

## 体育追“锋” 志愿为民

## 四川全民健身志愿服务在行动

本报记者 王子纯

“学习雷锋精神、传递健康快乐，我们是四川群众体育引领员！”日前，四川省“向雷锋同志学习”题词61周年全民健身志愿服务月省级示范活动启动仪式在成都大源中央公园篮球场举行，通过“一个倡议、一场比赛、N项行动”，号召全省社会体育指导员和群众体育引领员积极行动起来，弘扬雷锋精神，践行志愿服务。倡议得到全省21个市州的响应，掀起学习雷锋全民健身志愿服务热潮，样样行动落到群众心坎上。

成都高新区石羊街道盛乐社区的30余名群众体育引领员分赴社区各公共健身器材区域，检修维护器材，清洁健身环境，提升群众健身的满意度。成都市全民健身中心组织10名志愿者为市民提供体质检测和科学健身指导服务，还请医生为健身群众开具运动处方，解决运动康复烦恼。

健康离不开运动，运动需要爱好。为了提升社区居民的运动兴趣，来自四川金强蓝鲸俱乐部的球员左朕年走进四川省科学健身大讲堂社区坝坝会，向居民群众展

示球技，与大家一起参与灌篮PK游戏，还在现场讲解了篮球科学训练知识……不少人积极报名参加四川省百城千乡万村·社区篮球赛，“就冲这专业的服务，这篮球必须天天干！”居民喜笑颜开。

不只是在成都，四川全省学雷锋体育志愿者都在以不用方式学习雷锋精神，为群众服务。广元举行了2024年女性凤楼登高健身游活动，群众体育引领员带领参赛者进行赛前科学热身。在眉山，社会体育指导员为群众指点门球、柔力球动作要领。内江社会体育指导员深入社区，帮助足球爱好者提升球技。在自贡，国家级社会体育指导员、群众体育引领员赖仕平等人在南湖体育中心开展健身气功志愿服务。泸州志愿者为群众免费送上科学健身资料，绵阳志愿者把体质监测送上门……

四川省体育局相关负责人表示，本次活动旨在大力弘扬全民健身志愿服务精神和雷锋精神，推进全民健身志愿服务常态化。

化开展，营造人民群众积极锻炼、科学健身的良好氛围，用体育力量推动全社会向善向上，凝聚新时代雷锋精神新风尚。同时不断彰显社会体育指导员的科学健身引领示范作用，把科学健身理念和方法传递给广大群众，鼓励群众学习雷锋精神，传递健康和快乐。

体育公园延伸  
“幸福半径”

本报记者 王子纯

早春时节，在广州市黄埔区鱼珠街瓦壶岗体育公园内，人们漫步玩耍，悠然自得。谁能想到，几个月前，这里还是一番杂草丛生的光景。近年来，各地切实围绕把体育公园建设好、利用好的目标，不断探索新路径、新方法，逐渐让体育公园成为全民健身场地设施的新载体、提升人民生活水平的新举措、带动经济恢复增长的新场景、塑造城市格调品位的新名片。

## 口袋公园传递“微幸福”

走进鱼珠街瓦壶岗体育公园，这里植被茂密、绿意盎然，一条健身步道蜿蜒延伸，串联起儿童游乐区、健身区、运动场等区域，总面积超1万平方米。几个月前，这里杂草丛生，群众自行开垦种菜，容貌秩序混乱，周边居民强烈希望提升利用该地块，丰富休闲服务配套。

民有所呼，我有所应。去年，鱼珠街道党工委、办事处和黄埔区住建局、绿园中心等多个部门共同发力，以口袋公园建设标准，打造出了集休闲、运动、娱乐于一体的全民共享绿色空间，闲置荒地成功变身口袋公园，既提升了城市颜值，也为市民送上了清新与欢乐。

开门见绿，花鸟为邻，一个口袋公园就是一种“微幸福”。近日，位于重庆市永川老城的张家坡社区体育儿童公园迎来了不少市民，这是利用城市中的边角地、闲置地因地制宜建成投用的一处口袋公园。公园内以草坪绿地为主，包含篮球场、羽毛球场、乒乓球桌、5人制足球场、健康步道、健身器材、儿童游乐设施等，还设有休憩设施、风雨棚、生活驿站，虽然占地面积不算大，但里面的场地设施和布局造型格外新颖亮丽。“现在出门就可以锻炼，小孩子玩耍也有了去处。”公园让周边居民感到满意和幸福。

## 从细节做起提质扩容

滨河体育公园是拉萨市堆龙德庆区首个运动主题的公园，包

含篮球场、羽毛球场、网球场、笼式足球场、塑胶跑道和儿童活动区、景观步道、滨河景观，辅以休闲游步道、慢跑健身步道、绿化配套设施等，功能性健身场地也很丰富，自建成以来深受市民喜爱。“以前这附近一个公园都没有，踢球要到拉萨市区或者更远的地方，现在家门口就有这么大的足球场，特别开心。”市民旦增说。

