

汇聚科技之力 践行健康老龄化理念

银龄体育

5月的古都西安,焕发出新的生机与活力。由中华全国体育总会群体部、科教部指导,中国老年人体育协会、中国体育科学学会主办的第九届全国老年人体育科学大会在陕西西安举办,一场关于体育科技与健康老龄化的深度对话正式展开。

此次大会不仅是一次学术盛会,更是推动社会全面关注老年人健康、促进体育事业高质量发展的重要契机。对此,记者采访了中国老年人体育协会主席雷军,对大会来稿特点、聚焦研究领域、老年体育发展新趋势等方面进行分析与展望。

聚焦“健康老龄化” 促进老年体育高质量发展

雷军在接受记者采访时表示:“体育是践行‘健康老龄化’理念的重要内容和载体,在积极应对人口老龄化、实现健康老龄化过程中具有突出作用和重要地位。老年人体育作为国家体育事业和老龄事业的重要组成部分,是推进体育强国和健康中国建设的重要力量,是推动体育事业高质量发展不可或缺的重要内容。”

全国老年人体育科学大会自1988年首届举办以来,已成功举办八届,走过三十六载春秋。这一盛会汇聚众多国内顶级体育科技领域的专家学者,共同探讨老年人体育发展的前沿问题,分享最新研究成果,旨在促进社会各界关爱老年人健身健康,加大老年人体育科技工作力度,搭建老年人科学研究交流与对话的平台,主动服务健康老龄化,服务老年人体育工作高质量发展要求。

雷军表示,本届大会围绕“健康老龄化——中国式现代化进程中的老年人体育高质量发展”为主题,聚焦中国式现代化背景下体育助力健康老龄化,顺应时代发展趋势,搭建学术交流平台,为老年人体育事业提供“源头活水”。

研究特点凸显 对话国际前沿

据介绍,大会共收到来稿1378篇,录取504篇。雷军表

示,从论文内容来看,本届大会的研究特点主要体现在以下几个方面:首先,研究视角紧跟国际前沿,理论争鸣表达中国声音。紧跟国际前沿是研究水平持续进步的表现,也是国家综合实力提升,体育强国建设成果的展现。大会作者站在国际视野,在运动健康、体育科技等多个研究领域内出现了大量紧跟国际前沿的研究,还涌现了一些国内外合作研究的文章,反映了老年人体育科技国内外学术交流的成果。

研究议题聚焦本土实践,研究范畴广泛而丰富,注重本土问题的凝练、阐释与应对。“本届大会征文涉及理论政策、体质健康、社会适应、产业管理、乡村振兴、数字科技等11个专题,研究者在诠释研究问题时更加注重中国语境,聚焦中国式老龄化现实,颇具中国特色的老年人体育研究体系逐步形成。”雷军说。

研究方法不断推陈出新。本届大会在老年人体育研究中,涌现出一批运用新观念、新技术、新方法,在提高研究效率、精度的基础上,增加了研究的实效性,反映了老年体育科技工作者注重实践、研究真问题、寻找真办法、提供真路径的奋进之心、创造之力。

深化协同联动体系 强化运动健康

围绕老年人体育高质量发展的堵点、难点,本届大会的参会作者聚焦多个研究领域。其中,深化协同联动体系研究成为重要方向。研究者不断深化对协同联动体系的研究,开拓了细分研究领域,比如老年人体育资源的统筹与共享、服务的专业化与差异化发展、可达性与公平性等。基于对老年人体育协同联动研究的深化,作者之间合作联动也呈现出“跨地域、跨学校、跨学科”的趋势。

强化运动健康促进是老年人体育研究重点领域,也是落实健康中国战略、实现健康老龄化的关键性研究领域。本届大会收到运动健康促进领域的稿件495篇,占比高达

35.92%。老年人运动健康促进的干预手段叠见层出,专项训练和组合训练手段相结合的系统性研究增加。长周期、连续性运动健康促进研究逐渐增多,拓展了研究的审视角度的。老年人体育促进心理健康的关注度提升,“身心一统”的研究格局初步形成。

优化城乡社会发展研究也是本届大会关注的特点之一。老年人体育发展存在地区间、城乡间发展不充分、不平衡问题,特别是乡村老年人体育,已经成为老年人体育发展的难点。本届大会征文主题中设有“老年人体育与乡村振兴”,收到来稿149篇,占比10.81%。可以看出,老年人体育与城乡社会发展研究的关注度不断提升,研究领域持续拓展,进一步助力老年人体育高质量发展。

科技赋能发展 老年体育呈现新趋势

本届大会投稿呈现出目前老年人体育科技工作的新走向、新趋势。人才队伍结构逐渐优化,中青年群体已经成为老年人体育研究领域的中坚力量。本届大会的作者以体育类高校的师生为主,初步形成以“体育院校为主体、多地散点分布”的老年体育科技人才格局。大会录取论文作者平均年龄只有28岁,体现出全社会对老年人体育工作的关注度不断提高,新一代老年人体育科技工作者队伍不断扩大。

科学研究平台日趋完善,为老年人体育事业的持续发展提供了有力支撑。通过2023年全国老年人体育工作情况调查表明,“党政主导、部门尽责、协会组织、社会支持、重在基层、面向全体”的老年人体育工作格局正在逐步推进完善,“协会引领、社会参与、科技支撑”的老年人体育发展机制开始体现。四年一度的全国老年人健身大会与全国老年人体育科学大会,为全国老年人体育工作健康持续发展搭建了多方互动平台,全国各级老年人体育组织老年人体育科学化发展行动多形式开展。

科技成果转化持续推进,科技赋能成为老年人体育高质量发展的必经之路。本届大会收到数字科技相关的研究160篇,占比11.61%。以长者运动健康之家等为代表的市场主体瞄准老年人体育科技赛道,针对老年人体育需求,提供更加科学、高效、便捷的老年人体育科技产品和服务。

