

刚刚过去的春节，本报记者没有闲着，在返乡休假过程中，采访当地体育工作，撰写了一组反映家乡体育新变化的稿件。从健身设施到健身组织再到健身活动、健身群众，这些曾无数次报道的对象，因为有了“家乡”的前缀，显得温暖、生动。这次，我们将视角投向自己的家乡，希望通过这样的尝试，创新全民健身报道形式。新年新气象，新的一年我们将为广大读者提供更多接地气、有特色的全民健身报道，感受全国各地全民健身、体育事业的变化发展，做体育强国建设道路上的见证者、参与者、受益者。



身边健身设施变多了

本报记者 李金霞

大年初一中午大家庭聚餐过，下午兄弟几个又在老宅小聚后，王宁匆匆换上衣服，拿上装备直奔河南商丘人民公园附近的羽毛球场，几个球友在那里等王宁打球，王宁实在是“馋球了”，甚至等不及和妻子吃一顿晚饭后再去。王宁说：“我工作很忙，常常天不亮就上班，天黑了才下班，跟球友的时间碰不上，已经很久没有打球了，趁着放假，赶紧来几场。”

王宁是羽毛球爱好者，以前经常去打球的地方是在老人民公园，空地上扯上网就能打，由于是在露天，有风有雨就不行，打球锻炼得看天。“那会儿羽毛球馆很少，健身场地也不多，对我而言最近、最方便的就是人民公园。现在不一样了，羽毛球馆多了，大家都办了年卡，转移了阵地，在场馆里不受环境影响，各方面设施更专业，我们打得过瘾，而且收费低廉。”老人民公园重新整修后增添了许多健身设施，有跑道、篮球场、乒乓球场、游泳池等，大大惠及了周边居民健身休闲。

“八零后”李言还对儿时家附近的体育场印象深刻，“我记得体育场很大，每到春天大家都去那里放风筝，各种各样的风筝都有，我们一群小孩放学后到体育场把书包一丢就踢球。”后来体育场迁走，变成了商贸城。而近些年，李言发现那些关于体育的热闹场景又再度回来了。“市里的环境改善很大，政府重视基础设施建设，利民便民。小区



荒山变公园 健身成时尚

本报记者 部国华

大年初一一早，河北省秦皇岛市抚宁区紫金山公园伴随着健身的音符舞动起来，家住金北新区的老陈早早加入了健身的队伍。

“每天早上我都会来爬山，已经坚持有几年了。今天更是要来山上走一走，祝愿新的一年步步高。”老陈步履稳健，声音洪亮，透着过年的喜庆。

紫金山是抚宁城区的一个标志，依山傍势而建的公园内松柏长青，登山步道蜿蜒而上，鸟儿在林间欢唱着轻轻掠过，三三两两的健身爱好者穿行在山中，在山脚下，健身路径上，老人们在活动筋骨，篮球场上，几个年轻人在进行激烈的对抗，网球场上，两个小姐妹正准备开战……

“别看现在这里挺美，以前就是一片荒山，到处沟沟坎坎，荒郊野岭少有人来，河道又黑又臭。如今荒山变成了公园，大伙儿有了休闲的好地方。特别是这环山步道建得成好，在这里走一走，空气好，心情舒畅，身体也越来越棒。”57岁的老陈亲身经历了抚宁区这些年全民健身的日新月异，也让他感慨良多。

近年来，在秦皇岛市城乡建设局的周密部署和全力调度下，抚宁区持续推进各方面建设进度，园林绿化亮点纷呈，公共服务设施逐步完善，棚户区 and 旧城改造如火如荼……城区的路宽了，景美了，小区干净了，百姓的生活也越来越舒适。与此同时，健身环境也在提档升级，抚宁区把体育基础设施建设和城市建设紧密结合，改造提升紫金山健

本报记者 王子纯

“马匹就位，预备！”随着裁判一声令下，年轻的赛手驾驭着骏马驰骋而过。1月24日，乌鲁木齐最低气温达到零下24摄氏度，水磨沟区葛家沟跑马场上却热气沸腾。2023年水磨沟区赛马会迎来了来自新疆各地的参赛选手，在这里进行速度与力量的角逐，各项比拼极具观赏性，围观的群众欢呼声、掌声此起彼伏，一派欢腾喜庆的新春氛围。

冰天雪地的赛道上骏马奔腾，骑手们策马扬鞭你追我赶，马蹄疾驰处溅起一片雪雾。紧接着，精彩的摔跤比赛开始了，摔跤高手们聚集于此同台角力。午后，几组“姑娘追”表演引“燃”了现场，小伙在前疾驰，不时笑着向后张望，故意放慢节奏，而姑娘扬着鞭子紧随其后，稍一加速就将鞭子重重落在了小伙身上，观众中飞出了善意的口哨声。



传统体育描绘美好生活新图景

市民金先生特意带着许久未用的单反相机而来，他激动地说：“春节期间，能观看到这样乡土气息浓郁的赛事，让人感到很喜庆、很振奋，仿佛看到了新一年的美好生活图景。”不论是参赛选手还是市民观众，都期待这样接地气、有本地特色的赛事能够延续下去，定期举行。

