通 知

市各有关单位，五城区体育主管部门：

为贯彻落实全民健身国家战略，提升全市广大人民群众的科学健身意识，增强身体素质，推动全民健身与全民健康深度融合，市体育局决定举办全民健身大讲堂活动，组织健身专家为广大健身爱好者讲授科学健身和运动康复等知识。现将活动具体事宜通知如下：

一、主办单位

焦作市体育局

二、授课内容

（一）科学健身方面

日常健身知识、大众健身器材的使用、运动饮食与科学健身知识、传统体育养生等。

（二）体卫融合方面

慢性病运动干预、健康养生、应急救护概论、心肺复苏、AED使用等。

（三）运动损伤及康复方面

运动损伤的康复与预防、预防运动损伤的正确姿势与方法、急性损伤处理方法（含实操）、剖析慢性损伤原因等。

（四）太极拳理论及拳法教学方面

太极拳技术与理论教学。

三、活动时间

2023年4月-11月

四、相关要求

（一）每个课程时长在一个小时左右，也可根据各单位需要作相应调整，请各单位根据自身需求选择授课内容，授课老师由市体育局负责选派。

（二）授课场所由各单位负责，并做好会场布置和人员签到等相关组织工作，配备音响、话筒、投影仪等设备。

（三）有意向的单位请填写《2023年焦作市全民健身大讲堂

申请表》（附件1），并于5月19日前将申请表电子版（word格式）发送至报名邮箱，主办单位将根据各单位报名时间，统筹安排授课时间。

（四）授课结束后，各单位需填写《2023年焦作市全民健身大讲堂意见反馈表》（附件2）。

联系人：市体育局群体科郎飞龙

电话：0391-3935343

报名邮箱：tyjqtk2021@163.com

附件：1. 2023年焦作市直机关健身大讲堂申请表

2. 2023年焦作市直机关健身大讲堂意见反馈表



附件 1

2023 年焦作市全民健身大讲堂申请表

单 位		
授课内容		
时 间	2023 年 月 日（上午/下午__：__）	
地 点		
联系方式	联系人	
	联系电话	
	联系邮箱	

附件 2

2023 年焦作市全民健身大讲堂意见反馈表

反馈单位			
授课时间		授课地点	
讲师姓名		授课内容	
1. 授课内容安排是否合理？是 ☐ 否 ☐ 2. 授课老师态度是否尽职尽责？是 ☐ 否 ☐ 3. 授课方法是否通俗易懂？是 ☐ 否 ☐ 4. 授课效果对健身是否起到指导作用？是 ☐ 否 ☐			
对本次 健身大讲 堂的意见 和建议	单位盖章 2023 年 月 日		

焦作市体育局办公室

2023年5月5日印发