

大规模培训厚植基础

河南老年体育工作向基层覆盖延伸

本报记者 冯 蕾

随着2023年河南省老年人太极拳教练员、裁判员暨社会体育指导员培训班日前在河南信阳举办,由河南省老年人体育协会和河南省全民健身中心联合举办的35期骨干培训历经3个月时间,圆满完成年度计划,在河南省掀起了基层老年体育培训的热潮。

去年9月,河南省老体协在第四届全国老健会河南代表团表彰暨2023年度“五动机制”总结大会上提出,要“推动工作向基层覆盖延伸,带动更多老年人加入体育健身行列”。会后,一系列的老年体育教练员、裁判员、社会体育指导员培训,以及“走基层送健康”体育志

愿服务活动迅速在河南省铺开。

根据河南省体育局关于全民健身志愿服务与社会体育指导员注册审批挂钩的政策,积极争取河南省全民健身中心的支持,老年体育骨干队伍培训工作机制日益成熟。河南省老年人体协发挥人才优势和组织优势,形成了高效的合作模式。河南省“走基层送健康”全民健身志愿服务技能公益培训活动自2023年11月6日开始,11月29日结束,历时24天在26个县(市、区)开展活动,培训骨干3815人,呈现出老年体育培训工作的高效率。

来自商丘市的老年体育爱好者庄社会说:“现在国家越来越重视老年人身心健康,在开展老年体育项目培训时,

理论教学与技巧训练并重,让老年人在锻炼身体前,先树立起科学健身的理念,充分了解自我身体状况和体育项目益处,选择适合自己的健身项目,量力而行,安全健身,快乐健身,真正做到老有所学,老有所乐,健身效果越来越好。”

河南在郑州、鹤壁、安阳、信阳等市举办的持杖健走、地掷球、健身球操、柔力球、广场舞、健身秧歌和太极拳等9期老年人教练员、裁判员、社会体育指导员培训班,培训骨干877人,均选派了国家一流名师和第四届全国老健会获得第一名的教练员、运动员前来授课。9期培训班均坚持教练员、裁判员、社会体育指导员“三证合一”,

在提高学员综合素质的同时,进一步加强骨干队伍的规范化发展。张萍红在平顶山市参加了健身秧歌培训班,她说:“这样的培训档次高、接地气,理论、实践相结合,效果好。”

在国家级和省级培训活动的带动下,开封、洛阳、平顶山、焦作、漯河、商丘、驻马店等地老年人协组织开展了各项目培训班,河南省各地掀起培训热潮,持续将体育运动的培训推广成果向基层延伸。南阳市西峡县老年人体的张婉华在参加完中国老体协太极拳专委会在重庆市永安区举办的杨氏太极培训班后,连续奔赴西峡县山区十余个乡镇参加太极拳基层教学志愿服务。



①国家级广场舞教练员黄小燕在教学中。 ②老年体育爱好者交流表演。
③培训活动受到健身爱好者的欢迎。 ④培训活动走进基层。

浙江余杭:家门口养老“定制”幸福家

“这里离家近,我们几乎天天来,大家在一起跳跳舞、健健身,别提多美了。”一大早,浙江省杭州市余杭区五常街道南睦社区“百岁幸福家”热闹起来,呼吸着清晨的新鲜空气,65岁的李振华心里很舒坦。

走进“百岁幸福家”,里面有配餐中心、健身场所、智慧医疗室等功能区块,还为社区居民提供多项“定制服务”。

“社区居民以新杭州人为主,老人大多是退休后来帮子女带孩子,除了健身等日常需求外,也很重视精神文化需求。这里的‘百岁幸福家’就侧重提供更多精神陪伴方面的服务。”南睦社区党支部书记陈海燕说,社区开展了桂花水晶糕制作、非遗绳编体验等活动,组织成立舞蹈、书法、太极等多个社团,为来自五湖四海的老年人搭建共同学习的

空间和情感交流的桥梁。

近年来,余杭区围绕浙江省公共服务“七优享”工程部署,按照“大社区养老”服务理念,“量身定制”村社嵌入式居家养老服务照料中心即“百岁幸福家”,实现养老离家不离社区。

“每个‘百岁幸福家’建设时,都要求村社对辖区老年群体的结构、养老需求等进行调研,根据实际需求量身打造,让养老服务实现高效配置、触手可及。”余杭区民政局相关负责人介绍,比如,在旅游资源丰富的地区,设置康养旅居型“百岁幸福家”;在人文资源丰富的地区,打造具有文化特色的人文休闲型“百岁幸福家”。截至目前,余杭区共打造各类型“百岁幸福家”151家,日均服务近2万人次。

据新华社电

浙江仙居探索老年健身与健康深度融合新路径

冯 蕾 朱永安 张炼平

第七次全国人口普查结果显示,生活在农村的60岁以上的人口有1.2亿,其中留守老人占了很大比重。做好此类群体的健身与健康促进,是健康中国建设的重要环节,也是老年体育工作的重要内容。

近年来,浙江省台州市仙居县一直把发展农村老年体育,增进农村老年人身体健康作为一项重要的惠民工程来抓,尤其在如何推进老年体育走进农村文化礼堂,让老年体育与农村文化礼堂有机融合作了积极探索,为发展农村老年体育工作开辟了一条新的路径。

