

全民健身 拥抱健康生活

——2021年,看体坛新局(上)

本报记者 刘硕阳 王亮

核心阅读

元旦假期,各地健身活动蓬勃开展,或登高望远,或健步迎新,人们迈着有力的步伐走进2021年。回顾过去的一年,群众健康意识加强,健身热情高涨,运动场地增多,锻炼方式出新。新的一年,全民健身必将为人们的健康生活增添更多色彩。

新年第一个清晨,随着笛声鸣响,浙江省江山市的健身爱好者迈开步伐,向着江郎山顶峰攀登。1月1日,全国新年登高健身大会在31个省市区同步举行,人们以登高望远的形式迎接新年的到来。

作为传统全民健身品牌活动,全国新年登高健身大会自1996年创办以来已连续举办25届。刚刚过去的2020年,受新冠肺炎疫情影响,全民健身场地建设、赛事举办等方面遇到了一些困难,但全民健身事业依然稳步

发展:人们的健身意识不断增强,更多人主动参与到全民健身中来,线下活动虽然受限,线上活动却蓬勃开展,居家健身成为生活新风尚……进入2021年,全民健身的新变化、新趋势也在为健康生活带来更多新色彩。

增加居民健身活动空间

2021年元旦假期,福建省厦门市很多市民走出家门,前往远近闻名的山海健康步道健步迎新。这条长约23公里的步道横穿厦门岛,将岛上的狐尾山、筍筓湖、仙岳山等“八山三水”串联在一起。启用一年来,山海健康步道的客流量已经超过1000万人次,成为当地居民健身休闲的好去处。

解决群众去哪儿健身,是全民健身的重点工作。将景点整合为健身步道资源,正是有效拓展群众健身空间的思路之一。2020年10月,国务院办公厅发布《关于加强全民健身场地设施建设发展群众体育的意见》(以下简称《意见》),对完善全民健身顶层设计、盘活土地资源、提升场馆运营水平等方面提出新要求。

以前城市里不起眼的一块块“边角地”,如今成为群众快乐运动的“金角银边”。2020年,北京市丰台区建成了20余片多功能运动场

地以及4公里长的健身步道,基本都在周边居民举步可达的范围。

随着城市空闲地、公园绿地不断转变为可供健身运动的场地新设施,居民的健身活动“半径”不断拓宽。《意见》指出,“十四五”期间,要在全国新建或改扩建1000个左右体育公园,打造全民健身新载体。人们的健身选择也将变得更加丰富。

线上居家健身越发时尚

对于上海市的健身爱好者,元旦期间的健身活动选择有很多,既可以去东方明珠登高,也可以到上汽国际赛车场,在F1赛道上来一场“蒸蒸日上”迎新跑。同时,在疫情防控常态化条件下,体育活动、赛事主办方也积累了不少有效经验,提交行程码、提供有效核酸检测阴性报告、签署《健康安全责任书》等,严格落实疫情防控要求,也是为了让健康落实到每个人的生活中。

受新冠肺炎疫情影响,不少全民健身赛事活动由线下转为线上进行。原本定于2021年元旦期间举行的厦门马拉松宣布延期,但厦门马拉松线上赛在1月3日如期举行,完赛者也获得了中国田径协会认证的资质证书,完赛成绩纳入中国田径协会线上赛数据库。

线上健身赛事的潜力正在被激发。据中国田径协会统计,截至2020年10月,国内举办的线上马拉松活动达到368场,参与人次达到5200万。中国田径协会还专门出台《关于开展线上马拉松等跑步活动的指导意见》,对如何科学开展线上跑步活动给予指导。

除了在线上参与赛事活动外,线上瑜伽垫、踏上跑步机,居家健身在过去一年中成为很多人的锻炼选择,健身器材销售也较此前有了大幅增长。健身活动以居家的形式在更广泛的范围内得到普及。在这股潮流中,不少健身俱乐部开启了线上服务,五禽戏、八段锦等传统锻炼方式成为居家健身时尚手段,王丽萍、徐莉佳等奥运冠军也通过直播或录制视频等形式推广科学健身方式。进入2021年,居家健身的能量有望得到进一步开掘释放。

智能手段融入健身场景

2020年11月,在上海市举行的第三届中国国际进口博览会上,首次设置的体育用品及赛事专区成为一大亮点。穿上能刺激肌肉运动的“强迫运动裤”,可以全家人一起“闯关”运动的体感游戏等,将智能化的手段融入健身场景中,是全民健身运动可触摸

的未来。

智能手段远不止于服务运动本身,而是作用在健身活动的每一个环节。出门前,动一动手指便能在手机程序上预订心仪的场地;跑完步,扫一扫智能健身步道的二维码就能即时获得自己的运动数据……智能手段不仅使健身运动更加便捷、有趣,也让人们的日常锻炼更加高效、科学。

