

内蒙古志愿服务“4个一”送健康暖人心

黄璐超 宇文江

在全民健身如火如荼、科学健身持续升温的形势下,内蒙古以“4个一”为抓手,进一步推动全民健身“六进”成果全民共享,不断满足群众多元化健身需求。从群众身边的健身指导到惠及万家的志愿服务,全民健身渐渐融入内蒙古群众美好生活的每一天。

“一个中心”

持续提升志愿服务向心力

志愿服务的向心力就是工作中坚持党的领导,坚持以人民为中心,切实发挥志愿服务工作对“党的理念传播、科学健身指导、体育活动组织、体育文化宣传”的重要作用,让志愿服务成为党的理论政策的传声筒、群众体育需求信息的收集器、体育培训健身活动的集结号,推进体育服务无盲区、无死角,不断探索完善纵向到底、横向到边的全民健身服务体系。

“一个团队”

持续提升志愿服务引领力

清晨的呼和浩特体育中心,热闹非凡。参加内蒙古自治区一级社会体育指导员培训班的各地学员们,正专心致志学习社会体育管理、科学健身方法与健康管理等理论课程,在内蒙古自治区社会体育志愿服务总队老师指导下,学好用好社会体育指导员的“敲门砖”。

内蒙古自治区社会体育志愿服务总队成立于2021年3月5日,从社会组织中选拔人员组成教学团队,每年举办2至3期社会体育指导员培训班,为开展全民健身“六进”工作培养人才队伍。“几天时间,我们共同学习了包括健身气功、太极拳(剑)、广场舞等项目的实践课程,在专业老师耐心指导下,掌握各项运动基本动作要点、习练技巧、教学方法等。”内蒙古健身气功协会教学团队骨干王惠珍说,“身为体育战线上的一份子,我的目标是加入内蒙古自治区社会体育志愿服务总队,为推动全民健身出一份力,用自己所学所得帮助更多人走上健康之路。”

团队以志愿服务方式深入乡镇、走入社区,开展调查研究,了解群众体育需求,组织健身技能培训,宣传普及健身知识,开展交流展示等系列志愿服务活动。截至目前,团队共派出教学队伍80余批次,培训人数超过1万人次。从成立之初的29家体育社会组织,到如今的37家,内蒙古自治区社会体育志愿服务总队还在不断发展壮大,持续以体育聚人心、以服务暖人心,通过志愿服务的纽带作用,深入推进全民健身与全民健康深度融合。

“一所超市”

持续提升志愿服务指导力

作为服务群众的重点特色活动,“全民健身指导超市”自推出以来就受到广大群众喜爱。在呼和浩特市玉泉区苁蓉社区,国家级社会体育指导员正针对中老年群体常见慢性病进行知识普及,现场指导社区居民掌握专业健身知识。“专家来得太及时了,让我认识到体育锻炼对预防疾病的重要性。今年自己刚退休,在家躺了一段时间,浑身都不舒服,是时候按照专家的建议走到户外动起来了。”居民于玲

玲深有感触地说。

为满足不同年龄段人群和健身爱好者多元化健身需求,内蒙古自治区社会体育服务中心积极组织国家级社会体育指导员编写健身技能、正确使用健身路径、运动损伤和术后康复等专题课程。社会组织根据健身需求、场地、设施等情况自主选择预约课程,提供“点对点”上门服务,开展个性化健身服务。内蒙古自治区社会体育服务中心相关负责人说:“我们平均每年接受社区乡村、机关企事业单位点单几十次,如今已培训健身爱好者3000人次以上。”

全民健身指导超市还适时组织开展丰富多彩的社区运动会,今年以来组织开展20余场次,有效提升了社区群众健身意识,积极培育科学、文明、健康的生活方式,推动全民健身生活化,让群众沉浸在“体育赛事不间断、全民健身在身边”的良好氛围中,打通全民健身进社区“最后一公里”。

“一个阵地”

