

核心阅读

社区里就有运动场、在家门口就能参加体育比赛、沿着健身绿道便能将滇池美景尽收眼底……近年来,云南昆明不断完善全民健身公共服务体系。“15分钟健身圈”逐步建成,把“健身房”建在市民身边;与此同时,种类繁多、丰富多彩的健身活动、体育赛事也为群众健身提供更多选项,激发了人们的运动热情。在昆明,参与体育活动成为越来越多人的生活方式。

家住云南省昆明市映华社区的杜建平,虽然年逾七旬,挥起球拍依然虎虎生风。凭借出色的球技,他当上了社区乒乓球队的队长。

“虽然是业余球队,但高手不少,其他社区的人也抢着加入。”一番挑选,五六十号队员的球队初见规模,每晚都聚在社区球场里练球。球队红火,老杜喜笑颜开:“多亏了社区建的场地、买的球桌!”

逐步完善“15分钟健身圈”,解决场地难题

“要有地。”“还要财力支持。”说到健身场地建设,昆明市官渡区教体局体育科科长周江和映华社区党总支书记李达一人一句。

按当地规定,建设健身场地有补贴。但每次省里划指标,周江都想了又想、算了又算,“卡脖子”的问题是土地跟不上。“新小区基本都规划了健身用地,公共空间和老旧小区可没那么容易。”周江介绍,老城区格局基本固定,想找一块合适的建设用地挺难。

“首先要有大块空地。”周江说,标准篮球场占地600平方米,接近一亩;足球场更大,占地12亩。即便有了适合的空地,受限于土地产权等因素,能谈下来的不多。

球场用地难找,铺设健身路径也并非易事。一件体育器材需要5平方米空地,一条健身路径至少得安装16套器材。为了保证稳定性和安全性,体育器材的固定支杆打入地下的深度要达到60—80厘米。“要是空地下面有商场和停车场,根本不能装。”周江直言,铺设健身路径不容出错,前期场地查验必须仔细到位。

为了找地,周江总是随身揣着卷尺,“一个点位一个点位地看。”人手不够,就发动各社区工作人员,帮忙盘点闲置老旧厂房和各种闲置土地。

周江攥着钱找不着地,李达守着公园场地筹不到钱。

“那时候周围没有围挡,这些角落里堆满垃圾。”指着公园里的凉亭,李达回忆,“有时大风卷着垃圾,居民散步都绕着走。”舍不得地荒着,李达想,是不是可以建一个供居民健身的场地?卫生清理可以发动社区工作人员和志愿者参与,可是场地改造的钱从哪里来?李达带着规划和需求,一层一层跑、一点一点筹。

周江得知映华社区的需求后,为他们争取到10万元财政补贴,随后各部门的资金也相继到位。终于,崭新的篮球场建起来了,有企业向社区捐赠了新的乒乓球桌。就这样,一个可供居民休闲健身的体育公园建成了。

“早上7点到晚上10点,全是人。尤其篮球场,装了3个篮筐还不够用。”李达说,“下一步就是接通水电、规范管理。那时候,肯定比现在还漂亮。”

球场跑道、绿地公园,逐步建设起来的“15分钟健身圈”,让昆明市民有了休闲健身的好去处。近年来,昆明不断完善全民健身公共服务体系,据统计,昆明市现有体育场地1.76万个,人均体育场地面积超过2.4平方米,行政村(社区)体育场地覆盖率100%。

滇池绿道串起城市人文与自然风光,提供便捷服务

作为闻名遐迩的“高原明珠”,滇池一直令人向往。“以前游览滇池时,只能围着周边一圈窄窄堤坝,深一脚浅一脚地走。”官渡区城市管理局工作人员尚同伟回忆。如今,一条崭新的健身绿道在林中蜿蜒,走在绿道上,人们对滇池美景有了更深体会。

滇池绿道工程于2021年启动,规划长度137公里。走在10米宽的健身步道上,官渡区住建局工作人员陈鹏难掩兴奋:“我每周都带孩子来这里走一走。绿道建好了,既能保护生态,又能让大家健身观景。”

“以前跑步,要么山里跑,要么公园转。线路难规划不说,四周景色也比较单一。”汪明明在官渡区自然资源局执法大队工作,也是昆明力峰跑团的一名跑友。每周末清晨,他会和团友准时相聚滇池绿道,或是跑上三五公里,或是跑完绿道的环草海段——刚好一个半程马拉松的距离。“绿道平整安全,一步一景,感觉特别棒!”汪明明感叹,“散步、骑行、跑步、放风筝,还不到9点,绿道就能聚集一圈人。”

在这里,跑道与骑行道分开设置,沿途还设有服务台。一条健身绿道,不仅风景令人赏心悦目,也为健身者提供了便捷的服务。

除了自己常跑的环草海段,汪明明还心心念念滇池绿道的其他路段,“跑步健身,美景也得看,我计划跑遍滇池绿道!”

