

冬奥遗产持续发挥带动作用

冰雪运动为群众体育注入新动能

本报记者 轧学超

北京2022年冬奥会举办一周年之际,“带动三亿人参与冰雪运动”从愿景到显示,让越来越多人开始学习并逐渐喜欢上冰雪运动,冬奥遗产也持续发挥着对城市和区域发展的带动作用,为社会高质量发展和人民的幸福生活注入新动能。

冬奥遗产全民共享

前不久,北京冬奥组委委托“双奥”遗产机构北京奥促中心发布了《北京2022年冬奥会和冬残奥会遗产报告(赛后)》(以下简称《赛后遗产报告》)。在这份《赛后遗产报告》中显示,冬奥场馆遗产已经成为推动冰雪运动发展甚至是推动城市发展的新动能。

《赛后遗产报告》指出,北京冬奥会的筹办和举办带动了中国冰雪运动的跨越式发展,全国冰雪运动参与人数达到3.46亿,“带动三亿人参与冰雪运动”已从愿景成为现实。这也是北京冬奥会带给全球冬季运动和奥林匹克运动的最为重要的遗产,它显著壮大了全球冰雪运动参与人群,重塑了世界冰雪运动的版图,为全球冰雪运动、冰雪产业的蓬勃发展提供了广阔空间。

北京冬奥会的筹办带动了北京、张家口等主办城市的更新和升级发展,全面提升了城市的知名度和影响

力,推动首钢地区、延庆、张家口成为冬奥筹办带动本地发展的典型范例,实现了奥林匹克运动与城市发展的双赢,北京冬奥会正在持久释放遗产效应。

据介绍,北京冬奥会北京赛区12个竞赛场馆中,有4个利用了2008年北京奥运会场馆。通过充分借鉴它们的赛后利用经验,所有竞赛场馆和主要非竞赛场馆全部制定了场馆赛后利用计划,通过统筹规划,促进场馆的可持续利用。一年来,各场馆推进落实场馆赛后利用计划,申办和举办高水平赛事,面向公众开放,拓展四季运营,实现场馆的“反复利用、综合利用、持久利用”。

冬奥之光璀璨闪耀

北京冬奥会不仅是一场精彩纷呈的体育盛会,还创造和带来了丰厚的冬奥遗产,同时也带动了区域体育旅游、冰雪旅游和休闲旅游,有力推动了大众旅游的发展。以张家口为例,就在其成为北京冬奥三大赛区之一后,京张高铁、京礼高速的建设让张家口进入了北京1小时经济圈,而张家口崇礼也就此进入了一个加速发展的阶段。这一年来,北京和河北两地加快推进北京冬季奥林匹克公园、延庆奥林匹克园区、张家口崇礼奥林匹克公园建设,加快建设北京国际奥林匹克学院。

张家口此前印发的《张家口市冰雪产业发展规划(2019-2025年)》,其中明确提出,张家口市将加快打造

冰雪装备研发制造、冰雪体育运动、冰雪人才教育培训、冰雪文化旅游、冰雪现代服务的冰雪产业全链条发展体系,力争2025年冰雪产业规模达到600亿元。

据崇礼区云顶滑雪公园相关负责人介绍,随着冬奥会的举办,越来越多的人,尤其是年轻人逐渐参与到冰雪运动中来,奥运场地更是颇受欢迎,比如云顶滑雪公园,去年12月中下旬开放U型场地、坡面障碍技巧、平行大回转、障碍追逐、雪上技巧5条冬奥赛道后,众多滑雪爱好者都赶来体验。北京冬奥会的举办,让冰雪运动的种子在各地生根萌芽,更是让“带动三亿人参与冰雪运动”的成果得到进一步巩固和扩大。

对于近两年冰雪运动的快速发展,山东青岛金山滑雪场经理侯曙昌也是感触颇深:“冬奥会结束后,市民参与冰雪运动的热情只增不减,我们场地的客流量比往年明显增加,去年游客人数达到10万人次。”侯曙昌对今年营业额十分看好。据他介绍,滑雪场于2022年12月3日开门迎客,比往常都要早,很多滑雪“烧友”早就按捺不住,纷纷结伴前来释放冰雪运动的激情。

健身快车

北京市新年徒步大会举办

本报讯 2月4日,第六届北京市新年徒步大会暨2023朝阳区全民健身徒步活动启动仪式在奥林匹克森林公园举办。来自全市2000余名市民代表通过徒步健身的方式,纪念北京冬奥会开幕一周年,并迎接我国二十四节气之首——立春。

活动以“行走双奥之城 健步美丽朝阳”为主题,积极发挥体育文化在服务社会经济发展中的引领作用和徒步运动全

民参与的优势,聚民心、强信心,提正气。满足广大市民开展全民健身活动的新需求,推动全民健身与全民健康深度融合。

此外,为提倡科学健身,确保运动安全,特别是考虑感染新冠康复后的人员不适宜较为剧烈运动的情况,本次活动路线不同于往年,以5公里为主线路,并建议根据身体情况选择适宜的距离,控制时间和强度。同时,沿途还会设置线路引导标识、补给处、卫生间,提供饮水、医疗、收容服务。(顾 宁)

