

又到“全民健身日” 一起动起来

王 灿

再过几天,又到“全民健身日”。8月8日,是我国第15个“全民健身日”,走过15载的“全民健身日”,进一步提升了群众的健身意识,而且让越来越多人加入到全民健身的队伍中,通过健身收获健康、收获快乐。

相比往年,今年的“全民健身日”除了要开展丰富多彩的全民健身活动,同时,8月8日所在周为我国第一个“体育宣传周”。期间,将宣传新修订的《体育法》,还将广泛开展“全民健身日”主题活动等一系列活动,通过广泛宣传、积极组织、多措并举的方式,大力推动全民健身与全民健康深度融合,传播积极健康生活方式,营造重视体育、支持体育、参与体育的浓厚社会氛围,促进全民健身事业高质量发展。

“全民健身日”的设立,既是为了纪念北京成功举办奥运会,也是为了倡导人民群众更广泛地参加体育健身运动。当前,第三十一届世界大学生夏季运动会正在四川成都进行,来自世界各地的大学生们,共享大运盛会,共谱青春华章。今年9月,杭州亚运会也将举行,西子湖边、钱塘江畔,亚洲健儿将携手奏响一起向未来的震耳欢歌。这些综合性运动会的举办,都将进一步激发广大群众参与体育运动的热情,进一步掀起全民健身的热潮。

“全民健身日”从无到有,从发展到壮大,不仅让群众知晓了健身的重要性,更带动了更多人动起来,其作用不可估量。

开展好全民健身相关活动,要更加精准地满足广大群众的健身需求,不仅要在“全民健身日”这一天举办丰富的活动,同时要把活动覆盖全年龄、全人群、全地域、全周期,让更多群众在家门口就能参与其

中。要进一步丰富健身活动项目。近年来,一系列新兴健身项目涌现,受到广大群众,特别是青少年的关注,因此,要进一步加大这些项目的普及,让广大群众可以科学地参与、快乐地享受。

要加大对农村地区全民健身活动的开展力度,体育作为人民美好生活的重要组成部分,对提高人民身体健康水平、促进人的全面发展具有重要意义。在乡村振兴中应发挥促经济、助健康、兴文化、聚民心、强交流等作用,使乡村体育产业发展更有活力,乡村体育文化更加繁荣,乡村百姓生活更加和美安康。把幸福宜居、乡风文明的新农村风貌,随着乡村振兴工作的深入开展,展现在世人面前。

要积极促进青少年参与体育活动,做好体教融合工作,确保青少年每天的体育运动时间,积极做好青少年体育技能的传授,科学健身知识的普及,更要教会他们

如何安全、健康地参与体育运动。同时,应进一步结合“双减”政策,通过组织、政策保障等,建立一套更加完善的青少年体育运动学、练、赛、评体系,带动广大青少年参与体育运动,通过体育运动完善人格、锤炼意志。

参与健身、爱上健身、享受健身,进而养成积极健身的习惯,全民健身的内生动力,促进了全民健身事业的高质量发展。如今,“全民健身日”更是向着多元化发展,把全民健身的理念根植在每个人的心中,丰富了群众的健身生活,增强了身体素质,树立了顽强乐观、向上向善的生活态度。

今年的“全民健身日”近在眼前,希望大家能够走出家门,来到运动场、体育馆动起来、跑起来、跳起来,在幸福的新时代,向着更加健康、更加幸福、更加美好的未来前进。

体育夏令营向更广更深发展

赵 萌

进入暑期,无论是传统的青少年运动培训中心,还是各类运动场馆以及户外运动营地,都推出了各种主题的体育夏令营活动,并向着运动项目更多、文化交流更深的方向发展。

就夏令营覆盖的广度而言,今年呈现两方面特点,一是不再仅仅针对游泳、足球、篮球等传统项目,还有新兴项目棒球、高尔夫、桨板等。二是报名一个体育夏令营,可以同时体验多种体育项目。位于北京市顺义区的某亲子农场营地从4月份进