建设一条让群众满意的健身绿道,前期规划非常重要,除了生态功能、游人赏趣,还得考虑路段情况、健身空间,因地制宜设计方案。负责滇池绿道“宝象河东侧路一环湖东路”段设计工作的田曼琳认为,绿道为群众提供了更高质量和更安全的健身环境,环绕滇池的绿道,串联了城市人文与自然美景,也连接了全民健身和生态保护。

不断满足群众健身需求,激发运动热情

一根铁柱,一块木板,再加上坑洼不平的硬沙地,曾经就是五华区西翥街道广口社区界牌村民小组的篮球场。即便“球落地后不一定弹到哪里”,村里人依然喜欢打篮球。对这个城郊社区来说,篮球场不仅是村里最大的活动场地,也承载着人们的美好回忆。

如今,依托政府补助,界牌小组建成了标准篮球场。群众打球体验更好了,运动热情更高了,尤其到了春节,村民分组比拼球技,一场场乡村篮球赛成为十里八乡的好风景。

“要不是亲眼所见,很难想象我们这儿的篮球氛围有多好!”五华区教体局群众体育科科长王文琦说。仅西翥街道,11个社区小组就建了57块篮球场,能组织起20多支

一线调研

近年来,云南昆明不断完善全民健身公共服务体系

让体育更好融入生活

本报记者 杨文明

大力发展群众体育赛事,吸引各方参与

太空漫步机、扭腰器、蹬力器……仅用几个群众最熟悉的室外健身器材,五华区华山街道办起了一场上百人的体育比赛,街坊邻居热情参与。

近年来,不少社区积极举行趣味跑、健身操等体育活动,鼓励、引导不同年龄段的人群参与锻炼、科学健身。“对场地的要求不高,组织形式灵活多样,举行休闲健身活动,重在吸引大家广泛参与。”王文琦说。

除了休闲健身活动,如何满足爱好者对专业竞赛活动的需求?近年来,昆明市广泛发动社会力量,借助他们在场地运营管理、赛事组织等方面的专业力量,带动群众体育赛事蓬勃开展。

组织一场足球比赛,两支队伍的的主力队员再加上替补,大约要有30人参与。去哪儿找默契的队友?去哪儿找合适的对手?“踢球挑场地,也挑对手,最好能匹配两支实力相当的队伍。”昆明快乐足球联盟负责人邓云涛在昆明组织业余球赛颇有名气。十几年来,邓云涛积累了400多支球队的资源。一到周末,很多球队都找他安排赛事。踢得多了,不少球友结下了深厚情谊。

有些运动场馆收益不佳。在邓云涛看来,想要提高场地运营效益和利用效率,最佳方式还是办赛,只有聚人气、增收益,运动场馆才能良性运营,在盘活场馆设施资源的同时,也为全民健身事业发展增添活力。

近年来,昆明通过不断创新户外健身运动形式,努力激发体育市场活力,提升居民参与的积极性。当音乐节、民族舞蹈表演、美食市集等年轻人喜闻乐见的活动形式,遇上风筝、山地自行车、钓鱼等项目,碰撞出观赏与参与、拓展与尝试的火花。

“15分钟健身圈”逐步建成,把“健身房”建在市民身边;与此同时,种类繁多、丰富多彩的健身活动、体育赛事也为群众健身提供更多选项,激发了人们的运动热情。在昆明,参与体育活动成为越来越多人的生活方式。



图①:市民在五华区的翠湖健身步道跑步。

图②:呈贡区的皮划艇成为当地全民健身的特色项目。

图③:学校体育活动丰富了校园生活。

以上图片均为徐俊摄(人民视觉)

本系统筹:唐天奕 版式设计:张丹峰



体坛观澜

用好专业力量 办好品牌赛事

刘军国

浙江临海充分利用专业力量促进办赛质量稳步提升,可为其他地区办好品牌赛事提供借鉴

日前,2023中国·临海崇古唐唐括苍山地越野赛在浙江省临海市举办,线上线下热度持续攀升。

这项始于2015年的赛事,用8年时间一跃成为国内专业山地越野赛里参赛人数最多、专业级别最高、影响力最大的赛事之一,吸引了来自30多个国家和地区的选手参赛。

越野跑比赛办赛不易。临海,只是浙江省台州市的一座县级市,为什么能举办这样的赛事,而且办出了名堂?究其原因,利用优势资源、用好专业力量是办赛成功的主要因素。

户外运动的兴起,既得益于经济社会发展的成果,也得益于人民群众对美好生活的不断追求。今年10月,国家发展改革委等五部门联合印发《促进户外运动设施建设与服务提升行动方案(2023—2025年)》,提出以户外运动高质量发展为主题,不断满足人民群众对户外运动提质增效的新期待,把户外运动打造成为全民健身的优势产业。