持续提升志愿服务影响力

2021年10月,内蒙古自治区社会

体育服务中心全民健身指导站(金河镇站)在呼和浩特市赛罕区金河镇揭牌,是呼和浩特市成立的首家基层指导站。从那时起,内蒙古自治区社会体育服务中心对金河镇站开展了三年帮扶计划,培养基层社会体育指导员队伍,不断激发群众参与体育锻炼的热情。

三年来,为指导站配备健身器材20余套,依托金河镇指导站和34个行政村全民健身站点,选派优秀社会体育指导员对乡镇和行政村健身骨干村进行教学培训。结合农民丰收节等组织开展群众喜闻乐见的体育赛事活动,充分调动了金河镇村民参与体育锻炼的积极性。如今,来到指导站进行体育锻炼的人越来越多。

接下来,内蒙古全民健身志愿服务工作将不断扩大覆盖面,用好志愿服务“4个一”,继续组织全民健身专家、教师和社体指导员进机关、进企业、进学校、进军营、进社区、进乡村,传递运动健康理念和科学健身方法,为广大健身爱好者提供健身指导、健康咨询、健康义诊等优质服务,形成广大群众常健身、会健身、爱健身的良好风尚。



培训班现场

2023全国全民体能大赛在武汉收官

本报讯 近日,2023年全国全民体能大赛武汉站的比赛在湖北省武汉市武昌区群星城落幕。本站比赛作为年度收官之战,吸引了众多全国的体能精英参赛。

武汉站比赛开始前,赛事通过线上和线下的全年立体化办赛形式,已经在武汉举办数场俱乐部挑战活动。其中,武汉站线上挑战赛就直接触达本地健身爱好者达15000余人。本站比赛中,街头体能挑战环节成为一大亮点,吸引了当地众多体育健身爱好者,其中不乏许多青少年身影。

本站巡回赛,集结全国的体能精英,看点十足。最终,继深圳站、岳阳站获得冠军之后,万佳丽以210分的总分拿下武汉站女子个人赛冠军,且各单元成绩均刷新自己以往的冠军纪录,亚军、季军则分别由黄晨溪、唐欣羽获得;谭振宇、温彬翔、王永新分别获得男子

个人赛前三名,其中谭振宇也是在近两站比赛中连续获得冠军;团体赛冠军由彭涛、张青组成的Fearless队摘得。

据了解,自2019年起连续在武汉举办的此项赛事,多层次赛制的建立赋能武汉体育名城、健康城市的建立,努力实现大众参与性与高竞技性的完美融合,不断为武汉体育事业蓬勃发展添砖加瓦。此次武汉站作为年度终极战,通过深入武汉市街头办赛的方式,以年轻化、国潮化的赛事形象,让体能健身观念不断深入人心。

本次赛事由国家体育总局社会体育指导中心、武汉市体育局、武汉市武昌区人民政府主办,武汉市社会体育指导中心、武汉市武昌区文化和旅游局(体育局)承办,北京奥邦菲特科技有限公司运营,武汉市体适能协会、武汉市武昌区体适能协会协办。(邹丽)

宁波海曙首届全民健身运动会千人参与

本报讯 近日,浙江宁波海曙区首届全民健身运动会开幕式在章水镇文体中心举行,现场吸引了近1200人参与。

开幕式包含威风锣鼓、舞龙、太极拳、青少年街舞展示,以及篮球、小轮车等表演,另有音乐会和趣味体育互动节目增添色彩。此外,与横街分会场篮球赛和龙观分会场广场舞联动并进行线上直播,在线观看人次达95万,充分彰显体育活力与热情。

全民健身运动会在往年“海曙区全民健身月月赛”系列赛事的基础上全面升级,高标准开展网球、羽毛球、游泳、太极拳、健身气功等20余个群众喜闻乐见的活动,参与者达5000人次。

现场还设置了乡村振兴助农集市,安排特色农产品展示和售卖,发放助农消费券15000元。通过体育赛事活动为农村引流,聚人气,促进体育消费升级,助力乡村振兴。(杨晓波)

大众乒乓走进云南鹤庆

本报讯 近日,2023云南省社区运动会大众乒乓球公开赛大理鹤庆站举行。92支参赛队伍、近500名参赛选手在为期两天比赛中体验了国球的魅力,感受到运动快乐。

本站比赛项目设置49岁及以下男女混合团体和50岁及以上男女混合团体,采用五场三胜制,选手中年龄最小的7岁,最大的79岁。大理鹤庆站也是今年公开赛开赛以来参与人数最多、范围最广、水

