

■ 覆盖全民
关注特殊群体需求
徐刚
人群篇

全民健身是全体人民增强体魄、健康生活的基础和保障,覆盖全民是全民健身的初衷,服务全民是全民健身的路径,造福全民是全民健身的目的。构建更高水平的全民健身公共服务体系,就是要覆盖全民、服务全民、造福全民。

全民健身要以青少年和儿童为重点。少年强则中国强,青少年是祖国的未来和希望。近年来,青少年的体质问题持续引发关注,不少孩子成为“小胖墩”“小眼镜”。因此,要将青少年和儿童作为全民健身的重点人群,以减少“小胖墩”“小眼镜”。这既是改善青少年体质状

况的现实需要,也事关我国人才培养的质量和祖国的未来。所以全民健身要做到全覆盖,就必须从青少年和儿童抓起,大力普及青少年体育活动,提高青少年身体素质。而且,青少年和儿童可以带动身边更多人参与健身。

全民健身要为老年人、残疾人解决健身难题。全民健身,一个都不能少。开展全民健身活动,不能忽视老年人、残疾人等群体。国家体育总局发布的《“十四五”体育发展规划》提出:“进一步提升老年人、职业群体及残疾人等全民健身公共服务水平。”就现实而言,老年人、残疾人在健身上还存在不少难题,比如,适合他们的健身设施有限、适老化以及无障碍环境建设不足;适合他们参与的体育健身休闲项目及赛事活动少;部分老年人、残疾人因不会使用智能手机无法预约购票、进出体育场馆;健身活动缺乏专业指导,等等。这就需要加强开展体育活动的组织与领导,研制与推广适合老年人、残疾人的日常健身活动项目、体育器材、科学健身方法,切实为他们解决健身难题。

全民健身要统筹城乡,促进农村居民健

身。推动城乡全民健身公共服务内容、标准的统一与衔接,推动全民健身公共服务城乡区域均衡发展,是构建更高水平的全民健身公共服务体系的必然要求。目前,我国城乡发展不平衡的矛盾依然存在,就全民健身而言,城市无论是基础设施还是服务指导都要优于农村。从整体来看,如今的农村居民对生活品质提出了更高要求,有健身需求的农村人口数量不断增加;然而在很多农村,体育设施建设没有同步跟进,部分场地和器材需要更新和维护,农村居民体育活动需求与服务供给之间的供需矛盾突出。因此,结合农村居民的特点,推动全民健身持续向农民覆盖和倾斜,建立完善的农村全民健身公共服务体系,促进农村居民健身发展,为助推实施乡村振兴战略提供坚实的基础保障,这些都亟待加强。



全民健身 一个也不能少

编者按

人人参与全民健身,家家共享幸福生活。全民健身事关全体人民的福祉,顺应人民对高品质生活期待的内在要求,对推进健康关口前移,促进人的全面发展和社会全面进步具有重要意义。广泛开展全民健身活动,才能将增强人民体质落到实处,才能将“健康中国”美好愿景落到实处。

近日,中共中央办公厅、国务院办公厅印发了《关于构建更高水平的全民健身公共服务体系的意见》,指出构建更高水平的全民健身公共服务体系,是加快体育强国建设的重要基石,是顺应人民对高品质生活期待的内在要求,是推动全体人民共同富裕取得更为明显的实质性进展的重要内容。

那么,如何推动全民健身向更高水平迈进?在全民健身人群、设施、赛事、文化等方面又该做出哪些进一步的努力?本期话题对此予以探讨。

■ 设施篇
增加供给
解决总量不足问题
曹建明

在“以全民健身促进全民健康”已成全社会共识的当下,全民健身场地设施是发展群众体育、促进全民健身的重要物质基础,只有紧紧围绕满足人民群众需求,统筹建设全民健身场地设施,推动健身设施共建共管共享,才能构建更高水平的全民健身公共服务体系。

