

摸体质家底 送健康服务

刘昕彤

职工体质健康是企业可持续发展的基石。根据全国总工会2022年开展的第九次全国职工队伍状况调查显示,目前我国职工总数约为4.02亿人,职工平均年龄38.3岁。4亿多职工的身体健康状况不仅和企业健康发展息息相关,更关乎背后亿万家庭的幸福生活。

为摸清全国职工的“体质健康家底”,在国家体育总局群体司指导下,总局科研所和中国企业体育协会开启了“2023年职工体质检测与科学健身指导万里行”活动,对全国职工体质状况进行全面、科学的检测。7个月中,“万里行”活动走进全国10个省(区、市)的22

家企业,为近万名职工进行了体质测试,并据此发布了《2023年职工体质检测“万里行”典型工种体质状况报告》,在职工体质健康“摸底”工作上迈出了重要一步。

基于不同工种,《报告》显示的职工体质问题有共性更有个性。快递从业人员下肢力量相对较弱,平衡能力有待提高;煤矿工人的肺通气功能需加强;机车生产工人普遍存在超重肥胖和核心力量不足的问题;科技人员和办公室人员上肢力量不足可能导致手腕疼痛、鼠标手、颈椎和肩部肌肉过度紧张,引发颈椎病、肩周炎等健康问题……而超重肥胖和体重过低、心肺耐力欠佳致使慢性病风险增高、柔韧性差可能导致肌肉紧张和关节僵硬等共性问题在不同

工种的参阅人员中均有出现。

职工体质健康是全社会共同关注的问题。《“健康中国2030”规划纲要》提出“加强企业职工健康管理、推动健康企业创建”的目标。2021年出台的《健康企业建设规划》明确“推动企业和社会组织参与职工体育健身,提高职工健康管理水平”。如今,工作节奏快,职业病和慢性病多发、心理压力较大成为威胁职工健康普遍存在的问题,不仅损害职工健康,也影响企业效率,制约企业进一步发展。近年来,除了传统的医学体检外,越来越多企事业单位重视员工大健康管理,帮助职工树立健康关口前移观念,运动促进健康成为重要手段。在此背景下,“职工体质检测与科学健身指导万里行”活动得到了企业的

普遍欢迎,通过对职工开展体质检测,企业不仅希望摸清职工体质状况,更希望职工通过体质检测了解自身健康状况,从而有的放矢地进行科学健身,以达到运动促进健康的目的。

基于此,2024年“职工体质检测与科学健身指导万里行”活动进一步丰富了科学健身指导服务内容,流动式的服务不光包括为参阅职工提供全面的体质评价报告和专业健康咨询,还举办科学健身和运动康复讲座,展示和传授针对不同工种体质特点和健康问题,量身定制运动促进健康方案,结合各参阅单位的体质检测结果和职工需求,在服务结束后继续提供多元化的运动促进健康服务产品,为职工科学健身指导下丰富“遗产”。

“课后延时”,踢足球吧!

肖梦楠

如今,很多小学的家长都会选择校内的课后延时服务,这样既解决了无法按时接学生的难题,又能为学生增加一门兴趣类课程。虽然“双减”政策下的课后延时服务课程多以兴趣类为主,但体能类的培训仍是很多学生热衷的选择。以足球为例,除体育课外,学生在校内接触足球运动的时间有限,很多对足球有兴趣的学生仍会课后到校外场地或足球培训班进行学习。

好消息来了!随着日前体育总局等12部门关于《中国青少年足球改革发

展实施意见》的印发,未来足球运动在校内课后延时服务中将会扮演更重要的角色。特别是文件中明确提出,“各级各类学校将足球作为体育课程教学和校园体育活动的重要内容,并纳入课后延时服务”。此举不仅丰富了现有校内课后延时服务课程,将极大增强足球运动在课后延时阶段的覆盖面,更是一项推动校园足球开展和强化青少年体育工作的有力举措。