平最高、现场氛围最好的一次。比赛不仅吸引省内众多乒乓好手参加,更有来自山东、广东、黑龙江等地优秀选手,以及超级联赛选手和前国手参与竞技。

公开赛自启动以来,已在昆明、玉溪、红河、大理等地连续举办多场比赛,在点燃运动爱好者热情同时,更为其提供一个展示自我的平台,让参赛选手在运动中感受“有一种叫云南的生活”。(许珂)

山东省体育中心引赛事赋能高质量发展

张军 谷保垒

随着2023-2024赛季CBA联赛开赛,同往年一样,山东省体育中心把高质量保障山东男篮和CBA联赛作为打造体育赛事举办基地的重要环节,作为“六大基地”建设的重要内容,努力向球迷献上一个个干净整洁、安全有序的观赛环境。

“赛事安全是第一位,特别在获得CBA联赛‘优秀赛区安保奖’后,更激励我们一丝不苟抓好赛事安全工作。”山东省体育中心体育馆负责人表示,“我们按照中国篮协的要求,对功能用房、灯光音响、网络设施等进行全面检修,组织工作人员对看台和内场区域进行全面清扫。赛前,所有工作都已准备就绪。”

自山东男篮10月16日入驻山东省体育中心以来,为提供更好的服务,国家跳水训练基地同男篮密切沟通,精准了解队伍饮食和住宿方面需求,提供宾至如归的服务。高度重视食品安全问题,在各个环节严格把控运动员用餐食材,菜品均留样备查,确保饮食没有兴奋剂隐患。

家住济南市经八路的市民张先生,常年来省体育中心体育场跑步锻炼,今年对省体育中心最大的感受就是人气更旺了。他说:“今年这里的活动太多了,又恢复原来的热闹了。”今年以来,伴随着国内各类体育赛事的复苏,山东省体育中心作为场馆场地资源丰富、设施设备先进、体育产业企业聚集、地理位置优越的省级公共体育场馆,自然得到各类赛事活动的青睐。截至目前,山东省体育中心共承接各类赛事活动达127场,已达到2022年度全年数量的2倍。

“今年活动明显增多,从三四月开始,体育馆几乎周周都有赛事,我们干部职工只能加班加点做好保障,工作强度增加了不少。”该负责人说。据了解,目前仅体育馆一个部门承接的赛事活动就达46场,预计今年承接数量与2022年省体育中心全年基本持平。

在山东省体育中心承接的赛事活动中,既有CBA联赛、女超联赛、中甲联赛等国内高水平职业联赛,也有首届青运会五人篮球U18男子预赛、省蹦床锦标赛等青少年体育赛事,还有大众田径达标赛等自主赛事,占绝大多数的是省直机关职工运动会、“全民健身日”系列活动,以及各类企事业单位运动会等全民健身赛事。位于广西壮族自治区的山东省体育中心北海体育训练中心,也发挥自身全链条服务优势,利用冬训间歇期承接北海市和全国性赛事,拓展了发展新路径。面对人民群众日益高涨的体育服务需求和“体育热”,大型公共体育场馆发挥赛事带动作用,引领全民健身、体育产业等工作发展,面临着巨大的发展机遇。

为更好地推动高质量转型发展,山东省体育中心瞄准奥运争光计划、全民健身和健康中国国家战略,围绕“六大基地”建设,借鉴成功经验,努力建立起一条赛事保障体系,完善服务项目和设施,通过改造游泳馆附属综合楼补齐食宿设施短板,增强服务保障能力,提高体育赛事附加值。同时,作为山东省体育场馆协会和山东省体育俱乐部协会的会长单位,山东省体育中心发挥自身平台和资源优势,努力搭建山东省体育俱乐部联赛平台,在进一步完善全省体育赛事体系、引领全省体育场馆和体育俱乐部行业发展等方面发挥更大作用。