细节的变化可以让市民真切感受到城市品质和生活质量的双提升，因此许多体育公园项目建成后持续提质升级。去年一批智能健身器材在拉萨市曲米路体育公园投入使用，连接手机扫码就能生成体测报告，记录运动数据，按照器材显示屏上的提示点击“训练”模式，就可以选择适合自己运动方案……未来，这样“贴心”的体育公园还将不断增多。据介绍，2024年西藏自治区体育局继续加强落实体育公园项目建设，力争2024、2025两年超额完成17个体育公园建设目标任务，并进一步推动公共体育场馆向社会免费或低收费开放。

体育公园在提质升级的同时，各地也在有序扩大增量。根据规划，河北省承德市将在今年10月底前建设体育公园和小型体育主题公园示范工程13个；行政村场地设施提升工程26处；建设乡镇（街道）场地设施补短板工程18处，实现达到国家标准的体育公园全覆盖，让“家门口”的体育公园惠及更多百姓。

## 用活资源为体育赋能

生活在老城区的市民可以去哪儿健身？青岛市体育局相关负责人表示，老城区“寸土寸金”，开辟出一片大块场地专门建设体育公园难度巨大。此外，老城区人口密度大，健身需求大。解决二者之间的矛盾是一道“必做题”。利用体育场地设施赋能已有广场的改扩建模式，升级辖区现有广场空间，这是建设体育公园满足市民健身需求的一种方式。

按照这一思路，地处青岛老城区最西端海角的八大峡体育公园诞生了。公园前身是八大峡广场，面积为6.9万平方米，是市南区最大的广场。改造后，公园里的运动场、健身设施、亲子区等满足了市民日常运动健身需要，还可以乘船海上观光、钓鱼休闲。如今，市民可以在海边跑步、踢球、骑行，尽情享受运动，已成为八大峡体育公园的亮丽风景。

为进一步改善群众健身环境，去年，青岛市体育局联合市南区教体局再次合力更新八大峡体育公园，并列为市办实事予以重点推进。按照功能区域合理规划，公园补充了智能步道系统和智能健身设施，增设老年人体育设施26件，并设置乒乓球健身区和时尚亲子健身区，八大峡体育公园成为老城的新名片。

## 呼伦贝尔“银发族”健身成时尚

本报记者 冯蕾

在呼伦贝尔市海拉尔区的伊敏河畔，每当晨曦初露，61岁的闫相斌与他的9位同龄伙伴们便迎着寒风，来到河中央的冬泳池。他们合力凿开浮冰，跃入冰冷的水中，用蛙泳的方式游上一两个来回，展示着“银发族”的活力与坚韧。

“我几乎天天来，如果气温过低就只游一两分钟，哪天不来就觉得浑身不自在。”每天坚持冬泳，对海拉尔的这群老年人来说，不仅是一种锻炼方式，也是一种生活态度。海拉尔区可冬泳时间超过半年，在该区经常参加冬泳的有40多人，其中多数人超过50岁。

据呼伦贝尔市老年人体育协会的调查统计，该市约有七成的60岁以上老年人积极参与体育锻炼，活动项目丰富多彩，主要包括门球、乒乓球、太极拳、健步走和健身气功等。此外，各类老年人参加活动的室内体育场馆超过600个，室外健身场点近千个，为老年人提供了优质的健身环境。

走进呼伦贝尔市老年人活动中心，乒乓球馆内的14张球桌都围满了前来锻炼的老年乒乓球爱好者。聂艳芬今年66岁，已有11年球龄。“打乒乓球成了我退休后最主要的运动。每周打三四次球，每次1个多小时。经常打球，负面情绪少了，开心快乐多了。”

除了乒乓球馆，活动中心还设有篮球场、网球场、羽毛球场和歌舞操室等设施，吸引了众多老年人前来参与活动。市老体协还积极开展体育文化活动，使得老年人的健身活动水平得到了显著提高。

在室内门球场，市老体协门球工作委员会负责人表示：“门球运动量适中、无冲撞，可健身益脑，喜欢门球的老年人越来越多，打球水平也越来越高。”在2023

年的自治区老年人运动会上，呼伦贝尔市门球队取得了优异的成绩。

呼伦贝尔市老体协还致力于打造“体育+文化”的品牌。自2017年底以来，乌兰牧骑的30多名队员已经在农村、牧区和林区进行了近百场演出，让体育文化和全民健身意识深入人心。此外，协会还连续举办了9届全

市老年人体育文化节，并参与了多场大型运动会的开闭幕式演出。市老体协相关负责人表示：“我们将继续以赛事活动的经常化和健身活动的生活化为依托，打造好‘体育+文化’‘体育+旅游’等特色品牌，助力老年人体育事业更进一步。”