和其他运动项目一样,足球运动的发展壮大需要一定的足球人口基数,且要遵循该项目的客观规律。儿童青少年群体占据足球人口很大比例,同样也

是体育人才重要的后备力量。学生在校内接触足球运动的方式和时间,对激发学生运动兴趣,以及培养良好的运动习惯至关重要。随着该文件的发布,未来除体育课外,学生们放学后将有更多机会在“自家”场地和“自己人”约场球,无形中也会增加潜在足球人口。

于执行层而言,文件虽已发布,但政策落地仍需时间。特别是面对校园人群集中、年龄分布不一的特殊环境,未来在保障安全基础上如何开展专业且有趣的足球课程,在合理引进人才、师资和场地分配等诸多方面都需要包括校方在内的各部门集思广益、因地

制宜,才能制定出后续细化政策和配套措施,并确保在课程中能为学生们提供安全、专业、有效的服务。

于家长和学生而言,足球课程为课后延时服务增添了一个选项,特别是热爱足球运动的学生,又多了一个让自己更开心的理由。但延时服务中的足球课程,或许无法与专业足球培训机构比拟,家长仍应将需求和关注点放在培养学生足球兴趣和强健体魄方面。对平日没有充足时间陪伴孩子运动的家长来说,更应该积极响应,鼓励孩子增加运动时间以弥补久坐后对脊柱和视力的损伤。

■ 记者百味

本报记者 张小可

今年全国两会上,“新质生产力”成为热议话题之一。

什么是新质生产力?新质生产力是创新起主导作用,摆脱传统经济增长方式、生产力发展路径,具有高科技、高效能、高质量特征,符合新发展理念的先进生产力质态。在体育领域尤其是户外装备制造行业,高科技已经在实践中成为户外产业高质量发展的强劲推动力、支撑力。

在今年年初的ISPO(2024亚洲运动用品与时尚展)上,我看到许多品牌带来了许多新的设计、新的科技,科技范儿十足的展品为从业者带来探索的新方向。

走进展会的中央位置,许多观展群众围着一只坐在秋千上的大熊猫拍照,“一开始被这只胖胖的熊猫吸引过来,然后被这家企业带来的滑雪服和冲锋衣吸引,听工作人员介绍滑雪服用了仿生科技可以抗湿,感觉很新奇。”一位观展者说。

在采访中,我了解到这是一家国产户外服装品牌,而大家好奇的仿生科技是“气凝拒湿绒”,是这家企业研发出的一种能较好抵御湿冷的填充物。品牌以大熊猫皮毛极强的耐寒与抗湿冷性为灵感,自建户外实验室不断打磨面料研发出“熊猫仿生膜”“气凝拒湿绒”两大独创户外材料,分别仿生熊猫皮肤结构与毛发技术,在加强防水防风、透湿拒湿等户外功能的同时,提升使用者的穿着舒适度与维护耐洗度。

和日常运动装备相比,户外运动装备一直以来对科技创新的要求更高,单一的性能户外装备已不能满足消费者日益增长的消费需求,高科技产品愈发受到青睐,随着多家知名运动品牌上线了专业户外运动系列,加剧了市场竞争激烈程度,科技创新自然成为户外运动制造业发展的重点和方向。

类似于仿生科技的高科技户外产品在展会上还有许多,在建设体育强国的大背景下,许多国产体育品牌加快发展新质生产力,技术进步、创新驱动的良性竞争环境正在形成,户外装备也正从中国制造转变为中国智造,为户外经济带来强劲动力。

我采访了近三年的亚洲运动用品与时尚展,感受最深的是,前几年的观展人群以专业观众为主,如今的展会有很多户外爱好者来选购心仪的户外装备。可以看出,户外运动逐渐从小众迈向大众化,我国户外运动市场仍有巨大潜力。作为一名体育记者,能够见证这一转变我感觉很荣幸。