“全国老年人体育科学大会是在中国式现代化进程中,推动实现健康老龄化,推进体育强国、健康中国建设的重要平台。”雷军表示,中国老年人体育协会将主动顺应中国式老龄化发展趋势,在体育总局群体司的领导统筹下,通过加强对老年人健身工作基础情况调研分析、筹建老年人体育研究机构、编写《老年人健身指南》、发布老年人体育典型案例、推动出台新时代加强老年人体育工作意见等举措,加紧对老年人体育工作政策、理论、人群成份构成和需求、健身基础设施、健身科学指导等相关工作,持续加强和推动老年人体育科技工作向纵深发展。

本届大会的成功举办,将进一步提升我国老年人体育工作科技水平,发挥体育科技在建设体育强国和应对人口老龄化进程中的积极作用,助推新时代老年人体育工作高质量发展产生积极而深远的影响。

“老科会”焕新颜 中青年学者唱主角

第九届全国老年人体育科学大会(以下简称“老科会”)集结科研学术的智慧与适老化体育器材的创新展示,为这一延续三十余载的传统活动赋予了全新的科技内涵与活力。

“研究具有前瞻性,课题聚焦实用性。”中国老年人体协相关负责人及专家学者纷纷对“老科会”的科研成果给予高度评价。

第九届“老科会”的筹备工作自2023年11月便已进入实质性阶段。在中华全国体育总会群体部、科教部的指导下,中国老年人体育协会与中国体育科学学会携手上海体育大学,组建了高水平的专业团队,负责论文的征集与遴选工作。

谈及本届“老科会”的科研成果,中国老年人体育协会副主席、秘书长林洁介绍,“与传统研究方向相比,本届论文在‘前瞻性’和‘实用性’方面取得了显著突破。征文研究方向主要集中在‘老年体育与体质健康’‘老年体育与数字科技’‘老年体育与乡村振兴’‘老年体育与康养服务’,以及‘老年体育与心理健康’等领域,充分展示了前沿科技在老年人体育工作中的应用研究。”

“老科会”期间,学术活动的重头戏无疑是主题演讲环节。相关单位领导和专家围绕《汇聚科技力量 主动服务健康老龄化》《推进老年人体育工作高质量发展 积极有效应对人口老龄化》《推动老年人体育工作创新发展 本土实践与国际经验》《数字科技促进老年人体育高质量发展、基本内涵、嵌入逻辑与实践路径》及《体育产业助力银发经济的理论逻辑和实践路径》等五个主题进行了深入阐述。此外,大会还设置了“5+1”分会场专题报告和交流分享环节,其中特别邀请了老年体育工作者就典型案例进行专题报告和圆桌分享。

“本届大会的科研成果可谓是‘百家争鸣,百花齐放’。”上海体育大学体育教育学院教授、博士生导师王红英表示:“大会不仅为广大科学研究工作者搭建了学术交流平台,营造出学术研究的良好氛围,为老年人体育科学研究开创了新的研究篇章,更激发了老年人体育研究的新的活力与动力。”

在所有的科研选题中,科技赋能老年体育这一领域尤



中国老年人体育协会供图

室外智能健身房引领科学健身新风尚

在刚刚结束的2024中国体育用品博览会上,好家庭智能室外健身器材凭借其科学、有效、安全、适老的设计理念,荣获了金奖,成为展会的一大亮点。这款室外智能健身房不仅将国家队数字化训练的理念和方法应用于全民健身,更通过融合新一代信息技术,为广大群众提供了科学健身的综合服务。

在第九届全国老年人体育科学大会现场,老年健身爱好者们纷纷在智能健身器材前驻足,有的在做高拉推举,有的在进行深蹲提踵,还有部分老年人在进行体质测试。今年62岁的西安市民王先生说:“这个智能健身房真的很方便,我可以随时了解自己的运动数据,还能根据这些数据调整锻炼计划,锻炼效果肯定比以前好多了。”

好家庭智能健身房相关负责人介绍说:“室外智能健身房的设计初衷就是将科学健身的理念普及到每个社区,让每个人都能享受到高品质的健身服务。为此,他们利用大数据、云计算等技术,为用户提供个性化的运动处方,帮助用户科学、有效地进行锻炼。”

在安全方面,好家庭室外智能健身房也做得非常出色。记者了解到,该健身房的力量阻训练采用了电磁双向阻力设计,用户在进行抗阻训练时,力量不会反弹,随时可以制动,大大降低了运动损伤的风险。体验者李奶奶说:“我以前都不敢做抗阻训练,怕受伤。现在有了这个智能健身房,我可以放心大胆地锻炼了。”

值得一提的是,好家庭室外智能健身房特别为老年人安全、科学设计。它配有适合老年人使用的数字化抗阻训练设施,阻力级别可以调节,方便老年人从低强度开始循序渐进地进行锻炼。

回顾历届会议



第一届
全国老年体育学术交流会
山西·太原
1988年9月19日—23日



第二届
全国老年体育科学研讨会
四川·成都
1992年11月3日—6日



第三届
全国老年体育科学研讨会
湖北·武汉
1996年10月7日—9日



第四届
全国老年体育科学研讨会
河北·廊坊
1999年9月25日—27日



第五届
全国老年体育科学研讨会
江西·南昌
2003年9月7日—11日



第六届
全国老年体育科学研讨会
江苏·镇江
2007年5月28日—6月1日



第七届
全国老年体育科学大会
新疆·乌鲁木齐
2011年7月10日—14日



第八届
全国老年体育科学大会
云南·大理
2015年4月26日—30日



第九届
全国老年体育科学大会
陕西·西安
2024年5月29日—31日