

中体在线供图

筑牢健康根基 绘就幸福生活

——2023年全民健身工作关键词

本报记者 林 剑

健康是幸福生活最重要的指标，健康是1，其他是后面的0，没有1，再多的0也没有意义。科学健身是实现健康最积极、最有效、最经济的手段之一。即将过去的2023年，全社会主动健身意识持续增强，“以健身促健康”已成为一种共识，成为一种生活方式。全国群体战线通过出台文件政策、丰富场地供给、开展赛事活动、加强健身指导等有效举措，推动全民健身公共服务体系迈上更高台阶、达到更高水平。

年终岁末，让我们静心回首，梳理全民健身工作的点点滴滴，感受全民健身工作带来的温暖和感动。

学思想 惠民生

世界冠军提供健身指导、近百场在家门口的健身运动随意挑选、持续3个月的“免费健身卡”……今年8月，北京市东城区体育馆路街道的居民们乐开了花，在家门口就能享受到高品质体育服务。

为贯彻落实党的二十大精神，推动习近平新时代中国特色社会主义思想主题教育走深走实，在第十五个“全民健身日”和首个体育宣传周之际，国家体育总局联合体育馆路街道开展“学思想 惠民生”全民健身进社区志愿服务活动，将一百余场志愿服务活动“送体上门”，活动内容涉及广场舞、八段锦、太极拳、围棋、象棋、乒乓球、篮球等，此外还有科学健身讲座、专家义诊、参观国家体育总局荣誉馆等丰富多彩的内容，受到社区居民的广泛欢迎和好评。

村超

继“村BA”之后，贵州又有一项基层体育赛事火爆出圈——“村超”。“村超”全称是“贵州榕江（三宝侗寨）和美乡村足球超级联赛”，当地20支以村为单位自发组建的足球队参赛。借鉴“村BA”“体育赛事+乡村旅游+传统文化+全民健身”的模式，“村超”也走出了“农味”十足、接地气、有人气的全民健身赛事活动新路。据悉，赛事期间为举办地榕江县带来364.94万人次的夜间消费，夜间消费收入3.09亿元，住宿业营收4645.3万元。

以“村超”为代表的乡村体育赛事是国人蓬勃运动热情的缩影，成为展现中国现代化的一扇窗口。2023年，国家体育总局会同中央文明办、发展改革委等11部门印发《关于推进体育助力乡村振兴工作的指导意见》，明确以体育助力乡村建设，让农村更繁荣；以体育赋能农业发展，让农业更兴旺；以体育促进农民健康，让农民更幸福；以体育丰富乡村文化，让乡风更文明。

国球两进

6月16日，北京石景山区老山街道老山东里社区举行的“国球进社区”“国球进公园”活动启动仪式上，不少马龙、樊振东、孙颖莎等乒乓球奥运冠军互动的社区居民说：“今晚要激动得睡不着觉了！”“平日常只能在电视里看到这些冠军打球，没想到居然会来到我们身边！”“这样的活动越多越好！”

“国球进社区”“国球进公园”活动由住房和城乡建设部、国家体育总局联合发起，旨在通过“小切口”改善“大民生”，进一步推动群众身边健身设施建设，丰富群众健身活动空间，满足市民多样化健身活动需求。截止到目前，全国6495个

老旧小区、2887个城市公园参与活动，已累计新增各类健身设施48646个，其中乒乓球台9151张。

提质增效

随着全民健身工作的开展，人民群众多样化、个性化的健身需求日益增长，全民健身场地设施建设从“有没有”向“优不优”转化刻不容缓。在此背景下，国家体育总局会同发展改革委、财政部、住房和城乡建设部、人民银行印发《全民健身场地设施提升行动工作方案（2023—2025年）》，明确提出开展健身设施强基础、提质量、优服务、增效益四大行动，提升健身设施开放服务水平和综合使用效益。

印发该《工作方案》的主要目的是在夯实群众身边健身设施基础、保障基本公共服务供给的基础上，牵引带动群众体育赛事活动开展、健身组织建设、科学健身指导等工作。

低免开放

近年来，国家体育总局会同财政部持续支持公共体育场馆向群众免费或低收费开放，双方修订印发了《公共体育场馆向社会免费或低收费开放补助资金管理办法》，补贴范围进一步扩大，新增覆盖各地符合标准的全民健身中心，提升群众参与体育锻炼的满足感、获得感。统计显示，2023年全国共有2491个场馆享受国家免费或低收费开放补助资金政策，覆盖到全国近1400多个县级行政区，超过2000万平方米，受益人次超过4亿。

与此同时，国家体育总局在江苏、浙江、湖北、宁夏、辽宁、广西等6省（区）展开公共体育场馆开放使用综合试点，进一步破解公共体育场馆特别是大型场馆开放使用难题，推动提升公共体育场馆开放服务水平，发现并推广公共体育场馆开放服务典型经验做法，引领带动公共体育场馆提升开放服务水平。

