

坚持人民至上 聚焦四大难题

推动全民健身公共服务提质增效

2022年3月,中办、国办印发《关于构建更高水平的全民健身公共服务体系的意见》(以下简称《意见》),通过8方面29条政策措施,推动全民健身公共服务提质增效,更好发挥群众体育在体育强国建设过程中的基础性作用。

《意见》印发一年多以来,各地紧紧围绕“健身去哪儿”“健身组织在哪”“如何健好身”“健身与健康深度融合”等广大群众急难愁盼的问题,因地制宜、因势而动、顺势而为,在构建更高效的全民健身工作体制机制、更强大的人财物要素支撑、更均衡的公共服务资源配置、更便捷的全民健身设施、更丰富便民的全民健身赛事活动、更健全的全民健身组织、更科学有效的运动健身指导、更广泛的社会参与等方面下功夫,不断增强全民健身公共服务的均衡性、可及性,各项工作取得可喜的成效和进展,广大群众参与全民健身的幸福感、满足感、获得感得到极大提升。

本报记者 林 剑

人民至上 将场地建在群众心坎上

在全民健身工作的开展中,将场地建在群众身边,破解“健身去哪儿”难题是重中之重。在素有“七山一水二分田”之说、土地资源严重不足的浙江,近年来进行了许多探索。当地一方面用好城市“金角银边”,“螺丝壳里做道场”,最大限度扩大场地设施供给“增量”,另一方面问计于民、问需于民,从群众的实际需求出发,将场地建在群众心坎上。

2022年,杭州市启动了《嵌入式体育场地设施建设三年行动计划(2022—2024年)》,用三年时间,巧用公园绿地、桥下空间、河边绿道、社区(村)建设用地等空间,布局群众身边参与度高的健身设施。在场地规划建设过程中,当地体育部门事先开展“公园体育场地设施建设需求”和“嵌入式体育场地设施建设”问卷调查,征集专家学者、专业社团、体育协会、市民代表的意见,通过媒体及其他合作单位发起“寻找杭州金角银边”行动,让群众提出场地需求和规划建议,由政府相关部门落地,最大程度集民意、聚民智,把群众智慧吸收到工作中来。不少市民惊喜地发现,自己建议改造的家周围废地、边角地都摇身一变成为功能齐备、设施完善的新型健身空间。

目前,浙江全省已有杭州、宁波、湖州、嘉兴、绍兴、金华、舟山、丽水等8市出台了嵌入式体育场地设施建设计划,浙江省也将出台全省层面的政策规划,推动好经验惠及更多人。

国家体育总局奥林匹克体育中心(以下简称“国家奥体中心”)日前也通过其微信公众号“奥体青年”发布了《健身群众公共服务协同供给的调查问卷》,通过23个问题征求广大健身群众对国家奥体中心全民健身公共服务供给的意见、建议。

这份调查问卷是国家奥体中心组织开展的2023年“关键小事”年轻干部调研活动的重要组成部分,中心年轻干部自发组建两支调研小组,分别围绕国家体育总局训练基地和全民健身示范基地融合发展、打造“十五分钟健身圈”等主题开展调研活动。用实际行动满足群众多元健身需求和对美好生活的向往,推动全民健身公共服务达到更高水平、更高质量。

群众体育联系千家万户,全民健身关乎每个人身体健康。坚持人民至上,坚持发展为了人民、发展依靠人民、发展成果由人民共享,坚持发展以人民为中心的体育,是推动全民健身高质量发展、构建更高水平全民健身公共服务体系的出发点和根本遵循。不久前的全国群众体育工作会议上提出,在工作中要依靠于民、问政于民、问需于民、问计于民,积极回应人民群众关切,满足群众对高品质生活的需要,把好事办到群众身边,把群众身边的事办好。群众满不满意才是全民健身工作的根本评判标尺。

因地制宜 发挥基层首创精神

如果要评选今年夏天最火爆的体育赛事,来自贵州的“村BA”“村超”当仁不让。

“村BA”全名贵州省“美丽乡村”篮球联赛,2022年7月在台江县台盘乡打响。比赛往往从早上一直赛到凌晨,观众热情高涨,现场气氛火爆,各类媒体持续跟进,网络热度居高不下。同时,在以苗族吃新节为代表的民俗节庆活动和接地气的比赛奖品加持下,“村BA”迅速火爆出圈。2022年7月至今,“村BA”全网浏览量累计超过50亿人次。

2023年,贵州当地再次策划推出“村超”,即黔东南榕江县和美乡村足球超级联赛,将全国视线聚焦到贵州乡村振兴与“三大球”振兴融合的实践样板上,打造中国最具氛围的足球赛,让全国人民感受到全民足球的快乐。

