

附件

“球赞”社区活动操作指南

各位同学：

“球赞”小程序操作方法如下：

一、加入社区

（一）微信搜索小程序“球赞 AI 助手”



（二）登录小程序完成认证

若此前从未登录注册，则点击“认证身份加入社区”，并输入社区 ID: 11687835 或搜索社区名称：“五季五节助五育 | 悦享健康，活力工程”加入即可。



若此前已加入过相关社区，则点击右上角切换社区，并在弹窗内选择“加入社区”，在新页面内输入社区 ID: 11687835 或搜索社区名称：“五季五节助五育 | 悦享健康，活力工程”即可。



此外，学生可通过社区码加入社区，本社区的社区码见下图。



二、参与打卡

加入社区后，点击左下角球赞进入首页，打开工作台。随后点击社区中心栏目下“打卡”标签，进入打卡界面。点击打卡任务即可参与打卡。



三、打卡说明

(一) 活动期间，学生每日只能完成 1 次打卡。

(二) 打卡要求如下：

1. 基础任务：需开启微信运动，并步数达到 5000 步。
2. 附加任务：
 - (1) 微信运动步数达 10000 步；
 - (2) 运动项目不限，运动时长满 30 分钟；
 - (3) 跑步不少于 1 千米、徒步不少于 2 千米的运动距离。

每日打卡需在满足基础任务的情况下，满足至少一项附加任务。打卡时需要提交两张照片，分别为运动照片和第三方运动程序截图，截图需要明显包含运动日期和时长。

(三) 各单位及学生在参与活动期间需注意运动安全，建议个人购买运动保险，如因个人原因在运动中发生意外，相关责任需自行承担，请同学们务必量力而行，确保自身健康与安全。