疫情期间，八段锦“登陆”方舱医院，帮助患者放松身心、恢复健康，让大家看到中华传统功法在医疗康复中的作用；今年以来，八段锦在年轻人中悄然流行，学会八段锦成为一种时尚；在厦门大学，八段锦“快闪”亮相学校运动会，师生成为八段锦的受益者、传播者，各大高校成为健身气功传播的阵地；在海外，越来越多的外国人愿意了解这个神秘古老的“东方力量”，在中国老师的指导下一板一眼地学起来……

新发展阶段，如何扎实推进健身气功各项工作高质量发展，坚持以人民为中心，提供丰富的健身气功产品和服务供给，建立健身气功制度体系和管理机制，充分发挥健身气功在促进人民健康中的独特作用？近日，国家体育总局健身气功中心在安徽池州召开的全国健身气功管理工作会议给出了答案。

扎实推进健身气功高质量发展

让健身气功惠及更多群众

八段锦火“出圈”
健身气功公共服务水平迈上新台阶

“好久不见！”“八段锦火了，健身气功也火了，怎么让热度持续下去？下一步怎么发展？”时隔五年，由国家体育总局健身气功管理中心主办的全国健身气功管理工作会议近日在安徽池州召开，探索健身气功高质量发展之路。

推广普及构建项目发展体系

体育总局健身气功管理中心主任、党委书记董军表示，近年来，以八段锦为代表的健身气功项目走入越来越多人视野中，除了人们对健康的需求与日俱增及中华传统养生功法的作用得到越来越多人认可外，与广大健身气功管理者和习练者长期以来的宣传推广、指导普及分不开。以八段锦为突破口，推进健身气功项目高质量发展，是健身气功新发展阶段的重要任务。

据介绍，过去五年，健身气功在全国建立了26个省级协会、1211个地县级协会，培养了26.8万多名健身气功社会体育指导员、2.6万多名健身气功裁判员，建立了3.3万多个健身气功站点，健身气功推广到63个国家和地区，境内外习练人数达到650多万。健身气功组织人才建设不断加强，赛事活动模式不断创新，在助力乡村振兴中，健身气功项目充分发挥促进健康的独特作用，功法建设不断加强，研制推出了明目功、校园五禽戏和30种运动处方，同时不断扩大对外交流，服务国家外交大局，打造具有影响力的国际活动，增强中华文化传播力。董军说：“在抗击疫情过程中，中心面对困境，主动求变，努力搭建健身气功线上线下相结合的教学和比赛平台，组织一系列网络公开课、大讲堂活动，普及科学健身知识，倡导健康生活方式，满足了广大群众多元化的健身需求，也让健身气功‘出圈’，被更多人认识。”

供给侧改革推动提质增效

如何从“火出圈”到一直“火下去”，董军认为，要让爱好者们不仅“练起来”还要“留得住”，从“会练”到“练好”，兼顾项目广度和深度，从项目产品、队伍建设、赛事活动、科学指导、科研宣传等进行系统规划，以群众需求为导向，加强供给侧改革，进一步提升健身气功公共服务能力，推动公共服务水平提质增效。

围绕体育法，健身气功法规制度建设带有全局性、基础性和长期性，是开展工作的重要遵循。据了解，新修订的《健身气功管理办法》和配套《实施细则》即将出台，《健身气功运动水平等级（段位）评定办法》《健身气功教练员岗位培训专项技能等级标准实施细则》《健身气功培训机构等级认定管理办法》《健身气功项目培训管理办法（试行）》《中国健身气功协会单位会员实施办法》等相关制度将为项目发展提供制度依据。另外，董军也强调，要加强健身气功技术技能、场地设施、服装器材、从业资质、安全规范等方面标准化研究，推动健身气功功法教材建设，提高健身气功科研能力，促进项目的规范化管理。

“站点是健身气功工作的基础，抓好站点建设是推动项目发展的关键。”董军说，一要通过持续开展的“助力乡村振兴”“百城千村展示”等活动，引领各地积极建站设点。二要加大站点健身气功社会体育指导员培养力度，发挥骨干力量榜样作用。三要积极探索站点组织建设的新模式，总结可复制、可推广的好经验。四要在坚持做好年检工作的同时，注重把握站点的动态变化，充分发挥好信息服务管理平台作用，将站点、指导员、技术等级、赛事活动等进行统筹管理，以此来提升工作的管理水平。