仙居县农村老年体育现状

仙居县老年人体育协会在县委、县政府的支持下,一直把“重在基层,面向全体”作为发展农村老年体育的工作目标,全县构建了纵向到底、横向到边的老体协组织体系,在县城建有门类较为齐全的老年人体育活动中心,组建了14支专业协会起龙头带动作用。在老年人人口聚集多的乡村普遍建有活动场地,专门供老年人开展体育健身活动之用。老年体育沿着一条自然而又较为通畅的道路向前迈进,工作很有起色。仙居县老年人协曾被评为“全国群众体育先进单位”,并连年被评为“浙江省老年体育工作先进单位”。但是,仙居作为全省26个经济欠发达县之一,农村老年体育发展不平衡、不充分的现象依然存在,农村基层老年体育显现出两大比较突出的矛盾:老年人口多,活动场地少,农村青壮年大多外出务工,留守在家的普遍是老年人。

据统计,2022年底,全县65周岁以上老年人口近10万人,占全县总人口的14%。以下各镇黄梁陈村为例,该村3000多人口,留守老年人竟达800余人。农村老人多,而老年体育活动场地难以满足老年人的健身需求。因受建设用地指标和经费制约,新建标准的老年人活动场地困难重重,老年人参与体育健身活动的积极性受到制约。室外活动场地多,室内活动场地少,使得老年人运动健身缺乏舒适度和安全感。

近年来,为提升基层文化软实力,巩固农村文化阵地,解决不少乡村出现的生活荒漠化,精神信仰无序化的倾向,浙江省将农村文化礼堂建设纳入考核指标,全省将建成一万个农村文化礼堂。仙居县也和全省各地一样,几乎村村都建了能遮风挡雨的文化礼堂。

老年体育与农村文化礼堂有机融合的实践路径

仙居县老年人协结合全县农村文化礼堂和基层老体协工作的现状,提出将老年体育与农村文化礼堂有机融合,探索资源整合的新模式,走出一条老年健身与健康促进的新路径,使文体融合,各得其益,造福于广大农村老年人。

按照老年体育活动项目及场地设施建设规范,仙居县农村文化礼堂建设工作领导小组办公室调整了《仙居县农村文化礼堂文化指数评分标准》,明确要求农村文化礼堂按标准建有老年体育设施,增设村老体协和工作人员为农村文化礼堂理事会成员单位与成员,每家文化礼堂要组建5支以上(四星级文化礼堂8支队伍以上,五星级10支队伍以上)村文体活动队伍包括健身舞、健身球、柔力球、太极拳剑等,各乡镇(街道)积极响应并开展各项活动。

仙居县老年人协指导农村文化礼堂积极创新载体,引导农村老年人走出自我封闭空间,广泛参与农村文化礼堂有益的文体活动。截至去年底,仙居各级老年人协认真承担起组织发动农村文化礼堂银龄文体大比拼活动的任务,共举办了全县性农村文化礼堂银龄体育(飞镖、兜球、门球、男女气排球、乒乓球等老年人运动项目)大比拼活动9场,文艺大比拼演出1场;乡镇(街道)级的农村文化礼堂银龄体育大比拼活动33场,文艺大比拼演出20场。村级文化礼堂的体育健身活动和文艺演出活动更是在仙居遍地开花,红红火火,实现了一个礼堂多元利用,探索了资源共建共享新路径。

横溪镇溪头村文化礼堂建有13支文体健身队伍,共有343位老年人参加运动健身,占全村老年人口的68%,彰显了文化礼堂中老年体育的独特魅力和老年人对老年体育与农村文化礼堂有机融合的热情和支持。下各镇黄梁陈村将占地5000多平方米的闲置小学改为文化礼堂,并将村老年体育活动项目融入文化礼堂,极大地丰富了老年人的晚年生活。

仙居县在老年体育与农村文化礼堂有机融合方面作了初步尝试,取得一定效果,未来还将进一步建立健全农村老年人体育健身活动的长效机制,不断创新活动方式,丰富活动内容,提升活动质量。并进一步将体育健身与文化、宣传、教育、娱乐、养生等相融合,使科学文明的体育健身方式成为农村老年人的自觉行动,提高农村老年人的生活质量和健康水平。

中国老体协第七届委员会第一次执委会会议召开



会议现场

本报讯 近日,中国老年人体育协会(以下简称“中国老体协”)在广东省珠海市召开第七届委员会第一次执委会会议。

会议听取和审议了中国老体协工作报告及各专委会2023年度工作报告。2023年,中国老体协成功举办了第四届全国老年人体育健身大会、“九九重阳”全民健身主题系列活动等重要活动;加强协会基础建设;大力开展调查研究;加强协会制度建设;完善老年人体育工作政策理论研究和基础性工作。

会议同时部署了2024年的工作,一是坚持贯彻党和国家关于全民健身和老龄工作各项方针、政策,加强学习,提高认识,深入调查研究,拓展完善老年体育工作发展思路,加强对老年人体育工作服从服务国家战略等相关政策和措施的研究实践。二是坚持传承创新,继续围绕新形势下老年人健身的多元需求,以老年人健身活动为主要抓手,以加大老年人健身供给为目的,坚持“重在参与、重在快乐、重在健康、重在交流”的宗旨和“安全多样、小型分散、贴近老年人”的原则,组织开展多层次、多类型、多形式的老年人健身比赛和交流推广活动。三是坚持继续加强老年人科学健身的引领指导工作,组织开展形式多样的老年人健身科学指导活动,不断构建更高水平的老年人健身服务平台。四是探索老年人健身产业发展的研究实践,服从服务国家银发经济发展,积极动员社会各方力量参与和支持老年人体育工作。五是坚持加大对老年体育工作宣传力度,主动拓宽老年人体育工作宣传渠道,努力在全社会营造关爱老年人健身和健康的氛围。(冯 蕾)