湖北培训老年人健身广场舞骨干

本报讯 近日,2023年湖北省老年人体育协会“乡村振兴”健身广场舞骨干交流培训班在荆门京山市举办,共有50名学员参加了本次健身广场舞骨干培训。

培训由湖北省老年人体育协会裁判长、健身舞协会会长李慧娟,湖北省健身舞协会培训导师吴艳萍辅导教学广场舞《莫愁谣》。参训学员倍加珍惜这次来之不易的学习机会,认为这次培训给大家提供了一个学习交流平台。大家态度端正,专心听讲,互帮互学,扎实完成了本次交流培训学习任务。

京山位于湖北省中部,是全国著名的网球之乡。近年来,因健身广场舞简便

易学、参与门槛低,加上广场舞骨干的积极带动,越来越多的中老年人加入到了广场舞健身运动的行列中。如今,在京山市,无论是城市还是乡村,广场舞成为广大中老年人走出户外进行健身的又一道亮丽的风景线。

由于群众基础好,京山市广场舞水平不断提高。据了解,近年来,京山市老年人体育协会广场舞队代表参加全国全省比赛,均取得良好成绩。《摆手舞》荣获全国广场舞比赛一等奖;《浪子踢球》荣获全国第十三届广场舞比赛二等奖。代表荆门市参加湖北省首届社区运动会广场舞比赛荣获一等奖等。(李金霞)

健身人物

新年跑“福”字 跑出健康来

本报记者 王子纯

每天清晨,60岁的杨保国和跑友准时出现在北京四环边,开启日常公路跑。新年伊始,他仍旧没有缺席,在28.9公里内跑出了一个“福”字,用运动的方式祈祷自己兔年平安健康。通过几十年如一日的坚持长跑,杨保国收获良多。

“我在30多岁的时候身体状况不太好,每个月都得去协和医院看病。后来通过身边的人接触了跑步运动,三天打鱼两天晒网地跑了一年,竟然再没因病去过医院。”杨保国说。保持身体健康是他坚持跑步的动力,从短距离到马拉松,从公路跑到越野跑,从北京到天津,杨保国越跑越上瘾。

53岁那年,杨保国参加了京津冀超级马拉松赛北京站活动,从北京天坛公园南门出发,一路向着“天津之眼”前进,全程141公里,杨保国以15小时4分钟的成绩完赛获得冠军。他说:“没想到我还有这种能力,超乎自己想象!”为这趟超马之旅,杨保国准备了近一年的时间,他每周绕四环路训练一次,不断提升耐力。同时,他在跑前做足了防护措施,避免受伤。

伤病是每个人在运动中最担心的。杨保国也受过伤,听到过质疑,对此,他表示:“跑步会不会受伤因人而异,视个人身体条件而定。对于广大健身爱好者来说,为了在运动中避免受伤,应该掌握正确的跑步姿势,不要一味地追求速度,另外,在夜间跑步时也要注意道路安全。”

2022年,杨保国第22次参加了北京马拉松,用时3时08分49秒,依然高水准完赛。相较于年轻时总想着提高成绩,杨保国现在更强调“健康跑”,重新找回初心,通过跑步带来健康的体魄。他希望更多人加入全民健身的队伍,“每个人的锻炼方法不一样,不论是跑步、跳绳,还是游泳、篮球,只要走出家门动起来,呼吸新鲜空气,享受阳光,都对健康有好处。”

他还欣喜地发现,如今喜爱运动的年轻人越来越多了,“希望健康的生活习惯可以为更多人带来健康和快乐。”杨保国说。

北京冬奥会工作人员参观中华体育文化展

本报记者 林 剑

“观赏了展览,一年前冬奥会的点点滴滴又呈现在眼前。作为曾经参与冬奥会的一员,由衷感到自豪。”2月4日,北京冬奥会志愿者赵新和志愿者伙伴及北京冬奥会工作人员一道重新回到国家体育场(鸟巢),参观由国家体育总局体育文化发展中心、光大文化投资有限公司联合主办的“辉煌 逐梦”中华体育文化展。

展览现场,众多身着北京冬奥会服装、悬挂北京冬奥会工作证件的人们随着中华体育文化展探寻体育的起源,感同身受地体味冠军荣耀。

体育文化展共展出400余件文物,讲述体育文化的历史脉络和深厚文化底蕴,特别打造的沉浸式观展、互动性体验,带领观众流连在体育文化的时空与场景中。投壶、捶丸、八段锦等场景式体验,仿佛穿梭千年,体验古人智慧,不少冬奥会志愿者和工作人员带着孩子在捶丸体验区讲述规则;侍女弈棋图前的沉浸式体验场景更是吸引众多观众驻足拍照对弈;大气磅礴的火炬墙、奖杯墙、奖牌墙,见证了中国体育事业发展的辉煌战绩;蓝白底色的冬奥主题展区,再次将观众带回了2022年2月4日,那个令世人瞩目的时刻,传统文化与体育文化交织,传统冰雪历史文化引人入胜,不少观众成群簇拥在一起,举着让他们无比自豪的、见证过他们参与过北京冬奥会的证件和去年的“流量明星”冰墩墩合影。尤其是展区上面有13位北京冬奥会冠军的亲笔签名,将观众的记忆拉回热血沸腾的冬奥会赛场。志愿者热情周到的服务保障,为全世界留下了最美的微笑……一件件展品、一幅幅艺术作品,令观众流连忘返,体味非凡。