水磨沟区东部三村是以哈萨克族、回族、维吾尔族等少数民族为主聚集的村落，新年伊始相继举办的叼羊、赛马、摔跤、姑娘追等民俗文化体育赛事具不凡的意义。在此前举办的水磨沟区首届叼羊比赛中，周边农牧民通过在活动中销售绿色农牧产品增加了收入。据水磨沟区文化体育和旅游局工作人员介绍，这些赛事活动依托东部三

村深厚的文化底蕴，以冬季冰雪旅游为契机，发展和推广了少数民族传统体育运动，丰富了农牧民的文化生活，拓宽了农牧民增收渠道。同时，通过赛事活化了水磨沟区丰富的旅游资源，从而拉动消费持续增长，助力东部三村的乡村振兴，推动“旅游+体育”的深度融合。

作为少数民族传统体育运动项目，赛马活动在全疆广泛开展。春节前夕，哈密市伊吾县前山乡中心村开展了为期三天的“第九届全国大众冰雪季·雪耀新疆”赛马活动，根据竞技要求分为赛马1公里、3公里、5公里竞赛等不同项目，吸引了各地骑手参加。

参赛选手叶里哈那提·胡娃什说：“我从7



采访对象供图

说说家乡体育新变化



采访对象供图



五禽戏故乡过个健康年

本报记者 刘昕彤

“亳州是五禽戏的故乡，我们都或多或少听说过，也会个一招半式，这几年越来越多的老师来到街道，不仅教我们习练，还给我们讲解其中的原理，我们对五禽戏的了解越来越多，练得越来越明白了。”春节期间，在谯城区薛阁街道汤王社区，亳州市老年体协组织开展了华佗五禽戏送教上门进社区志愿服务活动，深受居民欢迎。社会体育指导员手把手教授居民五禽戏功法技能，详细解读每一个动作和招式对人体健康的作用，号召群众做自己健康的第一责任人，而居民们一板一眼跟着老师认真习练，还有小朋友在旁边跟着学着。

为广泛开展全民健身志愿服务活动，营造新春佳节喜庆、祥和的节日气氛和快乐健身的良好

氛围，进一步弘扬社会体育指导员志愿服务精神，根据国家体育总局群体司发布的《关于在2023年春节前后广泛开展“红红火火过大年”全民健身志愿服务活动的通知》要求，亳州市组织社会体育指导员深入街道、社区、村镇，开展了健身气功进基层志愿服务系列活动，为群众送温暖、送健康、送欢乐。

谯城区文化旅游体育局在华佗广场组织开展了迎新春全民健身展示活动，为华佗社区居民送去了五禽戏、八段锦等丰富多彩的健身气功展演节目。同日，15名优秀社会体育指导员自发走进谯城区牛集镇，带领村民习练五禽戏，引导村民强身健体迎新春，营造浓厚的节日氛围。

大年初一，亳州市全民健身指导中心在华祖庵景区开展“红红火火过大年 快乐健身迎新春”亳州市“传承非遗·养生五禽戏”志愿服务进景区

活动，华佗五禽戏第58代传人陈静带领50名社会体育指导员为景区游客和周边群众展示了五禽戏、易筋经、大舞等健身气功项目，促进“体育+健康+旅游”融合发展，为景区带来人气和流量的同时，进一步传承推广了优秀传统文化。

亳州市是五禽戏发源地，近年来，亳州市大力开展以五禽戏为主的全民健身志愿服务活动，成效显著，亳州市“传承非遗·养生五禽戏”志愿服务项目入选2022年国家体育总局全民健身志愿服务月务项目库。亳州市文化旅游体育局相关负责人表示，亳州市将积极发挥入选项目的示范带动作用，通过广泛开展志愿服务活动，拓展健身气功习练人群，助力全民健身与全民健康深度融合，提升群众健身意识，让更多群众主动参与到全民健身活动中，享受到体育发展带来的获得感和幸福感。



全民健身“津味儿”浓

里，小区广场应该是一片破旧和狼藉。可映入眼帘的却是两台全新的乒乓球台和许多崭新的健身器材，冬日的寒冷也没能阻挡邻居们锻炼身体热情，大家相约一起打球、健身、拉家常，脸上洋溢着对新年的憧憬。

住在我家楼下的高大爷亲切地用天津话和我打招呼：介嘴嘛去了，好几年没见！我也是急忙拜年行礼。高大爷告诉我，小区广场是前年翻修的，大家没事儿都来健身，打打乒乓球，非常舒服，全民健身的热潮正在影响着更多老邻居，小区里现在不仅有宽敞的健身广场和完善的体育设施，趣味运动会等体育活动也已经提上了日程。

吃过了大年三十中午的团圆饭，肚子撑得溜儿圆，大家小憩了一会儿，姑娘说该出门活动了。我也就自觉穿上了厚厚的羽绒服和她一起来到了家门口的长虹公园。刚过正午，公园里真是热闹，新增设的健身设施前聚集了许多健身的群众，花毽、羽毛球、篮球、滑板等运动更是赢得了大家的青睐。“健康是每个人送给自己最好的新年礼物。”今年60岁的花毽球爱好者谢宗和姑



新华社图片