总结“村BA”“村超”成功的经验,因地制宜不得不提。当地结合自身体育资源和少数民族特色,赛事坚持姓“村”,坚持以乡民为主体,坚持乡球公益、坚持乡土气息。运动员、组织者、观众都是当地乡民,奖品都是农特优产品,在组织过程中尽可能地保持群众的参与感、快乐感,追求的是纯粹的热爱,群众参与度极高,突出了乡民群众在赛事活动中的主体地位。“村BA”“村超”讲述的是纯粹的基层篮球、足球故事,更是独一无二的贵州体育故事。

因地制宜的另一个样本,当属如火如荼开展的社区运动会。作为办在群众身边的赛事,社区运动会重在基层、重在多样、重在特色,不但切实增强群众身体素质,还充分发挥体育赛事增进邻里交往、增强社会认同感的多元价值和作用。

在江西上饶婺源县珍珠山乡,覆盖全县的农耕(趣味)运动会已举办多年,在农民丰收节期间,当地组织开展“推媳妇回娘家”“车水抗旱”“稻田抓鱼”“晒场收谷”等众多与农村生产生活紧密结合又趣味十足的项目,打响了“体育+农旅”品牌;在上海长宁,暑假期间正在多个社区举行亲子社区运动会,项目有滚铁环、扔沙包、投壶、套铁圈等“历史悠久”但也趣味十足的项目,通过一家三代的共同参与,孩子们体验了祖辈、父辈儿时的快乐,爷爷奶奶、爸爸妈妈们也看到了孩子顽强拼搏、冲劲十足的另一面。

我国地域辽阔,人口众多,地区差异、城乡差异比较大,构建中国特色的更高水平的全民健身公共服务体系不可能一蹴而就,一步到位,必须统筹考虑地区的均衡性和差异性,既提供全民健身普惠公共服务,确保人人公平参与、公平享有,又要发挥基层首创精神,鼓励支持其根据地方实际开展丰富多彩、形式多样、具有不同地域特色、人群特色的全民健身活动,实现最大程度上的全民健身全覆盖。

守正创新 线上也有全民健身大舞台

线上也能参与全民健身赛事活动?这在几年前是很难想象的事情,如今已成为现实。从去年开始,全民健身线上运动会的上线不但打通了全民健身赛事活动线上线下的壁垒,更成为“现象级”的全民健身事件。

数据会说话:2022年全民健身线上运动会共设置68个项目、共计150余个赛事活动;各项赛事活动累计报名人数突破1396万人,累计颁发参赛证书327万余份;50余家互联网平台、国家体育总局系统10个运动项目中心和39个单项协会、10个省市区体育部门参与;全网媒体报道总数达187308篇,全网总曝光量超56.2亿次,浏览量超15.5亿次……

尤其让人印象深刻的是,不少参与过2022年线上运动会的家长还会不时询问,2023年是否还会组织线上运动会,自己的孩子已经养成了线上打卡跳绳、平板支撑的习惯,看不到自己的排名,还有些不太开心。

令人欣喜的是,2023年全民健身线上运动会已经重装上阵,目前已经上线30余项赛事,直接参与人数超过300万,全网相关新闻传播曝光量超过10亿次。

同样引人注目的还有国家体育锻炼标准线上自测平台的上线。国家体育锻炼标准的前身是上世纪50年代起实施的劳卫制,该标准是我国一项以提高公民身体素质为目的,通过测验达标的手段来检验公民体育锻炼效果的基本体育制度。近年来,全国各地在开展国家体育锻炼标准达标活动过程中进行了积极探索,取得了一定成效。但在推行实践中,还存在群众参加不方便、组织成本高、覆盖面窄等问题。鉴于此,国家体育总局群体司携手华为运动健康团队,开发完成了国家体育锻炼标准线上自测平台,广大用户利用个人手机就可以线上完成5个测验项目动作数据的采集,达标后即可取得相应电子证书,提供了从“线下”到“线上”,从“参与”到“指导”的一揽子服务,让更多群众参与健身、方便健身、科学健身。

无论是全民健身线上运动会还是国家体育锻炼标准线上自测平台,很大程度上缘起于过去三年新冠疫情的影响。在参与体育赛事活动的物理空间被大幅压缩的情况下,广大健身群众自然要向线上要空间、要平台。全民健身工作高质量发展,守正创新是重中之重,在具体工作中,要更加积极主动、更有创造性地开展工作,顺应社会发展,坚持融合创新,从“我们要提供什么服务”向“百姓需要什么样的服务”转变,以创新的思路和举措夯实服务基础根

基,拓展服务内涵外延。

精准施策 分类服务擦亮“全民”二字

“在日常教学过程中,对于年轻人和农村健身群体,您采取怎样不同的方法?有什么心得和妙招?”

