

关于举办“银龄逐光·活力同行”庆祝建校 117 周年暨 第 27 届离退休教职工体育文化节系列活动通知

各位离退休教职工：

为了庆祝我校建校 117 周年，进一步丰富大家的退休生活，倡导积极健康生活方式，将于 2026 年 5 月 9 日至 15 日期间，举办“银龄逐光·活力同行”庆祝建校 117 周年暨第 27 届离退休教职工体育文化节系列活动，现将具体事项通知如下：

一、活动内容

本次体育文化节精心设置了开幕式文体表演，趣味嘉年华以及体育竞技类活动三个环节。

二、活动安排

1. 开幕式：5 月 9 日（星期六）上午 9:00，在离退休活动中心门前广场举行开幕式。届时，将有精彩的文艺表演，欢迎广大离退休教职工踊跃参加。

2. 趣味嘉年华：开幕式结束后，趣味项目比赛正式开始。参与者可根据自身兴趣爱好和身体状况，自由选择项目（详细项目内容见附件 2）。需特别提醒的是，参加趣味项目的离退休教职工需携带校园卡，前往指定地点刷卡领取趣味项目卡，以便参与趣味项目。

3. 体育竞技类活动：本次竞技类活动涵盖乒乓球、掼蛋、象棋、台球、冰壶球 5 个项目，请有意参与的教职工参考系列活动项目时间表（附件 1），于 4 月 30 日（星期四）前，前往活动中心值班室报名。为确保活动的有序开展，所有参赛项目每人限报 2 项。

三、奖项设置

（一）竞技类比赛奖项

奖项将根据实际报名人数进行设定：

一等奖：每个项目的第 1 名

二等奖：每个项目的第 2-3 名

三等奖：每个项目的第 4-8 名

积极参与奖：若干。比赛结束后，按照成绩为获奖者颁发对应的精美奖品。

（二）纪念奖

1. 凡参与本次活动的教职工，均可前往离退休活动中心 A106 室，通过刷校园卡的方式领取纪念奖 1 份。领取时间截止 5 月 21 日，逾期将不再受理。

2. 为方便南湖尚苑及周边区域的离退休老师领取纪念奖，特于 5 月 22 日下午 14:30-17:00，在南湖尚苑物业办公室设置集中领取点。届时，请各位老师携带校园卡前往，刷卡领取纪念奖。

四、注意事项

1. 本次活动秉持“安全第一、自愿参与”的原则，希望各位离退休教职工在活动的过程中，密切关注自身身体状况，确保在身体健康与安全的前提下参与。

2. 如遇恶劣天气或其他不可抗力因素，导致活动无法如期举行，我们将第一时间另行通知。

中国矿业大学离退休工作处

中国矿业大学老年体协

2026 年 4 月 24 日

附件 1：离退休教职工体育文化节系列活动项目时间表

类别	活动日期	活动项目	活动时间	地 点
大众类	5 月 9 日 (星期六)	开幕式	上午 9:00	离退休门前广场
		趣味嘉年华	上午 9:30	离退休门前往北
竞技 体育类	5 月 9 日 (星期六)	台球	下午 2:30-5:00	活动中心台球室 (B206、B301)
	5 月 11 日 (星期一)	象棋	上午 9:00-11:30	根据报名人数待定
		冰壶球	下午 2:30-5:00	负一层大厅
	5 月 12 日 (星期二)	乒乓球比赛	上午 9:00-11:30	活动中心乒乓球室 (B110、XXX)
			下午 2:30-5:00	活动中心乒乓球室 (B110、XXX)
	5 月 13 日 (星期三)	攒蛋比赛	下午 2:30-5:00	根据报名人数待定

说明：

- 1.大众类活动：**开幕式、趣味嘉年华结束后，直接到离退休活动中心 A106 领取纪念奖；
- 2.竞赛体育类：**离退休工作处根据报名情况制定具体比赛规则和实施方案。

附件 2：离退休教职工体育文化节趣味运动会项目

序号	项目	图片展示	道具准备	活动规则	备注
趣味项目					
1	投沙包		沙包道具 沙包	1. 每人 3 个沙包 2. 扔进 1 个 50 分区域，挑战成功。 3. 领取小纪念品	
2	投壶		投壶 投箭	1. 每人 3 支箭 2. 投入 1 支入壶，挑战成功。 3. 领取小纪念品	
3	乒乓入圈		乒乓球 鸡蛋托盘	1. 每人 3 个乒乓球 2. 投进 1 个鸡蛋托盘，挑战成功。 3. 领取小纪念品	
4	旱地高尔夫		旱地高尔夫、 球、棍	1. 每人 3 个球 2. 1 球滚入高尔夫洞，挑战成功。 3. 领取小纪念品	
5	巧抛水瓶		水瓶 准备	1. 每人 3 次机会 2. 用手将水瓶往高处抛并使其竖立 1 次，挑战成功。 3. 领取小纪念品	

套圈取物（每人 2 圈）

7	套圈 取物	
		
		
		
		

挑战项目

8	挑战 项目		<ol style="list-style-type: none"> 1. 同心鼓 2. 网球 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 6 人参加挑战 2. 6 人用绳子将鼓拉起，在鼓面完成 3 次敲打，或合力前行 5 米，挑战成功。 3. 领取挑战奖 	<p style="color: red; font-size: small;">建议年龄在 75 周岁以下，且行动便利、身体协调性良好的人员参与。</p>
			<ol style="list-style-type: none"> 1. 锣 2. 锣槌 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 用眼罩蒙住眼睛 2. 在 3 米处，前行用锣槌敲打锣击中，挑战成功。 3. 领取挑战奖 	

附件 3：离退休教职工体育文化节系列活动报名表

序号	姓名	性别	年龄	项目	联系方式	备注
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						
11						
12						
13						
14						
15						
16						
17						
18						
19						
20						

中国矿业大学

2026年离退休教职工“趣味嘉年华”项目卡

参加趣味项目，离退休教职工需携带校园卡刷卡领取趣味项目卡。

类别	序号	项目名称	完成情况	备注
趣味项目	1	投沙包		
	2	投壶		
	3	乒乓入圈		
	4	旱地高尔夫		
	5	巧抛水瓶		
套圈	1	套圈取物		共设4个套圈场地 每人2个圈 限套1次
挑战项目	1	同心鼓		
	2	蒙眼敲锣		

“银龄逐光·活力同行”

