

每天早上五六点,在云禅大道、广成东路等路段,都能看到一排队由数十人组成的行走方队,他们身穿统一的红色体恤、黑色运动裤,领队扛着鲜艳的红旗,随着铿锵有力的音乐节拍,行走在干净整洁的人行道上,引得路人纷纷驻足拍照。

我市全民健身活动开展11年来,一批造型别致、功能齐全的运动场馆遍布城乡,各类国际国内赛事接连不断,群众性健身活动蓬勃开展,全民健身运动练出了汝州人蓬勃向上、拼搏实干的精气神,练出了一个跨越式发展的新汝州。



健步走活动 郭营战 摄



全民篮球赛 宋乐义 摄

汝州

文 / 融媒体中心记者 郭营战 通讯员 赵时康

全民健身练出中国范儿

运动场地覆盖城乡

“左手成杯状,轻握住球,松手的同时,右手持拍向前击球。”8月8日早晨,在市工人文化宫游园,市民马武侠正在指导一名学员拿羽毛球拍姿势。她的南侧,健康驿站圆形的平台上,10余名市民正在练太极拳。不远处的篮球场里,一群人正在打球。

近年来,我市加大力度建设完善体育基础设施,城乡公共体育设施建设步伐明显加快。投资8亿元建设了占地310亩的市体育文化中心,完成新型农民体育工程140个,新建多功能运动场7个,健身路

径30条,健身步道3万余米,自行车慢行道80多公里,登山步道30多公里。围绕打造“15分钟健身圈”,利用城市公园、游园、绿地、广场安装健身器材90余处。争取省资金500万元,政府配套500万元,在朝阳东路万汇城三期以东建设室内全民健身中心,在温泉镇洞山水库旁,建设国家级运动员训练康复疗养基地,目前均已完成选址、规划、论证、征地等前期工作。为解决城区健身设施不均衡问题,在人才小区荟萃苑旁规划建设市老年体育公园。目前我市

共有各类体育场地2048个,人均体育场地面积达1.85平方米。

构建全民健身服务体系。在市、乡体育组织不断完善的基础上,实现全市行政村体育健身站点全覆盖。大力推进协会组织建设。全市共有单项体育协会54个,俱乐部32个,经营性培训机构179个,以及遍布城乡的晨晚健身站点655个,形成了覆盖城乡的全民健身体育组织网络,全民参与体育运动的热情高涨。

大小赛事层出不穷

“参加这项活动,不仅体现了市体育局对全民健身运动的大力支持,还展示了我市健步走运动协会的精神面貌,更利于全市形成支持健走、崇尚体育的大好局面。队员们意犹未尽,表示要把健步走这项运动坚持下去。”汝州市健步走运动协会会长随关胜,至今回忆起2018年10月参加全国徒步大会嵩山站比赛并获奖的情形,仍然难抑内心的激动。

我市出台专门的全民健身运动奖励办法,各乡镇(街道)利用“全民健身月”“全民健身日”和元旦、春节等重大节庆,开展富有本地民俗和传统体育文化特色的健身活动。领导干部带头,坚持开展科级干部健步走、登山、乒乓球、自行车等系列活动。老年人运动会、农民运动会、汝州市杏花节、温泉古镇庙会体育系列活动、汝州市万村乡农民篮球选拔赛、文

明单位篮球赛、夏季篮球联赛、冬季全民大家跑、汝州市老年门球值班赛、健身气功站点联赛、新春武术擂台赛等各类赛事活动不断。常态化的广场健身操舞、健身秧歌、柔力球、风筝、乒乓球等比赛,已成为各乡、镇(街道)的“自选动作”。年参与群众40余万人次,形成了“一乡一特色,一村一亮点”的群众体育运动格局。

我市坚持“政府牵头、企业参与、协会融资、专业机构承办”的原则,积极吸引社会资金举办各类大型赛事活动。2017年以来,我市先后举办了四国男篮邀请赛、中美男篮对抗赛、“江山杯”NBL篮球邀请赛、全国女子围棋甲级联赛、CUBA全国大学生男篮邀请赛、“帅旗”杯中外乒乓球邀请赛等大型赛事,承办了河南省品牌赛事“环中原”自行车公开赛、全省健身气功站点总决

赛、全省广场舞健身操舞总决赛、全省速度轮滑比赛、全省“公仆杯”乒乓球赛、全省青少年围棋锦标赛、省体质测试赛、“中原论剑”功夫邀请赛等重大赛事,场面火爆,全城互动。

2018年,我市第六届运动会历时42天,来自全市各单位、各行业的113支代表队5389人次、314名技术人员参加了11个大项的角逐。

今年5月11日上午,2019年河南省全民健身活动月启动仪式在我市体育文化中心开幕。来自全市21个乡镇(街道)及市直机关的8052名健身爱好者参与活动。同时,来自全市近20个体育协会、健身站点的2000多名参演人员进行了武术、健身气功、广场舞健身操舞、瑜伽、抖空竹、柔力球等群众喜闻乐见的健身项目展演。

全民健身影响放大

全民健身运动的蓬勃开展,也带动了市社会体育指导员队伍的建设。2018年我市举办了5期国家社会体育指导员培训班,发展各级社会体育指导员417人。举办了2期继续教育培训班,对各县、镇(街道)选拔出来的119名优秀社会体育指导员进行广播体操技能和知识培训。同时组织大规模的社会体育指导员交流、展示活动2次,开展社会体育指导员走基层送健康

志愿服务活动43次,为全市社会体育指导员提供了展示平台,提高社会体育指导员的技能水平,发挥了示范引领作用。

“我们投资30多万元,建设了汝州市国民体质监测中心和乡镇国民体质监测站点,建立和完善我市国民体质监测数据库,2018年共为4000余人进行了体质测试。体质测试表明,我市国民体质明显提升。”市教体

局(体育)局长高尚杰在谈到全民健身活动带来的国民体质的提升时,自豪地说。

全国武术之乡、全国群众体育先进单位、全国体育先进县……这些国家级荣誉,不仅展示了汝州人良好的体育健身运动风貌,也激励着更多的汝州人练好身体、努力工作,在建设山水宜居绿城的道路上跨步前进。



公共自行车引领骑行新风尚(资料图)



全民健身武术展示活动(资料图)



参加2019年全民健身日的表演方队 张亚萍 摄



2019年全民健身日活动中的老年舞蹈队 张亚萍 摄