首先,优化城市全民健身功能布局。根据城市规模和格局,加强多中心、多层次、多节点的全民健身资源布局。老城区要结合城市更新行动,利用城市的边角地,设立社区体育文化公园,设置球类运动场地、健身设施、健身步道及多种特色活动场地,满足各年龄段群众的体育锻炼需求,鼓励运用市场机制盘活存量低效用地,增加开敞式健身设施;新建城区要结合城市留白增绿,科学规划社区全民健身中心,建设与生产生活空间相互融合,与绿环绿廊绿楔(即楔状绿地)相互关联的健身设施。同时,实施全民健身设施“补短板工程”,建设全民健身中心、公共体育场、社会足球场等健身设施,加强乡镇、街道健身场地器材配备,构建多层次健身设施网络和城镇社区“15分钟健身圈”,让全民健身设施建设、布局与管理,与群众健身需求同步。

其次,推动健身场地全面开放共享。在增加全民健身场地供给之时,积极推动体育设施“开放共享”全覆盖。机关、事业单位和国有企业要带头开放可用于健身的空间,做到能开尽开;学校体育设施、体育场馆在与教学区、宿舍区等进行安全隔离改造后,有序对社会实行免费或低收费开放,支持第三方机构对区域内学校体育设施开放进行统一运营,有效解决全民健身场地不足的问题,让市民与学生共享学校场地资源,营造人人参与体育锻炼的社会氛围。

同时,不断拓展全民健身的新空间。支持依法利用林业生产用地建设森林步道、登山步道等健身设施。在现有郊野公园、城市公园中,因地制宜配建一定比例的健身设施。在符合相关法律法规、不破坏生态、不妨碍行洪和供水安全的前提下,支持利用山地森林、河流峡谷、草地荒漠等地貌,建设特色体育公园,推进体育公园建设,推动体育公园向公众免费开放。完善户外运动配套设施,加强冰雪、山地等户外运动营地及登山道、徒步道、骑行道等设施建设,建设符合环保和安全等要求的“气膜结构健身馆”(即以高性能膜材为结构外壳的健身馆)等新型健身场地设施。还需要积极探索智能健身,推进信息科学技术与全民健身深度融合,抓住疫情给“互联网+健身”发展带来的契机,鼓励开展居家健身和全民健身网络赛事活动,通过线上线下双轮驱动,满足群众居家健身、强健体魄的需求。

全民健身,功在当代,利在千秋。只要把满足人民群众的基本体育健身需求放在突出位置,在体育健身设施建设上,以资源优化配置为切入点,着力解决设施总量、结构优化、共享利用等问题,就一定能够为体育强国、健康中国建设提供基础支撑。

■ 单位篇
拉长短板
提高职工参与程度
樊树林

《关于构建更高水平的全民健身公共服务体系的意见》中提到,支持党政机关、企事业单位、学校常态化制度化组织健身活动;鼓励机关、企事业单位配备健身房和健身器材;鼓励发展在社区内活动的群众自发性健身组织等。

党政机关、企事业单位、学校是全民健身的重要环节,在构建更高水平的全民健身公共服务体系中责无旁贷。这就需要它们认真“拉长”之前存在的全民健身“短板”,按照行业差异性,有的放矢地进行政策设计,引导全体干部职工积极参加全民健身活动。

无论是党政机关还是企事业单位,都要遵循以人为本的理念,构建良好的健身文化体系,并发挥工会的纽带作用,按照因人而异、适时适度的原则,落实单位健身场所和必要的职工健身经费保障,想方设法解决好健身场地和时间不足的问题,选择适合员工的身体锻炼项目,号召大家在工作之余开展体育锻炼。同时,各单位要了解干部职工的兴趣爱好,组建体育活动兴趣小组,支持他们经常性地开展体育活动,或参加系统内外的比赛,以点带面地培养更多干部职工的健身热情。

特别是,发挥单位的工间操作用,各党政机关、企事业单位应从制度层面发力,出台工间操的相关文件和督导细则,将工间操在干部职工的工作日程中固化下来,形成一种良好习惯,不能让其“说起来重要,忙起来不要”。其中,党政机关、企事业单位的领导干部要率先垂范、以身作则,以调动广大职工参与工间操等锻炼的积极性。当然,无论是健身场所的拓展,还是健身经费的投入,还是工间操等活动的开展,都需要上级部门督导,有外力的强力推动,党政机关、企事业单位的全民健身活动,才可能取得预期效果。