“十四五”期间,要构建更高水平的全民健身公共服务体系,提升全民健身的智能化程度成为各方共识。通过大数据、云计算、人工智能和物联网技术融合创新,实现智能健身品的迭代升级,丰富和完善健身器械的功能,研发适合不同年龄人群的虚拟运动场景健身器材和智慧指导系统,以及借助智能穿戴设备采集各类人群运动轨迹、运动强度和生理指标等变化数据,建立简便有效的基于自我评价的大数据运动风险预警方法与预警体系等,均大有可为。

在推进智能化手段普及的过程中,也需要解决体育公共服务领域老年人运用智能技术困难的问题。2020年12月30日,国家体育总局就落实《关于切实解决老年人运用智能技术困难的实施方案》发布通知,提出以保留电话专线、现场报名等方式为老年人进入体育场馆、参与赛事活动提供便利。人人共享体育,体育造福人人。2021年,全民健身工作期待“步步高”。

体坛观澜

不断满足人民日益增长的美好生活需要,体育有着积极而独特的价值。2021年,期待着中国体育在高质量发展之路上写下新的答案

时光之轮驶入2021年。在彼此对未来的祝福中,“健康”是个高频词。以运动为健康加油,正成为越来越多人日常生活中的选择。就像刚刚过去的元旦假期,打球、跑步、滑雪……痛快出汗,运动带来的健康和欢乐,为美好生活写下生动注脚。

无数这样普通的生活场景,也是在垒筑起体育强国、健康中国的基石。党的十九届五中全会提出,到2035年建成体育强国、健康中国。体育事业的发展之路,有了明确的指引和遵循。为建设体育强国注入高质量发展内涵,体育的综合价值需要在更大舞台上搭建起全新的发展坐标。新的机遇正在生长。

回首不平凡的一年,体育在其中留下了特别的印记。受新冠肺炎疫情影响,一些体育赛事和活动被取消或延期,但人们的健身健康意识也被空前激发。线上马拉松是应变之策,但参与者的踊跃却为智慧体育打开了主动作为的想象空间;“云健身”并不缥缈,只要看看流行的健身软件里汇聚起成千上万的爱好者,就不难感受到蕴含其中的勃勃生机。

从运动装备消费向运动场景消费扩容,体育产业要成为国民经济支柱性产业;从社区体育的热闹到职业联赛的激情,体育可以为社会和谐凝聚起更多向上向善的力量;让孩子们跑起来,文明其精神、野蛮其体魄,体育是成长中不可或缺的陪伴……从经济、社会、文化、教育等多个角度打量体育,会看到一幅五彩斑斓的图景。也只有从多个角度为体育打开发展路径,体育才能成为促进人的全面发展的重要手段,真正在生活中扎下根基。

不断满足人民日益增长的美好生活需要,体育产业有着积极而独特的价值。以此衡量体育改革,调结构、补短板的任务依然艰巨。竞技体育的发展模式和体教融合之间如何有机关联,校园体育如何真正成为校园文化的有力建构,进入深水区的单项协会实体化改革怎样精准施策,全民健身的场地瓶颈如何盘活存量、打开增量……

以准确识变、科学应变、主动求变的理念去剖析格局和趋势;以开放、均衡和多元的理念去通盘谋划;以尊重规律、顺应潮流的态度去把握节奏、回应公众,深化体育改革之路方能行稳致远。

2021年,期待着中国体育在高质量发展之路上写下新的答案。

在更大舞台搭起新发展坐标

为建设体育强国注入高质量发展内涵

薛原

中国女子篮球联赛

内蒙古队夺得冠军



1月3日,内蒙古女篮队员杨力维(右)在比赛中带球突破。

当日,在安徽蚌埠进行的2020—2021赛季中国女子篮球联赛(WCBA)总决赛第二场比赛中,内蒙古女篮以93:82战胜新疆女篮,以总比分2:0夺得本赛季联赛冠军。本场比赛,杨力维拿到全场最高的27分帮助球队获胜。

新华社记者 黄博涵摄

第十二届全国国际象棋锦标赛 余泱漪谭中怡分获男女冠军

本报北京1月4日电(记者郑轶)历经12天的角逐,第十二届全国国际象棋锦标赛(个人甲组)日前在江苏兴化落幕。奥赛冠军成员余泱漪夺得男子组冠军,前世界冠军谭中怡夺得女子组冠军。

作为国内最高水平的国家个人赛事,本次比赛汇集24名国内顶尖男、女棋手参赛。11轮比赛过后,男子组的余泱漪、韦奕、卢尚磊同积8分,根据计算对手间直胜分,余泱漪才惊险胜出。女子组最后一轮前,排名前五的棋手都有机会问鼎冠军,最终积分领跑的谭中怡毫无悬念夺冠。

