关注全民健身：动起来 体育更精彩

刘 峣 任 航 董建鹏 朱丽莎 丛一婷

这是一个属于体育的夏天：巴西世界杯的余温尚未褪去，南京青奥会又将带来体育的盛宴。而8月8日的“全民健身日”，无疑给了人们一个从看电视享受体育到动起来体验体育的机会。

今年的以“全民健身促健康 同心共筑中国梦”为主题的“全民健身日”刚刚过去，从丰富的主题活动到群众体育数据发布，这一天成为透视中国群众体育发展的窗口。

校园足球盼普及

8日上午，北京工人体育场热闹非凡。健身操、跳绳、拔河、花式毽球……炎热的天气没有阻挡市民们运动的热情——“全民健身日”主题活动暨“谁是球王”中国足球民间争霸赛启动仪式在此进行。

来自陕西志丹县和河南临颍县的足球小将们正同荷兰传奇门将范德萨、知名主持人毕福剑进行激烈的点球大战，别看小球员年纪不大，却已踢得像模像样。

对足球的坚持和普及，让志丹和临颍成为中国“草根足球”的代表，而此次足球民间争霸赛也不乏年轻的身影。除社会组之外，比赛专门设置了12岁以下的娃娃组和15岁以下的青少年组，希望以此体现足球对青少年健康成长的重要价值。

“足球应该先普及，基础打实了才能够去挖掘有天赋的球员。”国家体育总局副局长、中国足协主席蔡振华对本报表示，从2009年开始，校园足球的发展已带动270万名学生踢足球。

近日，教育部部长袁贵仁提出，将提高小学、高中体育课节数，并利用3年时间将定点学校扩大为2万所，建立小学—初中—高中—大学四级联赛体系，这让外界对于校园足球的发展有了更多的期待。

蓝图已绘就，但场地和教练的缺乏、学校和家长的态度等问题仍是制约校园足球的瓶颈。蔡振华认为，校园足球的发展和普及离不开多部门的协力配合，还需要从法律到环境上建立起成熟的足球环境。

8月8日，小朋友在“全民健身日”活动中进行足球训练展示。 新华社记者 公 磊摄

多项难题仍待解

校园足球的待解难题只是中国群众体育所面临问题的一个缩影，数据显示，健身锻炼还未成为国民生活中的“必需品”。

近期发布的《中国群众体育发展报告（2014）》显示，过去一年中，29-69岁人群中有49.2%的人参加过体育锻炼，而经常参加的人数为32.7%。其中，“工作忙、家务忙无时间”是影响参加体育健身活动的主要障碍。

“时间完全可以挤出来，其实这反映出很多人健身意识不强，还没把它看做等同于衣食住行的生活要素。”国家体育总局群体司司长刘国永说。

年轻人的锻炼和健康状况也不容乐观。国家体育总局的调研结果显示，超过四成的中小学不能达到《全民健身计划》提出的“确保学生每天锻炼1小时”的要求；教育部的数据显示，中国大学生体质健康下滑趋势依然没有得到遏制，很多指标甚至比不上中学生。

本报调查各地高校发现，一些高校由于太过重视竞技体育的成绩，不重视群众体育，体育运动达不到全覆盖，而场地不足、保障不得力也是阻碍体育活动开展的一大“软肋”。

公益惠民常态化

在北京朝阳区工作的小赵8日下午来到了位于奥体中心的英东游泳馆，却发现当天可以免费游泳。“如果有更多这样免费开放的机会就好了”。

“全民健身日”当天，北京有40家公共体育设施和50家其他体育场馆承诺在一定时段内向公众免费开放。而在其他地市，这样的“福利”也不少，广州45个公共体育场馆免费开放，济南在省体育中心新设免费毽球场和羽毛球场，供市民娱乐健身。

如何让体育公益惠民和志愿服务常态化？对于“全民健身日”乃至整个群众体育的发展而言，这是一个更高的命题。

数据显示，群众对健身场地设施的需求依然较大，6.7%的调查者认为“缺乏场地设施”是影响健身的障碍。《全民健身计划》提出，到2015年，全国各类体育场地要达到120万个以上，人均体育场地面积达到1.5平方米以上。刘国永表示，国家将陆续出台相关措施，同时也要动员企业等社会力量参与建设。