社区要全面提升群众的健康水平,激发更多人的健身愿望。一则,社区要积极和体育等部门衔接,以需求为导向,配置全民健身公共服务资源,最大限度做到健身设施全覆盖,实施社区健身设施夜间“点亮工程”,切实打造“10分钟”或“15分钟”健身圈;二则,社区要经常组织群众性的健身活动或比赛,引导居民勇于在活动中展示自己的风采,让他们更有获得感;三则,社区要充分挖掘现有资源,吸收有特长的人加入“健身指导员”等队伍之中,让他们对社区健身活动进行分类指导,将他们的资源运用最大化。

学校要按照“每天锻炼一小时,幸福生活一辈子”等原则,开足开齐体育课程,这应是最基本的遵循。在此基础上,还需要通过“体育家庭作业”等方式,鼓励学生动起来,逐步加大学习生活中体育健身的权重。同时,鼓励学生参加各类体育社团活动,调动他们健身的积极性。

■ 赛事篇
以赛促练
强化全民健身激励
江德斌

中办、国办此次印发的《关于构建更高水平的全民健身公共服务体系的意见》提出,要构建多层次多样化的赛事活动体系。这是着眼于以赛促练,通过举办诸多体育赛事,普及推广相关体育项目,激发群众的参与热情,提高群众的竞技水平,享受体育活动带来的快乐。

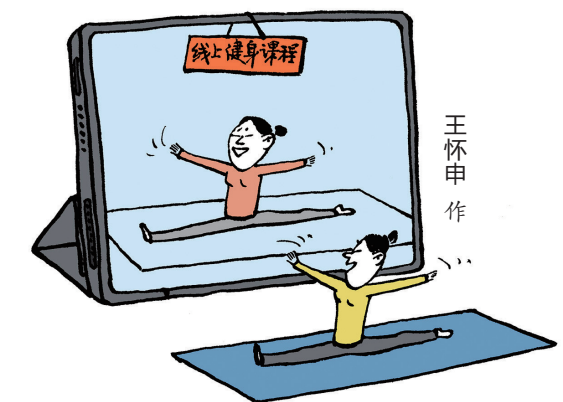
体育赛事当以民为本,各地应因地制宜,围绕群众喜爱度高、参与性强的项目,打造一些群众性特色体育赛事。近年来,人民群众对身体健康愈发重视,参与全民健身活动的人数与日俱增,涌现出多姿多彩的健身项目,诸如跳广场舞、健步走、慢跑、跳绳、棋牌等,均受到广大人民群众的欢迎,参与热情高涨。这些民间健身活动并非高大上的项目,却因门槛低、趣味性强等,深受群众喜爱,民间基础深厚,参与者众多,适合做群众性特色体育赛事的比赛项目。此类赛事应重在鼓励群众参与,可以将参赛门槛降低一些,比赛项目种类丰富一些,观赏性、趣味性、互动性更多一些,评奖标准放宽一些,可多设置一些鼓励性奖项,让群众拥有参与感、获得感,以激发更多人的运动热情。

体育作为一个朝阳产业,具有广阔的市场空间、良好的发展前景,吸引了众多企业投入资源,促进了我国体育行业的标准化、商业化、规模化发展。因此,需要鼓励支持社会力量举办赛事,参与承办赛事,通过商业力量推动体育赛事发展,走市场化经营道路,探索可持续性的盈利模式,让资本有利可图,增强参与信心,实现良性循环,将各项体育赛事办得更长久。

近年来,各地热衷于举办的马拉松赛事活动,就是一项兼具专业性和群众性特点的体育项目。承办方多为社会力量,采取了商业化运营模式,设置了多层次比赛项目,使得参与人群范围扩大,不仅吸引了专业运动员,每年都有大量的市民报名参加马拉松,甚至成为各地城市的一大名片,受到社会各界的热烈支持,促进了全民健身的发展。可以借鉴马拉松赛事的成功经验,选择一些具有广泛群众基础的健身活动,制定出市场化竞赛规则,交由社会力量举办赛事活动,从而实现以赛养赛,推动相关健身项目的普及发展。