他表示，让健身气功触手可及，还要通过健身气功助力乡村振兴战略，广泛开展志愿服务活动，坚持线上线下结合，交流展示与日常习练结合，推动健身气功生活化、常态化，不断提升群众身心健康水平，丰富精神文化生活；围绕“全民健身体育大会”，积极开展健身气功系列赛事活动，持续打造海峡两岸暨港澳地区交流比赛大会、全国站点联赛、全国高校比赛、养生大会，以及网络大赛、科学论坛等覆盖面广、社会影响大、示范引导强的综合性品牌赛事活动，形成多层次、多领域、多行业参与的赛事体系，深化竞赛改革，积极探索开展市场化运作模式，实现社会效益与经济效益的融合统一。

以人民为中心融合发展

要进一步拓展健身气功与健康、养老、文化、教育、旅游等领域的融合发展。积极推动明目功进校园，不断加强中小学校健身气功师资骨干的培训力度，组织举办全国校园健身气功系列展示和全国青少年健身气功夏令营。利用好多渠道媒体宣传平台，传播健身气功正能量，不断提升健身气功项目文化影响力。发挥健身气功民族传统体育项目特色，充分利用国际多边合作和人文交流机制等平台，通过组织线上线下培训、讲座、展演、比赛等方式，进一步扩大健身气功对外交流。做好安全防范工作，保障项目健康有序发展。

“从‘我们提供服务’到‘提供群众需要的服务’转变，要不断加强调查研究。”董军说，2022年，气功中心以问卷调研和实地考察等方式，形成了《健身气功学练动机与需求调查研究》报告摘要，希望广大健身气功管理者更清晰群众需求，打造老百姓需要的健身气功产品。

“未来，中心将持续加强调查研究，以人民为中心，努力为群众提供科学健身指导和更多的健身气功产品，推动健身气功工作迈向新台阶。”董军说。

北京：线上线下扩大“朋友圈”

线上扩大接触人群，线下教学“点单送达”，北京市社会体育管理中心采取“转观念”“促接触”“养习惯”“供保障”分类施策、打组合拳的方式，精准发力，把健身气功送到群众身边。

从2020年开始，北京开办健身气功在线课堂，三年来，每期平均观看人数116.35万人次。“通过线上直播教学，健身气功功法推广覆盖面扩大，健身气功爱好者不再受时间、地域限制，接受名师教学更便利，群众真正享受健身气功带来的各项益处。”北京市社会体育管理中心主任孔宪菲说。

与此同时，北京积极搭建平台，增加潜在爱好者与健身气功的接触。从2016年开始举办北京市中医师健身气功社会体育指导员培训班，共培训1400余人。推出基于导引养生的健身气功短视频，拍摄健身气功九套功法视频，深入基层，上门服务，采取“点单式”上门教学，安排优秀教师到一线进行面对面授课，并连续多年举办北京健身气功巡回教学，让更多基层健身气功习练者享受到更加规范的指导。此外，通过搭建赛事平台，稳步推进站点建设，推出“北京健身气功”微信小程序等解决“找谁练”“在哪儿练”“怎么练”的问题，带动更多群众习练健身气功。

内蒙古：完善组织网络　延伸普及“触角”

1个省级健身气功协会，9个盟市级协会、19个县级协会组织、3个健身气功俱乐部；全区12个盟市及高等院校建立了20个自治区健身气功教学培训基地、2个健身气功对外教学培训基地；全区共设立健身气功站点1725个，实现103个旗县区全覆盖。这是内蒙古自治区健身气功发展的成绩单。

据内蒙古自治区社会体育服务中心副主任程乾介绍，近年来，内蒙古各级体育部门认真组织开展了一系列极具民族特色和地域特色的健身气功活动，把健身气功事业发展融入铸牢中华民族共同体意识、建设“模范自治区”的大局中去统筹谋划，有力推动了健身气功事业的蓬勃发展。

内蒙古健身气功通过“三结合”（理论与实践相结合、普及与提高相结合、线上与线下相结合）和“六进”（进机关、进企业、进社区、进学校、进警营、进农村）等举措，送技能、促健康，将教学指导送到群众身边，推广普及健身气功。同时，积极与机关单位合作开展健身气功培训。此外，不断延伸健身气功项目推广普及“触角”，与区内高校合作，组建“自治区教学团队”，将健身气功项目传播到各个领域。

安徽：以五禽戏为龙头促进百姓健康

近年来，健身气功被纳入《安徽省全民健身实施计划》，同时出台了《安徽省加快推进健身气功五禽戏普及发展实施方案（2021-2025年）》，在全省推广健身气功。

安徽省社会体育指导中心副主任马亚琳说，安徽积极开展全国健身气功走基层志愿服务活动，优秀社会体育指导员进乡村示范指导、培训、展示，引领科学健身。开展以健身气功五禽戏为主要内容的进机关、进学校、进企业、进社区“四进”活动。推进健康关口前移，建立体育和相关部门协同，全社会共同参与的运动促进健康新模式。

