

焦作：全民健身与奥运同行

本报记者 赵改玲

全民健身与奥运同行

8月8日,秋高气爽。2024年焦作市“全民健身日”主题活动启动仪式暨博爱县“全民健身日”系列活动在博爱县体育馆举行,借助大家关注奥运、支持奥运的热情,共同助力“全民健身与奥运同行”。

启动仪式上,来自博爱县的健身团队为观众展示了健身气功、鞭陀、健身操(舞)、广场舞、健步走等。参加展示的既有少年儿童,也有退休人士,大家健身的投入热情,感染了现场的每一个人。

“全民健身日”启动仪式为何会选在博爱县举行?博爱县全民健身活动是焦作全民健身活动的一个缩影。

近年来,博爱县群众体育活动如火如荼,荣获“全国群众健身工作先进单位”,入围“全国全民运动健身工作模范县”创建名单;“村BA”球王争霸赛河南赛区签约博爱县,成功承办2024年河南省新春气排球联谊赛;在西张赶村与文旅结合,建设社会化运营攀岩项目,努力打造攀岩特色县;在学校开设攀岩、武术、手球等特色教学课程,分别在小学、初中、高中同时打造攀岩场地,成为全省唯一一个覆盖小学、初中、高中全阶段的攀岩特色县。

运动是健康的基础,而健康则是快乐的源泉。全民健身活动是一项国家倡导、社会支持、群众参与的社会系统工程。这次开幕式和展示活动后,群众喜闻乐见的武术、篮球、足球、乒乓球、羽毛球等一系列比赛项目将一一拉开序幕,市体育局也希望广大群众以饱满的热情积极参加,享受体育健身带来的健康和快乐,掀起全民健身新热潮。

乐享免费健身大餐

本届奥运会,中国游泳队创造历史,尤其在男子4×100米混合泳接力上,打破了美国队40年对该项冠军的垄断,极大提振了国人士气。因奥运会游泳赛事的加持,“全民健身日”免费对市民开放的市太极体育中心游泳馆人气爆棚,大家乐享免费的游泳大餐。

据市体育场馆中心负责人介绍,在“全民健身日”当天,市太极体育中心游泳馆、健身馆、体育场,市体育中心体育馆、体育场营业时段免费向公众开放。

“练拳一定要先热身,否则容易受伤。”8月5日,在焦作“人才之家”,社会体育指导员谷慧玲免费教小朋友及家长习练太极拳。开展科学健身指导,也

“体育强则中国强,国运兴则体育兴。今年8月8日,我们迎来了第十六个“全民健身日”。2024年巴黎奥运赛场上,中国体育代表团奋勇拼搏,激发了广大群众参与体育运动的热情。我市围绕“全民健身与奥运同行”,纷纷组织开展主题活动,将赛事活动办到群众身边,将科学健身指导送到群众身边。人人健身、天天健身、科学健身理念日益深入人心,全民健身事业向纵深发展,反映出我市群众昂扬向上的精神风貌。”



是“全民健身日”的一项内容。

市社会体育指导员协会负责人称,在“全民健身日”前后,该协会将持续开展各级各类社会体育指导员进社区、进基层科学健身指导服务,推动运动员进学校和社区开展健身指导。同时,各县(市、区)将以“运动进乡村·健康伴你行”为主题,积极开展全民健身志愿服务主题示范活动,指导农村群众科学锻炼,增强健身意识,提高身体素质,满足农村群众日益增长的体育健身需求,推动全民健身公共服务城乡均衡发展。

全民健身与全民健康深度融合

去哪儿健身,是群众关心的问题。我市各地因地制宜想对策,推动全民健身场地设施强基础、提质量、优服务、增效益。大型场馆更加亲民,“10分钟健身圈”举步可达,“国球进公园”“国球进社区”惠及更多基层群众……截至2023年年底,我市人均体育场地面积2.62平方米,位居全省第三位。

“体育让生活更美好”的理念深入人心,人人参与运动、全民参与健身蔚

然成风,促进了全民健身与全民健康深度融合。

在我市举行的行走大运河赛事,得到了《人民日报》的关注;“村BA”等富有“泥土味”的群众赛事走红我市,凸显乡村体育文化活动的深厚基础,彰显乡村全面振兴的精气神。

前不久,在温县太极拳祖祠举行的太极拳国际交流大赛,不仅吸引来自全国各地的太极拳爱好者,还吸引不少外国友人。太极拳等独具中国特色的体育项目成为群众健身“新宠”,展现中华优秀传统文化魅力,让人们在强身健体的同时焕发奋斗热情。

我市还通过举行河南省首届南太行越野赛,积极开展“跟着赛事去旅行”“国球进社区”“赛事进景区、进街区、进商圈”等活动,使群众身边的赛事活动更加丰富多彩、更加可感可及,同时做好“体育+旅游”深度融合文章,让赛事“流量”变消费“留量”。

全民健身,关乎人民幸福,关乎民族未来。少年强则中国强,体育强则中国强。在今年举行的市运会上,专门开设青少年竞技组,让更多青少年参与其中,享受运动之乐。

全民健身绘新景

接下来,市体育局将持续加快构建更高水平的全民健身公共服务体系。一是在建设体育场地设施上下功夫。推动体育设施建设不断更新完善,推动人均体育面积稳步提升。二是在丰富赛事活动载体上下功夫。要进一步提升赛事品质、优化赛事格局、培育赛事品牌等,建立多层次、多样化群众性赛事活动体系,因地制宜打造“一县一品”,推动社区运动会、全民健身大赛等群众喜闻乐见的赛事向基层下沉。三是在提高服务保障水平上下功夫。要广泛开展全民健身志愿服务活动,通过加强业务培训、提升服务水平,激活社会体育指导员队伍,发挥体育网格员作用,努力打通基层体育服务和体育治理“最后一公里”;要积极学习借鉴先进经验,发展和壮大基层体育社会组织,引导体育社会组织开展专业化赛事活动和体育服务,推动更多体育项目推广普及;要持续推动体卫融合深度发展,以深化体医融合为契机,构建“体育医院(一核)+社区卫生服务中心(多点)”的社区运动健康服务网络,创新我市“体育+”模式内涵。

人人参与体育,体育造福人人。踏上新征程,全民健身事业必将蓬勃发展、再上层楼。

图① 博爱县空竹舞龙艺术团团员在表演节目。

图② 参加展示的健身团队。程全林群摄