## 《温州市群众体育扶持补助办法》施行

## 更高水平公共服务激发百姓健身活力

本报记者 刘昕彤

在浙江温州鹿城南汇智慧百姓健身房内，数十台健身器材整齐摆放，墙上的屏幕实时显示健身者的锻炼数据。市民刘畅是这里的常客，“从家出发5分钟就到，费用折合一天一元钱。”在温州，百姓健身房已建成400余家，累计服务群众超800万人次，目前八成免费开放，两成实行公益低收费开放，单次不超过5元、包年不超过365元。

在温州热火朝天的全民健身背后，是政策发力的结果。为深化温州社会力量办体育改革，推动群众体育事业高质量发展，温州市财政局、温州市体育局联合印发了《温州市群众体育扶持补助办法》（以下简称《办法》），首次以文件形式明确了群众体育扶持补助资金的范围和标准。该《办法》2024年2月1日起施行，有效期5年。今年，温州将投入2300万元扶持补助。《办法》明确了群众体育扶持补助的范围。百姓

健身房的建设和学校体育设施开放的运营维护、新建的笼式足球场、篮球场、全民健身广场、社区多功能运动场、登山健身步道等体育场地均纳入补助范围。另外，新建的标准灯光排球场、标准灯光羽毛球场、非标灯光篮球场，市区体卫融合服务中心和市本级符合条件的社会体育组织也将给予补助，进一步拓宽了群众体育的扶持范围。

《办法》明确了群众体育扶持补助标准。如新建成的标准笼式足球场，每个场地给予一次性补助15万元；新建成的标准灯光篮球场、标准灯光网球场、标准人工草地门球场，每个场地给予一次性补助8万元；新建成的标准灯光排球场（气排球场）、标准灯光羽毛球场、非标灯光篮球场，每个场地给予一次性补助5万元。

近年来，温州共建成百姓健身房423家、登山健身步道900公里、篮球场84个、笼式足球场73个，投入建设资金超1.5亿元，大大丰富了群众的运动场地需求，体育让生活更美好在温州成为现实。

## 健身快车

## 弘扬雷锋精神

## 新疆开展志愿服务活动

本报讯 弘扬雷锋精神全民健身志愿服务活动日前在乌鲁木齐市沙依巴克区业余体校体育馆举办。活动由新疆社会体育指导员协会指导，沙依巴克区文化和旅游局主办，吸引了来自乌鲁木齐市各健身团体、社会体育指导员、晨晚练活动站点的160名健身群众参加。

活动现场，国家级社会体育指导员付喧进行了科学健身规范动作的培训教学，耐心讲解动作要领，参与者认真学习、积极互动，最终大家共舞一曲《腾飞中国梦》。沙区盛世嘉园指导站负责人、国家级社会体育指导员朱春菊参加了本次活动，她说：“活动特别接地气，老师对动作进行了严格的纠正和指

导，我将把更专业的健身指导带给更多的健身爱好者。”沙区环卫路社区指导站点李红娟说：“把弘扬雷锋精神和全民健身志愿服务相结合，特别有意义，也让我深刻体会到社会体育指导员奉献、服务、健康、快乐的宗旨。”

沙区业余体校校长陈刚表示，下一步，业余体校将常态化开展健身技能交流展示、健身技能培训、健身知识讲座、科学健身指导课程等一系列活动，让全民健身志愿服务进社区、进机关、进企业、进学校，让全民健身理念和志愿服务精神深入人心。

(王子纯)



社会体育指导员带领健身群众锻炼。主办方供图

## 湖南桑植聚焦体育社会组织高质量发展

本报讯 日前，2024年湖南省桑植县体育社会组织工作会议在县委文体旅局召开。会议听取了全县2024年体育工作和全民健身工作计划。各体育协会负责人围绕2023年工作进行了总结交流，对2024年的工作进行了规划展望。

2024年，桑植县将坚持以人民为中心，全面推动体育强县和健康桑植建设，促进全县全民健身事业高质量发展，并结合国家体育总局支持开展乡村振兴战略的机遇，积极参与做好张家界第二届旅游发展大会承办工作，全面实施“体育+旅游”深度融合，形成“全社会参与、全方位推进、全人群受益”的具有新时代特征和桑植特色的全民健身发展新格局。

桑植县相关负责人表示，体育

社会组织发展大有可为，要做好全民健身运动健身的践行者和领导者，充分发挥好体育协会指导服务作用；要找准工作重点、加大宣传力度，多办老百姓喜闻乐见的活动，积极对接宣传部门，增加活动影响力，营造浓厚全民健身氛围；要持续提升工作能力，增强做好体育工作的责任感，主动作为，推进全县体育事业提质增效；要补齐短板弱项，填补体育组织空白，丰富人员配置和活动内容；要强化体育健身的供需对接，走出去引进来，吸收外地先进经验，制定符合桑植本地的全民健身健身模式；要认真梳理全年体育活动内容，齐心协力推动桑植全民健身运动健身工作迈上新台阶。

(林剑)



小朋友在北京市朝阳公园锻炼身体。本报记者 鹿麟摄