蔡振华说：“全民健身日不只在这一天，关键是让更多人参与进来，享受运动带来的健康和快乐。”参与锻炼、享受乐趣，这是群众体育的初衷，也逐渐开始成为不少人主动的选择。与此同时，全民健身也是一个系统性的工程，需要通过活动、场地等投入将全民健身活动常态化，养成公众的健身习惯。

8月8日，陕西省宁强县83岁的太极老师李荣楹在该县羌族文化健身广场练拳授徒。 （人民视线）

太极让你亲近大自然

红 深

从涪陵城区到武陵山上，虽然只有60公里，却需沿着盘山路驱车两个多小时，时间有点长。这是我到武陵山参加太极水杯重庆武陵山太极文化节暨太极拳交流大会的第一个感受，同行的几个媒体朋友似乎也有这样的想法。

但到了山上，参加了开幕式，看到了与大自然融为一体的太极拳表演，看到太极拳行家以及太极拳爱好者，在风景如画的国家森林公园里交流切磋的兴奋和舒畅，我知道太极拳在这里找到了让人好好领略的处所。

在烈日炎炎的火炉重庆，那几天的酷热让人很难受。但在森林遮天蔽日的武陵山上，气温只有20摄氏度左右，晚上睡觉还要盖被子。空气清新湿润，呼吸之时让你清凉舒爽——所以，这里被称为重庆的“绿肺”、避暑天堂。

在这样的环境里进行太极拳的切磋和比赛，得到的感悟与收益是完全不同的。看到来自80多家团体的2000多名太极拳爱好者在森林公园的大草坪上认真比赛，远离都市的你，会觉得他们在领悟太极的真谛。

这些天，正值中国第6个“全民健身日”。本次由《中华武术》杂志社和重庆市涪陵区体育局主办、太极集团承办的太极拳活动，也是众多全民健身活动之一。如今，大众的全民健身意识增强、热情高涨、参与积极，这就特别需要相关部门的服务和引导、相关专家的点播和指引，提供相当的环境、场地、设施，让人们科学锻炼、享受运动、纵情山水。

让全民健身更加亲近大自然，是这次武陵山太极文化节的一个好思路。他们的宗旨就是“发展武术事业，促进全民健身；弘扬民族文化、丰富民众生活”。我们的祖先在认识宇宙万象、阴阳变数、对立统一、相生相克、有无互通、天人合一中，归纳出太极文化的辩证妙处。很多体育活动和户外运动，都让我们感受到，只有更加亲近大自然，才能悟到比体育运动更多的东西。

在武陵山顶的云湖边上，我第一次见识了立体的太极圆。原来我仅仅从平面单向地看太极图，一个被两个小圆的曲线平分，成为一种你中有我、我中有你、白中有黑、黑中有白的奇妙格局。其实，如果黑白两块长圆弧面的宽度刚好是大球的一半，像网球的两片皮面一样吻合，将形成一个更加变幻无穷的太极球。

从不同的角度去理解太极都是可以的，都会让你感觉意味无穷。当我初次发现和领略这样的变化之时，正处在武陵山的山水森林之中。

体坛走笔

北京奥林匹克公园 遭遇“成长的烦恼”

本报记者 罗 俊

北京奥运会后，每年8月8日，北京奥林匹克公园都会成为“舆论的主角”。6年时间里，北京奥林匹克公园快速转型，区域人气不减反增，大量文化体育活动在此集聚。如今，人们已经不再探究鸟巢、水立方的赛后利用，也不再质疑奥林匹克公园的发展。然而，伴随着成长，一些不和谐的“烦恼”也随之而来。

奥运场馆的赛后利用是世界性难题，历史上多数奥运会的主办城市在圣火熄灭后，都不得不面对接踵而来的“后奥运”难题，不得不面对场馆萧条、杂草丛生、无人管理的窘境。

为了避免这种情况，北京奥林匹克公园管委会于2008年11月1日正式成立，负责组织协调区属各单位开展区域内社会秩序、市政基础设施、城市绿化、市容和环境卫生等工作，实施标准化的城市管理。

截至今年5月，奥林匹克公园园区已累计举办大型活动近4700场。其中，文化类活动近1800场次；国际性品牌活动以倍数增长，2013年达到100余场。可以说，北京很好地破解了世界性难题。