同时，安徽把赛事活动与互联网有机结合，采用“线上+线下”办赛模式。将五禽戏纳入全省第六届健身气功交流展示大赛和以省、区、县为单位的站点联赛等各类赛事活动，为广大爱好者搭建展示平台。开展送教上门志愿服务，推进建立新站点的同时，加强了已有站点的建设，带动更多人加入到健身气功社会体育指导员行列，使人才储备和站点服务再上新台阶。截至目前，全省共有社会体育指导员57885人，有力地推动了项目普及。

浙江：“小协会”发挥“大作用”

从2021年开始，浙江省健身气功协会在省体育局（体育总会）、省健身气功管理办公室的指导下，以健身气功为小切口，创新性地将体育运动与地方“森林经济”有机融合在一起，以体育为骨架，产业为血肉，文化为灵魂，先后在余杭径山林场和衢州市常山县，创办了以“健身气功赋能全民健康，森林经济助力共同富裕”为主题的“森林健康节”。

“森林健康节”倡导“在有气的地方练健身气功”，通过举办精彩赛事、健康项目对接、开设论坛对话、走进乡村考察等活动，促进森林健康运动与传统文化深度融合，探索出健康走进乡村振兴、体育助力共同富裕的健身气功推广发展新模式。浙江省健身气功协会会长李红日说：“浙江省健身气功协会成立时间短，底子薄，人员少，如何提升协会的社会影响力，体现协会的凝聚力，我们在倡导健身气功推广的理念上，以健康、运动、文化等正能量为标识，将‘小运动’融入‘大场景’，让更多普通民众在户外场景中感受到了健身气功的魅力，提高人民群众参与感。在内部组织架构上，建立‘专兼结合’的工作机制，扩大协会与广大参与方的黏性，将各项要求转化为具体工作内容。”

河南洛阳：
发挥榜样作用　激励志愿服务

河南省洛阳市从2020年开始选拔优秀社会体育指导员组建健身气功“三进”活动志愿服务队，以“能够独立完成各类功法推广教学任务、能够正确宣传健身气功意义、能够确保到基层推广的时间和频率”为选拔要求，持续推进队伍建设。截至2022年底，形成了梯队化的“三进”组织建设。

据洛阳市健身气功协会主席祝京媛介绍，协会从2020年开始陆续吸纳在国家级、省级比赛上获得佳绩的教练员、运动员20多名，组建了核心师资团队，专门面向“三进”志愿服务人员授课，确保所有“三进”志愿者能够统一教学内容、统一教学方式、统一授课标准。同时通过全市动员、自主报名、属地推荐等方式，建立了600名优秀社会体育指导员为主体的“三进”志愿服务团队，并按照每5人一组，分成120个志愿小队负责“三进”工作具体实施，5人志愿小队分工为主教练1名、助理教练1名，工作人员3名，完善了组织架构。

为了不断提升志愿服务人员水平，按照属地原则，县区协会对“三进”志愿服务人员进行管理，同时由市协会制定培训计划，每年对600名志愿者进行全部轮训。此外，还专门针对大赛获奖运动员进行大幅宣传报道，对健身气功榜样进行集中宣传，促进了各单位、各基层习练群体相互间的赶超比拼，提高全市健身气功习练水平和参赛成绩。

四川：全域发展惠民生

“四川健身气功工作坚持全域发展惠民生，实现了全省健身气功推广普及的全域化，针对四川彝区、藏区等少数民族地区和偏远地区推广普及难度大的问题，主动将培训资源和“百城千村　助力乡村振兴”等交流展示等品牌活动的选址向偏远地区和民族地区倾斜。”四川省健身气功管理中心主任吴国栋说，2022年在四川省第十四届运动会上，健身气功比赛项目是唯一21个市（州）全部参赛的群众体育项目。

据了解，四川省健身气功管理中心每年将90%以上财政经费用于开展健身气功社会体育指导员和裁判员各级培训、技能展示大赛等活动。目前，全省有健身气功国家级指导员115人、一级指导员1075人、国家级裁判员12人、一级裁判员177人，提供了强劲的人才支撑。中心组织开展线上教学活动，为健身气功习练者搭建常态化交流平台，2022年底，全年共开展205场直播教学，总观看量达10万多人次。同时，四川省将健身气功进机关活动作为工作重点之一。精选人才骨干精心备课施教，建立互动机制及时改进培训方法，定期开展回访，确保习练热度，增强发展黏性，激励习练者向志愿者、教练员角色转变。截至2022年底，已在全省62个省直机关单位、156个市直机关单位开展健身气功·八段锦培训，开展教学1000多课时，累计培训人员达25000人次。

国家体育总局
健身气功管理中心供图

本版撰文　本报记者　刘昕彤