“引进来走出去”河北游泳体教融合成果丰硕

胡雅丽

第一届学青会游泳项目比赛(公开组)日前收官,来自河北泰华锦业游泳俱乐部的8名运动员参赛,取得3金4银4铜的优异成绩,展现出河北游泳蓬勃发展的良好势头。这是河北省体育局实施开门办体育与社会力量联办省优秀运动队的必然结果,也是河北推动实施体教融合不断走深走实带来的突出成效。

“引进来”让运动员丰富知识

要想更多青少年参加游泳训练,必须解决文化教育。因此,俱乐部积极引入衡水市优质教育资源,保证运动员系统训练的同时,又能接受文化教育。针对不同阶段、不同特点的运动员,俱乐部采取两种方式落实文化教育工作。一是对于集训、试训苗子与专业队适龄运动员,俱乐部设立文化课班,聘请具备专业资质的教师,开展文化课教学,为文化修养的形成奠定基础;二是与衡水泰华中学合作开设游泳特长生班,使未能进入专业队的运动员仍能通过体育单招或高水平运动队考试进入高等院校,解决他们的后顾之忧。

其中,俱乐部开设的文化课共有4个年级,聘请教师开展教学,定期组织考试,并实行量化考核等方法评选优秀学生予以奖励,激发孩子们学习文化知识的积极性。

“在这里集训并没有让我落下文化课学习,能跟学校同学保持一致。平时白天训练、晚上上课,过得很充实。”邯郸市输送的12岁集训苗子杨昕瞳已经在俱乐部训练了3年多,也在这里完成了三年级到六年级的学业。“我很喜欢这里的老师,每次上课都会主动回答老师的问题,还拿了很多奖状。”杨昕瞳在今年5月河北省青少年游泳锦标赛上达到了国家一级运动员水平。

目前,俱乐部基本实现了适龄运动员接受文化教育,另外为深化实施体教融合政策,推动后备人才队伍建设,俱乐部与泰华中学联合成立游泳特长生班,双方共同努力,促进体育和教育互通互融,使特长生们既能长期训练提升水平,又能系统接受文化教育。

“走出去”让青少年健康成长

游泳不仅是一项竞技体育项目,更是一项“安全技能”。因此俱乐部近年来积极“走出去”来到校园,开展游泳普及活动,并开放训练场馆、提供师资团队、设计训练方案,让学生们能在课后时间学习游泳防溺水技能、畅享游泳乐趣。

目前,俱乐部已经与衡水市滨湖新区第一小学、衡水泰华中学合作开展了游泳普及活动,共覆盖近3000名学生。其中,滨湖新区第一小学普及工作自今年三月启动,面向2

至6年级学生。每一期培训只有一个年级、分为男女两队,为期15天。在每天90分钟课程中,教练们详细讲解蛙泳知识技巧,纠正水下动作,孩子们学起来非常认真。结业时,每一名同学都掌握了蛙泳的基础技巧,能独立游泳25米,有意愿长期练习游泳且具有较大潜力的孩子被选拔到衡水市游泳队进行系统提升。“以前,衡水市游泳队运动员较少,挖掘苗子途径比较单一。”衡水市游泳队教练任昊说,“普及活动开展之后,我们把10余名有潜力的苗子选拔到队中,孩子们在课堂上都非常积极,进步很快。”

已经在衡水市游泳队训练一段时间的10岁小姑娘杨可瑶说:“我在普训之前没有接触过游泳,普训结束时就可以游25米蛙泳了,现在能完全执行教练的训练计划。父母很支持我,以后会一直游下去。”

在衡水泰华中学,为促进学生个性发展、健康发展,将游泳课列为素质教育重点课程,俱乐部提供场馆资源、师资团队、课程设计等方面的支持。泰华中学普训面向高一年级学生,共计1500余人。

游泳普训不仅能让孩子们掌握防溺水安全知识,减少溺水事故发生,提升校园安全系数,还能实现体教融合促进青少年健康发展,更能增强后备人才储备力量。因此,依托游泳普训落实体教融合措施,在实现青少年健康发展的同时,也带动了体育和教育的互惠共赢。