然而，在保持高人气的同时，园区也承受着由于地域广、免费开放等原因而造成的“游商扎堆管理难”、“保洁工人工作压力日益加大”等烦恼。

据介绍，园区内城管虽然一日多次巡回检查，但兜售旅游纪念品的游商依然不少。这些游商不服从城管管理，频频与游客发生冲突，言语威胁、动手打人等事件时有发生。

北京奥林匹克公园区域面积达11.59平方公里，其管辖范围是天安门广场地区的10倍，而单兵执法面积是天安门地区的60倍。在场馆集中的核心区域，采用封闭式管理，共设有7个安检口，但由于人力物力的投入不足，管理难度加大。

除此之外，园区的公共环境设施以及绿化环境也遭到不同程度的破坏。一些不文明游客随手丢弃垃圾、践踏绿化草坪，园内雕塑和直饮水龙头均遭“不测”。而在鸟巢举行的演唱会等大型活动，常常留下观众丢弃的满场垃圾。

经过6年的发展，北京奥林匹克公园仍有其厚积薄发的后发优势，但要保持“国际大型活动聚集地”的定位以及5A级旅游景区的服务管理水平，并发挥“全民健身基地”的作用，无疑对园区的管理服务提出了更高的要求。

青奥会来啦

第二届青年奥林匹克运动会明日在南京开幕

NANJING 2014 YOUTH OLYMPIC GAMES

开幕

青奥会开幕式将于8月16日晚8时在南京奥体中心举行。其中，由河南少林塔沟武校学院表演的《筑梦》，是在彩排中最叫好的节目，值得关注。届时，中国国家主席习近平及布隆迪、马尔代夫、黑山、新加坡等多国政要将出席开幕式。

奖牌

青奥奖牌的设计外形像一只抽象的鸽子在飞翔，正面是一条条跑道、金银铜领奖台以及青奥会元素，背面是南京的城墙、梅花、云锦、民居等元素，体现了青奥会理念和南京城市的特征。

观赛

本届青奥会共有28个大项、222个小项的比赛，其中设置了包括乒乓球混合国际团体接力赛、田径8×100米混合国际团体接力在内的15个大项、17个小项的混合团体赛。青奥会的第一枚金牌将于17日上午在女子铁人三项赛场产生。

95后

原则上，在1996年1月1日至1999年12月31日出生的运动员有资格参加本届青奥会，青奥会将成为“95后”年轻才俊展示自我的舞台，成为他们迈向成功的阶梯。

（刘 峣整理）

两岸健儿明接力横渡台湾海峡

据新华社福州8月14日电（记者**许雪毅**）16日，“中国横渡第一人”张健将率队携手台湾游泳健儿以接力方式，从台湾新竹横渡至福建平潭。如果成功，这将是人类历史上首次横渡台湾海峡活动。

本次横渡活动的起点在台湾新竹南寮渔港海滩，终点为福建省平潭综合实验区龙凤头海域海滩，全程直线距离约140公里，实际横渡距离约250公里。

此次，大陆和台湾分别派出6名队员和1名替补队员，共计14人参加挑战、12人实际横渡，预计用时72至80小时。挑战者中，最年长的是张健，已经50岁，最年轻的是台湾的黄俊铭，16岁。

百里沂河水上运动挑战赛将举行

本报电 继连续两年成功举办中国最艰苦水上极限挑战赛后，“2014第三届中国（临沂·河东）百里沂河水上运动挑战赛”将于今年8月23日至24日再次在山东临沂举行。相比较于前两届比赛，本届赛事在路线和项目设置上更为合理，汇聚“皮划艇”、“漂流艇”、“划龙舟”、“扎筏泅渡”、“划铁船”、“游泳横渡”、“负重运船”、“沙滩脚蹼竞速”等10项水上技能比拼，是中国目前最具挑战性的、最艰苦的长距离水上极限挑战赛事。预计届时将有来自国内外顶级的专业选手，以及公开招募的水上运动爱好者近千人参加本次比赛。 （罗 业）

广告处 电话 65369288 传真：（8610）65003109 总编室 65369316 经营部门 65369405 发行部 65369319 零售周一至周四1元/份 周五1.5元/份 周六1元/份 国内定价全年280.80元 国内统一刊号：CN11-0066 广告许可证：京朝工商广字0153号