《全民健身计划（2016–2020年）》发布

4年后，4.35亿人常锻炼

本报记者 卢泽华

日前，国务院印发《全民健身计划（2016–2020年）》（以下简称《计划》），就“十三五”时期深化体育改革、发展群众体育、倡导全民健身新时尚、推进健康中国建设作出了部署。6月23日，国新办召开新闻发布会，国家体育总局局长刘鹏在发布会上介绍了《计划》有关情况。他表示，要使《计划》更好落到实处，需全社会共同努力，形成党委领导、政府主导、社会协同、公众参与、法治保障的社会治理体系。

《计划》明确，到2020年，群众体育健身意识普遍增强，参加体育锻炼的人数明显增加，每周参加1次及以上体育锻炼的人数达到7亿，经常参加体育锻炼的人数达到4.35亿。全民健身的教育、经济和社会等功能充分发挥，与各项社会事业互促发展的局面基本形成，体育消费总规模达到1.5万亿元，全民健身成为促进体育产业发展、拉动内需和形成新的经济增长点的动力源。

全民健身成绩显著

据介绍，“十二五”以来特别是党的十八大以来，在党中央、国务院的高度重视下，我国全民健身事业取得显著成绩，经常参加体育锻炼的人数比例明显增加。发布会上，刘鹏提供了这样一组数据：2007年，我国经常参加体育锻炼的人口比例是28.2%，而在2014年的全国普查中，这个数据上升到33.9%。

“7年时间提高了5.7个百分点，能有这么大幅度的提高，和大家理念的提升，政府的重视，群众的热情密切相关，其中也离不开全民健身的科学指导。我们越来越感觉科学指导在全民健身当中的作用越来越重要。”刘鹏表示。

《计划》提出7大任务

《计划》提出了7个方面的主要任务，包括弘扬体育文化，促进人的全面发展；开展全民健身活动，提供丰富多彩的活动供给；推进体育社会组织改革，激发全民健身活力；统筹建设全民健身场地设施，方便群众就近就便健身；发挥全民健身多元功能，形成服务大局、互促共进的发展格局；拓展国际大众体育交流，引领全民健身开放发展；强化全民健身发展重点，着力做好基本公共体育服务均等化和重点人群、项目发展等。《计划》还围绕目标任务的完成，从体制机制创新、加大资金投入、评价激励方式、科技创新引领、人才队伍培养等方面提出了保障措施。

据介绍，《计划》共分为5个部分，即前言、总体要求、主要任务、保障措施、组织实施。其中，主要任务中主要解决“干什么”的问题。同时，《计划》还从体制机制创新、加大资金投入等7个方面提出了保障措施。

刘鹏表示，国家体育总局在代国务院起草《计划》的过程中，坚持开门写《计划》和联动写《计划》。

为了更好地贯彻落实《计划》，国家体育总局还将陆续制定印发《中央、国务院相关部委落实〈全民健身计划（2016–2020年）〉职责分工》、《群众冬季运动推广普及计划》和《青少年体育振兴规划》等配套政策文件。

构建体系落到实处

《计划》制定之后该如何落实到位，让全民共享全民健身成果？

《计划》要求，各地要加强对全民健身事业的组织领导，建立完善实施全民健身计划的组织领导协调机制，要把全民健身公共服务体系建设摆在重要位置，纳入当地国民经济和社会发展规划及基本公共服务发展规划，把相关重点工作纳入政府年度民生实事加以推进和考核。县级以上地方人民政府要制定本地《全民健身实施计划（2016—2020年）》，做好任务分工和监督检查，并在2020年对计划实施情况进行全面评估。

刘鹏特别强调了3个方面，一是要培育、扶持基层体育社会组织，要更充分地发挥基层体育社会组织在群众中的作用，从而使《计划》的落实更加有保障。二是要引导、调动、鼓励社会力量参与全民健身。刘鹏认为，社会协同是落实《计划》的重要方面，它包括引导、调动各个社会单位，各种企业都投入全民健身。同时，刘鹏还特别提出要探索构建有中国特色的全民健身智库。据介绍，早在2015年1月份，中办、国办就印发了《关于加强中国特色新型智库建设的意见》。