3731

赛事活动是全民健身的重要抓手和支撑，近年来，国家体育总局群体司贯彻“创新、协调、绿色、开放、共享”的新发展理念，创新构建了“3731”群众性赛事活动体系。

“3”是亚运会群众赛事活动、社区运动会、全国全民健身大会，分别侧重于“精”“常”“全”；“7”是贯穿全年的七项全国性全民健身主题示范活动，分别为新年登高、“行走大运河”全民健身健步走、纪念毛泽东同志“发展体育运动 增强人民体质”题词活动、全民健身日、农民丰收节体育健身活动、九九重阳全民健身主题活动以及大众冰雪季；另一个“3”则分别是“三大球”群众赛事活动、群众冰雪赛事活动、各人群体协行业体协举办的赛事活动；“1”是全民健身线上运动会。

全民健身日

自2009年设立“全民健身日”以来，每年8月8日都是健身



中体在线供图



林剑摄



中体在线供图

地设施供给，加大群众身边小型多样冰雪场地设施建设，深化“冰雪惠民计划”，推动首都体育馆、国家速滑馆、首钢大跳台、张家口云顶、张家口太子滑雪场等冬奥场馆公益开放。

四项标准

为加强群众体育赛事活动安全管理，提升安全监管水平，推动群众体育赛事活动持续健康高质量发展，国家体育总局群体司组织有关单位牵头研制《群众体育赛事活动办赛指南 编制内容与评估指引》《群众体育赛事活动参赛指引 编制内容与评估指引》《群众体育赛事活动安全评估技术导则》《群众体育赛事活动运营服务规范》四项体育行业标准，自2023年11月1日起实施，是我国首次针对群众体育赛事活动制定行业标准。

“四项标准”的出台，对于推动群众体育赛事活动健康可持续发展具有重要意义。

万村女性社会体育指导员培训计划

“以前大家在家里就是喂猪种菜，现在劳动之余还可以去健身锻炼，村里健身有人指导，团队有了主心骨，健身锻炼更专业了。”这是今年11月在河南长垣举行的2023年“万村女性社会体育指导员培训计划”交流展示大会上，四川代表队选手王莉的感言。

由国家体育总局、农业农村部、中华全国妇女联合会共同开展的“万村女性社会体育指导员培训计划”旨在通过培养、发展农村地区女性基层体育人才，提升农村地区女性参与全民健身热情，培育高素质农民，通过群众带动群众、群众组织群众、群众指导群众，达成亿万妇女积极参与全民健身的良好态势。计划自2023年至2025年在1万个以上行政村培训女性社会体育指导员。据统计，2023年已有超过9000个行政村开展女性社会体育指导员培训。

线上达标

《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的探索，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与华为运动健康团队携手，基于华为运动健康团队的人体运动感知技术开发完成了国家体育锻炼标准线上自测平台，并通过华为运动健康APP向大众提供服务，广大群众利用手机、平板电脑等简易设备就可以进行测试，线上获得证书，是国家体育总局群体司探索实施国家体育锻炼标准新途径，实现全民健身服务均衡性、可及性的一次创新探索。

体卫融合

今年，上海持续推动运动促进健康计划，将杨浦区打造为首批社区运动健康中心试点区域，深度融入“15分钟社区体育生活圈”建设，摸索出“1+5”的试点模式，创新打造了由“体育+”多部门协同协作、全民健身和全民健康深度融合的社区运动健康中心建设“上海样本”。

上海的实践和探索只是一个缩影，2023年，国家体育总局群体司鼓励各地开展体卫融合，建设社区运动健康中心，实现体质检测、科学健身指导与医疗诊治的联动融合，为群众提供健康一条龙服务。

基层三大球

振兴“三大球”，基层是重点，也是关键。2023年，国家体育总局群体司除了组织开展一系列足球、篮球、排球基层赛事活动外，还开展了全国“三大球”群众赛事情况摸底调研。经摸底，近5年内全国31个省级、658个市域、2847个县域单位共举办7376项“三大球”赛事活动，其中足球赛事2507项，篮球赛事4022项，排球赛事847项。通过对数据的分析、问题的研判，为持续推动“三大球”群众赛事在全国范围内开展打好基础。

同时开展首批群众“三大球”精品赛事案例推荐工作。经各方推荐、专家评审，共推荐55个地域特点突出、群众参与广泛、社会影响力大、综合效应明显、传播推广较好的案例，为基层“三大球”推广普及树立了标杆。

巩固扩大“带动三亿人参与冰雪运动”成果

10月22日，2023年北京市群众冰雪运动速度滑冰比赛暨“冰丝带”市民速度滑冰系列赛第五站在北京冬奥会场馆国家速滑馆举行。比赛吸引了来自全市13个俱乐部和学校的运动员以及个人选手报名，直接参与人数近500人。

2023年，国家体育总局群体司多措并举巩固和扩大“带动三亿人参与冰雪运动”成果，组织开展以“全国大众冰雪季”“世界雪日”“全国大众欢乐冰雪周”等品牌活动。加大冰雪场



受访方供图