2023年,体育文化氛围将愈发浓郁,杭州亚运会召开在即,由中国体育博物馆与杭州市体育局共同举办的“迎亚运”中国体育艺术展也在展览中重装亮相,来自北京、上海、深圳、广州、四川、山东、福建、江西等十余个省区市的艺术家,共同以笔墨抒胸臆,以艺术送祝福,表达对杭州亚运会成功举办的美好祝福。

体育文化展将持续至2月17日。



宁波全民健身大讲堂走进社区

本报讯 近日,浙江省宁波市全民健身大讲堂新春第一站走进丽雅社区,为社区青少年上了一堂关于“阳康”后如何调整和参加健身运动的讲座。

“阳康”后参加健身运动该注意些什么?是兔年新春广受关注的话题。讲课过程中,大讲堂专家示范了一些适合“阳康”后进行的锻炼方式,孩子听得非常认真并且跟着练习。孩子们好动喜欢玩闹,有些家长担心孩子“阳康”后参加运动存在风险。对此,专家强调了循序渐进、科学锻炼、适量运动等原则,通过健康知识讲座普及科学健身理念,让家长能够放心,孩子锻炼得开心。

全民健身大讲堂是面向宁波市的公益课程,通过专家讲解,线上线下相结合的方式向群众普及科学健身知识,传播体育文化,把健康保障关口前移,护航百姓健康。宁

波市全民健身指导中心近年来建立全民健身大讲堂专家资源库,为机关、社区、乡村等提供“菜单式”课程,并与区(县、市)联动,在各个街道社区巡回开讲。课程内容紧贴职工群众所需的健身注意事项、合适运动方式选择、运动康复技巧等,得到了市民群众的高度好评,实现了体育惠民的初衷。

接下来,全民健身大讲堂继续走进不同的街道社区,为更多的居民带去健康知识讲座。除此之外,一人一技体育技能公益培训也将积极开展青少年公益课程,引导广大青少年在假期科学运动,快乐健身,提高体育锻炼意识。

(李金霞)

开封武术闹元宵 传统文化薪火传

本报记者 李金霞

农历正月十四到正月十六,也就是2月4日到2月6日三天,河南开封万岁山大宋武侠城内,以“全民健身·健康中原”为主题的2023年开封市第十八届武术庙会在此举行。武术庙会共进行5场演出,表演项目设个人项目、对练和集体三大类,内容包括国家级非物质文化遗产武术项目擂石锁,以及查拳、八卦掌、奇士拳、子路八卦白拳、大洪拳、八极拳、梅花拳等10多个拳种和刀、枪、剑、棍、大刀、拐子、铲杖、九节鞭、红蓝掣等各式兵器。

参加展演的人涵盖了老、中、青、幼各个年龄段,舞台上,青年人刚进勇猛,少年儿童活力四射,老年人宝刀不老,更有各门派传承人

十年功力的展示,引来台下喝彩。武术庙会的举办集中展现了开封武术的历史底蕴和文化遗产。这场由开封市教育体育局主办,开封市武术协会、开封万岁山大宋武侠城承办的武术庙会已经举办了17届,成为开封乃至河南省一项极具影响力的品牌武术活动。17年间,共有330多个武术团队、5500人参加武术展演,观众累计百万人。

开封传统武术历史底蕴深厚,门派众多,英才辈出,成为开封的特色文化符号,是十分珍贵的文化资源。开封市武术协会拥有梅花拳、大洪拳、振兴查拳等21个武术研究会及东大寺武馆、东京武馆、杨栋武馆等26个武馆。同时,开封市武协还建立了传统武术文化遗产的档案和保护名录,积极组织传统武术申报非物质文化遗产,对武术文化更好地进行保护和传承。

开封重视武术的推广普及,在武术组织的延伸覆

盖、发展壮大和规范管理等方面取得明显成效,形成了以武协为主导,以武术站点为基础,覆盖全市的武术组织网络体系。2016年,开封市举办创建全国武术之乡武术进校园武术教练员培训班,全市中小学800余名体育教师接受培训,同时在全市中小学开设了武术课,以武术教学为主的体育课改综合试点收效明显,并已在全市范围推广。开封市武协在乡镇、社区、机关、企业等组织形式多样、内容丰富的武术培训、展演活动。目前,开封共有民间拳师、武术教师、教练员、裁判员、武术段位制指导员2100余人,形成了稳定的骨干队伍。如今,武术运动已逐步成为开封群众经常习练的健身活动,现在开封市常年习练武术人口达到120万人,中国武术协会段位制人数达到3000余名,中国武术协会会员人数达到2182名,“武术进校园”推广学校达到800所,推广学校数量达到开封市学校总数的三分之一以上并不断提升。