临海因其“七山一水二分田”的地貌特征,在发展户外运动上具备便利的自然条件。为利用好这一优势,近年来,临海市政府因势利导,举办户外运动与城市发展大会,邀请国内专家学者共同研讨户外运动、品牌赛事与城市发展高品质融合的多元路径。

办好一项品牌赛事,用好专业力量是关键。20年前,一群热爱户外运动的临海人,每年自发举办长距离越野活动,在峰峦叠嶂、丛林山野之间踏出一条越野路径。后来,这条路发展为崇古唐唐括苍山地越野赛的赛道,这些人也以赛事志愿者身份成为支撑赛事运行的重要保障力量。在今天的比赛中,就有近1700人的志愿者倾情投入,从清理路障到运送补给物资,从勘测线路再到救援演练,随处可见专业志愿者的身影。

近年来,越来越多的临海市民也自发参与到赛事组织中。赛道沿线,悠扬的音乐、充足的补给、热情的加油声,化作参赛选手的动力,现场氛围特别热烈。

这项山地越野赛的成功,充分说明临海这样的县级市也可以办出有影响的品牌赛事。浙江临海充分利用专业力量促进办赛质量稳步提升,可为其他地区办好品牌赛事提供借鉴。

国际举联卡塔尔大奖赛

梁小梅创两项世界纪录包揽三金

本报北京12月13日电(记者李硕)当地时间12日,在2023年国际举联卡塔尔大奖赛女子举重81公斤级比赛中,中国选手梁小梅以抓举123公斤、挺举161公斤和总成绩284公斤包揽3枚金牌,她的挺举和总成绩都创造了新的世界纪录。

在女子81公斤级比赛中,中国队派出梁小梅和东京奥运会冠军汪周雨。在抓举比赛中,梁小梅试举115公斤、120公斤和123公斤全部成功,获得金牌。汪周雨以120公斤开把成功,但随后两次冲击125公斤失利,获得银牌。

挺举比赛,汪周雨开把成功举起148公斤,但随后试举155公斤和160公斤失利,获得挺举铜牌和总成绩银牌。梁小梅开把150公斤成功后,第二次试举直接挑战161公斤成功,创造了新的挺举和总成绩世界纪录并包揽三金,随后她放弃了第三把试举。

国际象棋甲级联赛总决赛

深圳鹏城队首次夺得冠军

本报北京12月13日电(记者郑轶)2023年中国国际象棋甲级联赛总决赛12日在河北雄安新区结束。深圳鹏城队凭借快棋加赛中的出色表现,首次夺得联赛冠军。杭州银行队、重庆体彩队分别获得亚军和季军。

本赛季总决赛共有12支队伍参加,预赛成绩前8名争夺冠军,后4名争取保级。经过两个阶段的淘汰赛和半决赛,深圳鹏城队和杭州银行队晋级决赛。冠军争夺战共进行4轮慢棋较量,第一轮,双方打平;第二轮,杭州银行队凭借白金石和翟墨的胜利,暂时领先;第三轮,宋宇新拿到关键一分,帮助深圳鹏城队扳回一城;第四轮,双方再次打成平手。

快棋加赛中,深圳鹏城队派王皓出战,杭州银行队遣马群上场。首盘比赛,王皓取得胜利。第二盘,马群执白发动反击,关键时刻,马群稍一犹豫,超时落败。至此,王皓直落两盘获胜,帮助深圳鹏城队首次夺得联赛冠军。

山东泰山队晋级亚冠淘汰赛

本报北京12月13日电(记者陈晨曦)2023—2024赛季亚冠联赛小组赛G组第六轮比赛13日在日本横滨进行,山东泰山队以0:3负于横滨水手队。至此,中超球队本赛季亚冠小组赛的征程全部结束,山东泰山队以成绩较好的小组第二名晋级淘汰赛阶段比赛,武汉三镇队和浙江队止步于小组赛。

在小组赛最后一轮比赛前,山东泰山队以4胜1负的成绩位居小组第一,但由于外援莫伊塞斯和费莱尼的合同已到期,球队实力有所削弱。面对只有获胜才能掌握出线主动权的横滨水手队,山东泰山队并不保守,在射门、角球等数据上不落风,但半场结束前横滨水手队破门取得领先,改变了比赛的走势。虽然以3球落败,山东泰山队仍以成绩较好的小组第二名晋级,这也是球队自2019年之后再次晋级亚冠淘汰赛阶段比赛。

浙江队在12月11日以1:1客场战平墨尔本城队,小组赛6轮,2胜1平3负积7分,最终位列小组第三。武汉三镇队作为2022赛季中超冠军,直接获得了本赛季亚冠联赛参赛资格,球队以1胜2平3负积5分的成绩排名小组第三。