“结合体育工作实际，我们应该在体育，特别是全民健身的智库体系怎么建设上做好文章。我们打算今年启动研制中国特色全民健身智库体系建设方案。”刘鹏表示。

奥林匹克峰会提五点方案 确保里约奥运会公平竞争

据新华社日内瓦6月21日电（记者**张淼**）21日在瑞士洛桑举行的奥林匹克峰会通过宣言，重申强化国际反兴奋剂力度，呼吁采取5点方案确保里约奥运会公平竞争。

峰会一致通过的行动方案首先指出，完全尊重国际田联理事会针对俄罗斯田径项目作出的决定。其次，国际单项体育联合会和各国（地区）奥委会采取一切措施将使用兴奋剂的运动员排除在里约奥运会外。第三，国际单项体育联合会和各国（地区）奥委会不但应对使用禁药的运动员予以惩罚，也应对相关的教练、官员、医生与其他人员予以惩罚。第四，鉴于肯尼亚、俄罗斯和西班牙的国家反兴奋剂组织因不同原因违反了《世界反兴奋剂条例》，峰会考虑到“无罪假定”，对上述国家运动员能否参加奥运会予以认真考虑。

最后，应世界反兴奋剂机构要求全面评估反兴奋剂系统，峰会决定将在2017年召开世界反兴奋剂特别会议，并将在今年10月进一步提出相关提议，其中包括反兴奋剂体系独立于体育机构之外。

欧锦赛小组赛结束

北京时间6月22日，在法国进行的2016年欧洲足球锦标赛小组赛全部结束，16强产生。1/8决赛将于25日晚拉开战幕。在22日的E组比赛中，爱尔兰队以1比0战胜意大利队，获得小组第三出线。

图为爱尔兰队球员（中）与意大利队球员拼抢。 新华社/路透社

控球打法暴露欧足“锋无力”

■ 公子忽

欧洲杯的小组赛已经全部结束。令人有些意外的是，在16强的对阵中，下半区充满了“死亡”的味道——欧洲所有拿过世界杯冠军的球队，西班牙、德国、法国、意大利、英格兰，都在这里。

来到这里的西班牙属于“例外”的那一个。如果不是在小组赛最后一轮1比2负于克罗地亚，原本他们可以进入上半区，避开如此艰苦的赛程。

这场比赛的结果的确冷门：克罗地亚的主力球员莫德里奇、曼朱基奇、科瓦契奇、布罗佐维奇等并未首发，西班牙则是延续了全主力的阵容；同时，西班牙全场控球率达到62%，还罚失了一个点球。

是西班牙的控球打法出了问题吗？

某种意义上说，是的。事实上，首轮一球小胜捷克，西班牙已经暴露出了“无人进球”的问题：全场控球率69%，射门18次，但直到87分钟，才由后卫皮克进球终结比赛。而面对防守有硬度、反击有效率的东欧铁骑，相比于“控制力”，斗牛士们的踢法更多的时候显得力不从心。

西班牙的落败，可以看作是欧洲豪强首轮表现的一个典型缩影。今年欧洲杯的小组赛，强队和弱队间的差距似乎没那么大，要么被逼平，要么是小胜，总进球数并不多，直到第三轮，3球以上的“大球”比赛才陆续出现。

为什么进球难？首要的因素是“欧洲无弱旅”，即便是从未参加过欧洲杯决赛圈的球队，或者是阔别几十年重回大赛舞台的球队，其球员也大多在欧洲主流联赛效力，战术素养很高，防守体系性强，如出线的冰岛、威尔士、北爱尔兰；另一个更重要的因素，是各支队伍中“终结者”的缺乏——数遍24强的名单，真正意义上的强力前锋寥寥无几。

这是一个有趣的现象。如果拿2000年的欧洲杯做对比，英格兰的前锋有希勒、欧文，法国有特雷泽盖、亨利，西班牙有劳尔，葡萄牙有努诺—戈麦斯，荷兰有克鲁伊维特，而以防守见长的意大利则有皮耶罗、因扎吉、维埃里，称得上星光熠熠。

而这也是时代的缩影。以2008年西班牙的崛起为标志，6年间，他们不仅首次登顶世界杯，也创下了卫冕欧洲杯的纪录；他们的核心班底，则是同一时期独步天下的巴塞罗那俱乐部，二者的风格一脉相承：绝对的技术优势、强大的控球能力、一击毙命的杀手锏。