入体育夏令营行业,第一期开展的亲子主题活动首日就有40多人报名。

另外,今年体育夏令营活动发展更加深入,青少年可以体验美式营地活动环境,倾听外国老师分享的运动故事,还可以获得与外国青少年一起运动、一起生活的经验。

游美营地最近推出为期6天的三亚海岛冲浪营。为帮助营员拉近距离,刚开营就举行了水上拔河比赛,晚间还有来自英国的老师以冲浪为主题讲述励志故事,现场氛围轻松活跃。

不仅是北京的夏令营深受欢迎,各地

的体育夏令营也火爆来袭。浙江千岛湖国际体育夏令营每年接待5000余名学生,是现阶段国内排名前十的国际夏令营之一;2023年武汉“奔跑吧·少年”夏令营今年预计将有30万人次青少年参与其中,技能培训项目数量和参与人数将创历年新高;2023年湖北省洪山体育中心阳光青少年体育夏令营开营第一天早上,前两个小时报名人数便达到了50人。

夏令营种类的增加,项目的延伸,都给体育培训和服务业带来更多商机,这是在原有市场上的深度挖掘和拓展,也是夏令营消费提升带给体育产业更多发展空

间和想象机会的体现。

体育夏令营火热发展的同时,消费者对活动的安全性、规范性和科学性等情况也非常关注。北京体育大学教授邹秀春认为,在“双减”政策的背景下,暑期体育夏令营活动的市场需求得到了提升。目前市场上体育主题夏令营五花八门,令人眼花缭乱。为此,应围绕国家提出的“五育”目标,将中小学生的体育夏令营纳入政府部门的监管范围,制定包括机构认定、课程设置、师资力量、安全管理和行业评价等要素在内的“体育夏令营活动系列标准”,从制度上避免夏令营市场野蛮生长和恶性竞争。

■ 记者百味

本报记者 刘昕彤

大运会是一场青春的盛会,从初到成都时在机场热情挥手的志愿者,到媒体包里收到的成都中学生的手写信,再到世界各地运动员在赛场上展现的拼搏精神……此刻的成都被洋溢的青春包围,让我看到了世界青年蓬勃向上的激情与对体育的热爱。

大运会中大学生运动员是主角。赛场上,各国和地区运动员勇于拼搏,坚韧顽强,展现运动之美、青春之力,勇敢追逐自己的梦想;赛场外,大家是同学、是朋友,聚在一起分享自己的大学生活、备战故事,还可以在“汉语桥”学说中国话,参加融合中国风、巴蜀韵及国际范的运动员联欢会,深度体验变脸、魔术、皮影,进行传统与现代、东方与西方的文明对话交流,参与属于她们自己的“青春派对”。

大运会志愿者也是一道美丽的青春风景。在大运村,六个来自成都大学商学院的女孩成为好朋友,兴奋地分享着她们的感受,“虽然是一个学院的,但是我们彼此也不认识,这次作为志愿者分到一个组,大家有事情一起商量,有困难一起克服,有喜悦一起分享,大运会给了我们人生中最难忘的经历。”在赛场上,分布在各个点位的志愿者在完成自己任务的同时,也在关注自己热爱的体育项目,为运动员欢呼,为拼搏喝彩。大家是参与者也是见证者。

大运会也是成都年轻人的节日。这几天,走在成都街头,听到最多的话就是“你抢到大运会的门票了吗?”这是成都人在大运会期间的打招呼方式,“我好想去看大运会,什么场次都可以,抢了两轮票都没抢到,今天晚上继续抢。”去场馆的路上,网约车司机小哥对我说。在成都大运公园,丰富多彩的文化活动也吸引了市民的广泛参与,单杠悬挂赢蓉宝、功夫茶展示体验、蜀派古琴演奏,年轻的成都市民以另一种方式感受大运氛围。

此刻,包括我在内的中外媒体记者同样是年轻人,大家在媒体工作间投入紧张的报道中。大运会是一场年轻人的聚会,是一场青春的碰撞交流盛宴,点燃激情,成就梦想,大家在成都共同奏响大运的“青春之歌”。

大运会奏响『青春之歌』

公益广告

增强人民体质 提高全民健康水平

中国体育报