“年轻人理解能力强,在教授时除了基本动作外,还要讲清楚原理。之前我在日照市中级人民法院教授八段锦和易筋经时,就会从基本功站桩起,告诉学员每一个动作的理论依据、作用效果,年轻学员们很快就能学会。而对于农村健身群体,大家普遍没有太多科学健身方法技能的基础,我就从简单的广播体操教起,学会后再慢慢传授健身气功、太极拳等功法。”这是不久前记者和日照市社会体育指导员协会副会长张静的一段对话。

随着全民健身向纵深发展,针对不同性别、不同年龄、不同职业群体有针对性地进行分类指导已是大势所趋。不久前在日照启动的万村女性社会体育指导员培训,也是按照“精准施策”的思路,计划利用3年左右时间,在全国1万个以上的行政村培训女性社会体育指导员,通过群众带动群众、群众组织群众、群众指导群众,实现亿万妇女积极参与全民健身的良好态势。

在实施积极应对人口老龄化国家战略大背景下,推动全民健身公共服务向“适老化”发展也是社会共识。在这方面,上



本版图片由新华社提供(资料照片)

海进行了有益的探索——在虹口区彩虹湾小区,65周岁以上的老人占到了44.5%。2021年开始,当地对健身设施进行改造,居民们站到摄像头前就能完成人脸识别,就能看到自己的运动数据,速度、心率、消耗一目了然,还能通过手机软件记录每天的运动成果,老人们一学就会。

近年来,国家体育总局协同发展改革、财政等部门,引导支持地方建设雪炭工程、农民体育健身工程、全民健身中心、全民健身路径等健身设施,健身设施“好不好”问题加快改善,健身设施质量稳步提升,城乡基层建成了一批现代时尚的场地设施,群众身边的健身设施种类更多、质量更高、环境更美,针对“一老一小”的适老化、适儿化场地设施越来越多,体育公园、健身步道、滑冰场、智能健身器材使用人群络绎不绝。向服务要质量,向精准要质量,这样的全民健身,才能真正将“全民”二字擦亮。

融合发展 健身健康一个都不能少

打开年轻人最常使用的“抖音”“小红书”等社交软件,最受关注的“体育顶流”当属八段锦——这项基本成熟于宋朝的中国传统养生导引术,因其动作简单易上手,习练成效“肉眼可见”,而受到工作压力大、不少已呈现出慢性病症状的年轻人的欢迎。

《中国居民营养与慢性疾病状况报告(2020年)》显示,我国因慢性病导致的死亡人数占总死亡人数的88.5%。慢性病已成为严重威胁我国居民健康的最主要因素。同时,青少年抑郁症检出率高达24.6%，“小眼镜”“小胖墩”等问题依然普遍;中青年“过劳死”等现象频发……

在此背景下,八段锦的“出圈”也就不难理解了。随着“运动是良医”理念的进一步深入、普及,健身与健康深度融合,推动健康端口前移早已成为全社会的共识,科学健身也已成为越来越多群众的自觉选择,成为全民健身新时尚。统计显示,2020年经常参加体育锻炼的人数比2014年提高3.3个百分点,达到《国民体质测定标准》合格或级以上人数比例比2014年提升0.8个百分点。

“没想到医院里也有一个健身房!”说这话的是苏州市民郝昭,在相城区黄桥街道卫生院卫融融合运动健康干预中心,郝昭在医生的指导下,通过基础医学检查和问卷调查,根据报告参数,获得了“个人定制”的运动处方。

据介绍,该卫融融合运动健康干预中心引进了高端体适能检测与智能锻炼设备,可进行人体成分、心肺功能、肌肉力量及其他项目测试评估,并具有检测、锻炼两种功能供使用者选择。通过相匹配的运动健康管理系统,医生能够全面了解检测者的体适能情况、锻炼情况、体质改善情况等,智能出具个性化运动处方,由具备运动处方师资质的专职医生进行核实,确保运动处方在执行过程中的安全性和有效性,形成检测、评估、指导、锻炼等完整的闭环。推动“治已病”向“治未病”转变,充分发挥全民科学健身在健康促进、慢性病预防和康复等方面的积极作用。

近年来,国家体育总局积极推动运动健康中心建设,以社区为核心,以“15分钟生活圈”范围内的居民为主要服务对象,为各类人群提供运动监测、健身指导、运动康复、慢病运动干预、运动营养和科普等服务。目前已经在全国多个省区市试点,取得了良好效果。

推动全民健身和全民健康深度融合过程中,要倡导健康文明的生活方式,树立大卫生、大健康的观念,从以治病为中心转变为以人民健康为中心,建立健全健康教育体系,提升全民健康素养。让全民健身成为全体国民的生活方式和行动自觉,以广大群众更健康的体魄、更顽强的意志、更积极的热情,为体育强国建设注入不竭力量。