作为现代足球发展的代表，这种控球打法也给球员提出了更高的要求，球队的整体性更强。但这个体系的弱点在于，一旦没有能够终结比赛的前锋，控球的优势就难以转化为胜势。在巴塞罗那，现在的终结者有阿根廷人梅西、乌拉圭人苏亚雷斯、巴西人内马尔，但在西班牙队，当高效的比利亚、托雷斯隐退，后起的前锋们却没有接过衣钵——本届欧洲杯，主力前锋莫拉塔才24岁，而每次替补登场的阿杜里斯，已经35岁，颇有些“军中无大将，廖化充先锋”的味道。

与之类似的是德国。德国的主要班底是拜仁慕尼黑，过去3年间在西班牙教练瓜迪奥拉的调教下，拜仁也打起了控球，并沿用到了德国队；小组赛前两场，在“无锋阵”的打法中，德国固然细腻、控球强大，却始终“不像德国”、进球困难。直到第三场，在中锋戈麦斯出场后，反而激活了中前场所有队员，打出了最酣畅淋漓的一场比赛。

一个不容忽视的现象在于：欧洲现在盛产的，是中场、边路乃至后卫球员，而最优秀的前锋都在南美。如果模糊解释这个现象的话，大约是因为欧洲更注重战术整体，每个球员都像是一个零件，要精确地焊在球队机器上；而南美的开放，则更多赋予了球员以自由，虽然防守不行，但永远不缺乏观赏性。或许本届欧洲杯落幕之后，会有更多足坛人士思考这个问题。

世界足球的发展，就如“合久必分、分久必合”的天下大势一样，也始终是控制与反控制、控球与高效之间的此消彼长，各领风骚三五年，从来不可能是一种打法包打天下。而这，也正是足球最根本的魅力所在。

体坛走笔

桥牌俱乐部女子联赛落幕

本报电（言川） 6月21日，2016年全国桥牌俱乐部女子联赛在海南南山落下帷幕，决赛中北京火车头队战胜上海汽车队，夺得冠军，上海汽车队居亚，南京兆和队获得季军。赛后，国家体育总局棋牌运动管理中心桥牌部主任、中国桥牌协会秘书长郭玉军，海南南山旅游文化开发有限公司总裁关鹏，海南省桥牌协会副秘书长韩华共同为获奖队伍颁奖。

汽车场地越野赛移师山西

本报北京6月22日电（记者**李贞**）中国汽车场地越野锦标赛将于9月4日至8日在山西省昔阳县大寨汽车文化主题公园举行。据悉，这是今年锦标赛的第五站赛事，届时将有全国30多支车队车手驾驶100余辆赛车参加。

本次比赛的赛道由自然地形加人工改造而成，采取同一赛道6车同发的比赛方式。

阿根廷进美洲杯决赛

6月21日，在2016年美洲杯足球赛半决赛中，阿根廷队以4比0战胜美国队，晋级决赛。图为阿根廷队球员梅西（左）在比赛中突破。 宋 穹摄（新华社发）

NBA总决赛骑士队4比3逆转勇士队夺冠

中国球队应向骑士队学些什么？

本报记者 彭训文

NBA（美国男篮职业联赛）的历史和全世界的篮球迷将铭记这一刻：北京时间6月20日，在2015—2016赛季NBA总决赛第7场比赛中，克利夫兰骑士队以93比89击败金州勇士队，夺得历史首冠。此前，骑士队曾以1比3落后，经过顽强拼搏，他们扳平并逆转，这在NBA总决赛历史上还是首次。

在大洋彼岸，众多CBA（中国男子篮球职业联赛）球员和教练也关注着这场总决赛，他们将其作为一次难得的学习机会。那么，对于中国球员、球队和CBA联赛来说，我们该向这场总决赛学些什么呢？

技战术：找到适合自己的最重要

20日的NBA总决赛抢七大战，吸引了国内整个篮球圈的目光，包括将参加4国男篮邀请赛的辽宁药都本溪男篮。辽宁男篮主教练郭士强表示：“不管是骑士队还是勇士队，都打出了很高的水准，对我们来说是一个很好的榜样。两支球队在技战术方面有很多值得我们借鉴的地方，我们回去会好好总结，借以提高自己的水平。”