全国大学男足超冠联赛 北京航空航天大学队夺冠

本报北京1月4日电(记者刘硕阳)2019—2020赛季全国青少年校园足球大学男子超冠联赛3日在云南泸西高原足球基地落下帷幕。在决赛中,北京航空航天大学男足以1:0击败北京理工大学男足,夺得冠军,这也是北京航空航天大学男足历史上第二次夺冠。在三四名决赛中,河海大学男足以2:0击败中国农业大学男足,获得季军。本届比赛于2020年12月26日打响,作为级别最高的全国大学生男足赛事,本届比赛共16支参赛队,在9天的48场比赛中,产生了141个进球。

全国国际象棋新人王赛落幕

本报北京1月4日电(记者郑轶)历经7轮比赛的激烈争夺,全国国际象棋新人王赛日前在国象联盟APP上落幕。本次比赛共有8名棋手参赛,最终,徐志行与刘言同积5分,徐志行凭借直胜关系占优夺得冠军。刘言、王仕戌分获第二和第三名。2017年,上海海湾镇创办国象新人王赛,旨在为年轻棋手提供锻炼和展示的平台。本届比赛首次依托网络办赛,参赛阵容中还首度出现女棋手的身影。据介绍,海湾镇下一步将大力打造“国象小镇”,营造“天天有活动、周周有培训、月月有赛事、年年有大赛”的国象氛围。

北京冬奥会和冬残奥会体育图标发布

本报北京1月4日电(记者季芳)日前,北京冬奥会和冬残奥会体育图标正式发布,标志着北京冬奥会和冬残奥会筹办取得新进展。

体育图标是历届奥运会的“规定动作”,是对体育项目的图形化诠释。历届奥运会的体育图标都体现了举办国与举办地独具匠心的创意设计、理念与文化背景。北京冬奥会和冬残奥会体育图标共30个,包括24个北京冬奥会体育图标和6个北京冬残奥会体育图标。图标设计以中国汉字为灵感来源,以篆刻艺术为主要呈现形式,将冬季运动元素与中国传统文化巧妙结合,既展现出

冬季运动挑战自我、追求卓越的特点,也凝聚了中国传统文化的厚重与精深,彰显了北京冬奥会和冬残奥会的理念和愿景,又一次为奥林匹克运动贡献了“中国文化符号”。图标以霞光红为底色,寓意着日出东方,代表着热情和希望,也为在春节期间举行的北京冬奥会烘托出喜庆气氛。

据了解,体育图标的设计历时约半年,北京冬奥组委组成了专门的设计团队,经过反复研讨、修改、创意,并征求了各国国际单项体育联合会的修改建议,最终定稿。国际奥委会、国际残奥委会、各国国际单项体育联合会均对北京冬奥会、冬残奥会体育图标给予了

高度评价。中央美术学院设计学院副院长、北京冬奥组委文化活动策划部形象景观艺术总监、体育图标设计团队主创设计师林存真介绍,此次发布的体育图标和2008年北京奥运会会徽“中国印”的设计理念遥相呼应。两者均为印章风格,都选择了篆刻形式,既是北京这座“双奥之城”留给世界独特的文化印记,也体现了奥林匹克运动的文化传承。

体育图标发布后,将广泛应用于北京冬奥会和冬残奥会赛事景观、指示系统、门票以及电视转播、新闻宣传、市场开发等多个领域。

冬奥村筹备进入冲刺阶段

本报北京1月4日电(记者王亮)日前,北京冬奥组委召开冬奥村(冬残奥村)餐饮服务、住宿运行工作座谈会,回顾总结了前一阶段工作,部署了冲刺阶段任务。

北京冬奥组委副主席杨树安对冬奥村部取得的工作成效和阶段性成果给予肯定,希望各有关单位增强责任感、使命感、紧迫感,扎扎实实做好筹办工作,实现“如期办赛、安全办赛、合力办赛、简化办赛、精彩办赛”。

北京冬奥组委奥运村部部长沈千帆介绍了北京、延庆和张家口3个冬奥村(冬残奥村)整体筹备情况。

北京冬奥组委奥运村部2020年4月成立后,如期完成了里程碑任务;顺利推动运行管理工作,组建3个冬奥村运行团队,完成场馆运行计划、代表团团长手册和相关政策程序编制,规范运行风险清单与应急预案,深化编制场馆设施手册;加强与残奥会部日常工作对接,协调推动冬残奥村无障碍设施建设。

北京冬奥组委下一步将以建设好、运行好冬奥村为目标,以冬奥里程碑任务为指导,一步一个脚印推进冬奥村建设,加强与国际奥委会工作沟通和业务交流,持续优化运行管理,细化完善餐饮和住宿服务,推动落实后勤保障。

走向冬奥