在全民健身中举办赛事活动,同样要立足长远,做好远景规划。有专家认为,目前我国足球、篮球、排球等竞技人才较少,一个主要问题就是人才梯队建设缺位,导致没有充足的后备力量,难以选拔优秀人才。因此,应建立全国性的中小學生、青少年体育赛事体系,举办城市赛事、地区对抗赛、省赛等,吸引更多孩子参加体育活动,打通业余与专业的转化道路,通过体育赛事来选拔优秀体育苗子,为三大球和其他体育项目培养人才梯队,为我国夯实体育强国的民间基础。

全民健身中的体育赛事,参与人数更多,更需要将安全管理放在重要位置,做好赛场安全保障工作。可与安保服务企业合作,推动体育赛事活动安保服务社会化、市场化、专业化发展。同时,落实赛事举办方安全主体责任,严格赛事安全监管责任。按照赛事活动的规模,配足配齐安保力量,强化安保措施,避免发生人员伤亡事故。



■ 文化篇
以文促体
凝聚全民健身动力
董宏达

全民健身,强化意识是关键,构建更高水平的全民健身公共服务体系,既要抓硬件建设,也离不开体育文化的促进。要借助体育文化宣传普及,凝聚全民健身精神动力,促进全民健康进一步走深走实。

加强全民健身宣传教育,筑牢全民健身文化根基。健身意识是健身活动开展的前提,但在不少地方,全民健身的意识还没有完全建立起来。要通过加强全民健身宣传教育,让人们充分认识到,强健的体魄,不仅让我们拥有饱满的精神状态应对工作或学习,也是提高生活质量、减少医疗开支最经济有效的手段,每个人都是自己的“健康第一责任人”,积极自觉投身于体育锻炼,是构建美好生活的一部分,因此,有必要让健身逐渐成为美好生活的刚需。

加强全民健身宣传教育,青少年学生是主体,也是重要基础。只有从小接受了健身宣传教育,才能促进健身意识提高,进而化作爱运动、爱健身的行为习惯;健身宣传教育只有从青少年学生抓起,并形成制度,才能提升全民健身整体水平。而要对青少年学生加强健身宣传教育,就有必要将全民健身理念和知识融入义务教育教材;既要高质量上好体育课,又要推动青少年文化学习和体育锻炼协调发展;要通过举办青少年体育赛事,培养广大青少年把运动作为业余爱好,在体育锻炼中享受乐趣、增强体质、健全人格、锻炼意志,健康快乐地成长。

打造科学健身传播平台,营造全民健身的舆论氛围。普及全民健身文化,要善于运用媒体平台,有意识地正面引导,为推动全民健身广泛造势。要加大全民健身公益广告的创作投放力度,要大力弘扬体育精神,讲好群众健身故事。比如,在北京冬奥会期间,各媒体平台高频次地播出了相关公益广告,助推了全国人民参与冰雪运动的热情。要深入总结这个经验,在全民健身运动中放大科学健身的传播效应。

发挥运动员的正能量作用。在现代社会,榜样力量不可回避。运动员通过竞赛获得奖牌,他们的社会影响力,不仅体现在奖牌的吸引力上,更在于在赛场上顽强拼搏、不畏强手的精神,深深感染了众多观众,从而能带动更多普通人成为运动爱好者,运动爱好者更加酷爱相关的体育项目。运动员向外界传达的是一种积极、阳光、健康的形象,他们对全民健身有着显而易见的带动作用,尤其对青少年的影响力更为明显。因此,推动全民健身,要进一步讲好运动员的拼搏故事。

实施体育文艺创作精品工程。现代体育已经超出竞技的一般功能属性,散发出独特的文化价值。像《女篮五号》《沙鸥》《夺冠》等人们耳熟能详的电影作品,曾激发了国人对体育运动的热爱。如今,应该鼓励文艺工作者创作更多全民健身方面的文学作品和影视剧,通过刻画运动员艰苦的训练、顽强的拼搏、激烈的对抗,折射人类顽强的意志、坚韧的精神、不灭的梦想,以身体叙事诠释生命美学,迸发出砥砺人心、催人奋进的精神力量,激发全民以强健的体魄、饱满的精神、奋发的姿态,去共同创造更加美好的生活。