的确，纵观两队技战术打法，该赛季都表现得十分优秀。经过多年磨炼，勇士队的三分球打法已经运用得十分成熟，并在NBA中引发一些球队的效仿。这种打法主要通过积极跑动来制造投篮机会，任何球员在任何地方有了机会，都可以投篮。这是一种通过快攻打时间差的战术，大多依靠外线球员的手感得分，没有传统意义上的中锋，甚至中锋都能投三分。正是依靠像库里、汤普森这样的顶级射手，上赛季勇士队战胜骑士队获NBA总冠军，并在今年的常规赛中创下73胜的骄人纪录。

而浇灭勇士队“三分雨”的骑士队今年的技战术打法更为丰富，他们不仅拥有詹姆斯、欧文这样具有一对一突破能力的球员，在外线欧文、乐福、史密斯等三分球同样灵光。在距总决赛第7场比赛结束不到1分钟时，正是欧文那记三分球，将勇士队打得措手不及。正如骑士队主帅泰伦·卢在总决赛开始前宣称并一直坚持的那样：“我们需要打出属于自己的比赛。不要打慢节奏，不要放松警惕。我们一定要推进速度，早早靠转换进攻抢下得分，注意出手的合理性。”

骑士队球员詹姆斯（右）在与勇士队的NBA总决赛第七场比赛中投篮。 新华社记者 杨 磊摄

综合来看，骑士队代表了NBA创始以来的传统打法，强调不断接近篮筐，因为他们拥有统治级的球星，他们出色的天赋和杀伤能力是这种打法得以正常运转的有力保证；而勇士队则似乎在创造一种新的潮流，他们拥有默契而且发挥稳定的球员，能打出赏心悦目的配合、随心所欲的投射以及来去如风的速度。

从当今篮坛的技术发展方向看，勇士队采用的“无中锋化”打法已经成为主流。我们希望CBA球队或者中国国家队能够借鉴这种打法，但要量力而为、循序渐进。正在备战里约奥运会的中国男篮主教练宫鲁鸣说，目前只有周琦、易建联和郭艾伦拥有支配球能力，且能在防守端快速轮转。而一支球队要想实践无中锋打法，至少需要5名以上这样的队员。

不过，无论是骑士队的强调篮下，还是勇士队的热衷外线，都强调了一点，即选择适合自己的战术最重要。对于中国篮球来说，何不以防守为主、以守助攻、打好反击？既坚持内线优势不动摇，又通过内线给外线创造出手机会，这样的打法虽然不够“时尚”，但应该颇适合CBA多数球队乃至中国男篮。

精气神：永远别低估一颗总冠军的心

“永远别低估一颗总冠军的心。”在今年总决赛1比3落后勇士队时，詹姆斯曾用这句话来鼓舞离回家钓鱼仅一步之遥的队友，最终，他们完成了NBA历史上第一次总决赛大逆袭。在NBA，这句话很老套，但在关键时刻，总是具有鼓动性。体育比赛尤其是职业比赛更需要这样永不放弃的精神，这也是体育的魅力所在。

骑士队用他们的顽强证明了一个道理：篮球比赛不是1个人而是5个人的比赛。在骑士队里，当家球星詹姆斯也会积极参与到防守中，并一次次将自己置于对方阵营，争抢前场篮板球。乐福曾因脑震荡缺席比赛，但在球队需要他时，他冒着风险主动请缨。经过赛季中期换帅后，泰伦·卢在调整队员关系方面更显老道，球队里各自为战、互相抱怨的情况少了；互相补位、齐心协力的情景多了。这是骑士队逆境翻盘的精神保证。

另一方面，骑士队去年的丢冠，让他们今年更具专注力。正由于此，他们无论面对何种情况都可以保持心理上的强悍。这种痛定思痛后爆发的能量，往往能使一支球队获得突飞猛进的进步。

对于中国球队来说，学习并培养这种精气神同样是在打造一种职业精神。很多情况下，不能说我们没有这种精神，只是没有延续性，时有时无，甚至只会出现在被指责之后，而这，恰恰是一支球队难言伟大的一个原因。

广告处 电话 65369288 传真：（8610）65003109 总编室 65369316 经营部门 65369399 发行部 65369319 零售1.5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