

商州:推动全民健身 打造体育之城

本报通讯员 姜 县

近年来,商州区认真贯彻落实全民健身和健康中国战略,聚焦商洛市委、市政府打造“国际排球名城 中国赛事名城”目标,坚持“以赛兴城、以赛促产、以赛惠民”,着力完善基础设施,精心举办品牌赛事,广泛开展全民健身活动,推动“体育+”产业深度融合。

夏日的商州,江风习习,满眼葱绿。随着2024年商洛市青少年排球冠军赛的圆满落幕,又一次点燃了市民的运动热情,掀起了全民运动的热潮。

当夕阳西斜,商州区各大公园、广场和露天球场变得热闹起来。比赛场上的欢呼雀跃、健身器材发出的声音以及各种运动的音乐声成为市民夏夜休闲的特殊音符。

“饭后百步走,活到九十九,沿着丹江公园健康步道一来一回,我一天的运动量就算达标了。”常来丹江公园健身的市民王

亮说,“如今,锻炼场地就在家门口,打球、跑步、健身操,喜欢哪个运动,出了门就是运动场,太方便了,大家的运动积极性比以前提高了不少。”

过去,想运动没场地。现在,随处可见的健身设施向运动爱好者“争宠”。近年来,商州区持续打造群众身边的“体育生态圈”和城镇社区“15分钟健身圈”,商州区体育馆智能化改造全面竣工、商州区公共体育场等区级“七个一”工程建成投用、18个镇(街道)“三个一”设施实现全覆盖、人均体育场地达到2.6平方米。同时,大力实施农民体育工程,累计建成237个村级活动室、51个社区健身场、46个移民集中安置点和村级文化广场,村级健身场地和健身器材实现全覆盖。

除此之外,商州区坚持将体育赛事办在群众身边,举办校园竞赛、乡村联赛、机关邀请赛、企业交流赛等气排球

比赛千余次,开展职工运动会、健康跑、龙舟赛等群众性体育竞赛30多场次。坚持市场化运作,成立区级体育产业公司,鼓励和支持社会力量举办商业性和群众性体育赛事。坚持一体化推进,将体育赛事和促消费活动有机结合,开展体育大拜年、体育文化嘉年华活动等多样性的全民健身活动30多场次。坚持多元化结合,开展体育赛事“进景区、进街区、进公园”活动,让体育“流量”转变为经济“增量”。

锻炼身体、增强体质,促进人的全面发展,这是体育运动的根本目的。近年来,商州区在建设“体育名城”道路上的“雄心”和“格局”不断被具象化,成立全市首家县级排球协会,全区注册体育协会16家,涵盖足球、乒乓球、羽毛球、武术、排球等多种体育运动。建立全民健身活动站点登记备案管理制度,全民健身活动站点达390个,八

段锦、太极拳等活动站点习练人数稳定在3000人以上。开展篮球、乒乓球、羽毛球、足球等技术人员培训9期700人次,全区现有各类专业裁判员、教练员981名,先后为30多场国省体育比赛提供服务保障。连续两个周期被国家体育总局评为“全国群众体育工作先进集体”,先后被授予“陕西省全民健身示范县(区)”“陕西省全民健身活力县”“全省体育工作先进集体”等荣誉称号。

在商州,越来越多的政策向体育倾斜,越来越多的市民参与全民运动,健身设施持续完善,体育赛事蓬勃开展,健身组织日益健全,数字科技赋能全民健身,体教融合机制深化有力,体育产业发展实现突破……

如今,商州这座勃勃生机、广袤无垠的体育之城,正唱响新时代“体育强国”之歌,与广大群众共筑一场“体育名城”之梦。

洛南精心举办体育赛事和健身活动

本报讯(通讯员 武 锋 吕彩丽)近日,走进洛南县体育运动中心项目建设现场,塔吊林立、机器轰鸣,一派繁忙景象。

据介绍,该项目投资1.9亿元,建设内容主要包含主体育场、综合体育馆游泳馆及全民健身运动公园。主体育场可举办地方性、群众性运动会。综合体育馆游泳馆包括小型多功能综合二级体育馆和小型游泳馆,两馆合设的方案达到了满足需求、集约空间的实用效果。全民健身运动公园规划有24处球类运动场地、15处其他活动场地、1.5公里市民慢跑步道,将成为多样化城市运动公园。项目建成后将有效提升洛南县的城市品位和对外形象,满足全县体育竞技和全民健身活动的需求,提高洛南人民的生活质量和幸福指数。

项目建设只是洛南县在推进体育事业蓬勃发展中的一个缩影。近年来,洛南县不断改善群众健身设施,常态化开展全民健身系列活动,基本形成了体制机制灵活、场地设施优良、群众体育普及、赛事活动丰富、体育社团活跃的体育事业发展新局面,城乡居民健康水平持续提升。

洛南县加大项目资金投入,新建占地面积1.5万平方米的标准化体育场1个、建成5.7公里的抚龙湖环湖步道和国家级竞技垂钓基地。同时,在思源学校、四皓街道赵南沟、古城镇等地建成了标准化11人制群众足球场1个、7人制足球场2个、5人制足球场3个。先后建成社区健身广场28个、镇级文体广场16个,为80个移民安置小区逐一配置健身器材,受益群众30多万人。新建多功能运动场和笼式足球场2个,安装智能健身器材10套,新建最美健身步道10公里,打造最美晨跑步道2条,提升健身广场10个。据统计,全县经常参加体育锻炼的人数占42%,全民健康指数较去年增加1个百分点。

同时,洛南县在全域开展体育活动,推动体育产业逐年提升。创建校园足球特色学校国家级5所,创建省级体育传统项目学校12所,全县校园足球推广率和普及率达到100%。全县有体育协会12个,会员5000多人,有社会体育指导员1000多人。此外,洛南县扎实推进体育“五进”健康行动,在春节期间举办了迎新春“全民健身大拜年”全民健身系列活动,精彩纷呈的文体表演为大家带来了一场场喜气祥和的新春盛宴,妙趣横生的社区运动会让大家在玩乐中感受了沉浸式的游戏体验,扣人心弦的乡村篮球赛给这座小城增添了动力,注入了活力。

洛南县聚焦打造“国际排球名城·中国赛事名城”目标,不断加强排球场地设施建设,改造建设排球场地56个、气排球场地72个。培训专兼职排球、气排球教练120多名,组建专业气排球队56支,全县气排球队44支,日常参与训练人数达1500多人。截至目前,全县共举办排球、气排球比赛101场次,参与人数3000多人,营造了全民参与排球、气排球的浓厚氛围。

下一步,洛南县将不断丰富体育活动载体,以体育赛事为抓手,积极培育精品赛事,精心举办群众喜闻乐见的体育赛事和健身活动,以全民健身促进全面发展,增强群众幸福感和获得感,持续推进人民福祉。

镇安:“体育+康养”点燃群众运动热情

本报通讯员 陆 波 朱春凌 朱龙喻 王 楠

近年来,镇安县抓住全市打造“国际排球名城、中国赛事名城”、中国康养之都契机,用好全市“体育+”模式,立足镇安康养生态优势,通过完善体育设施,引导市民开展全民休闲运动,举办各类赛事等举措,全力打造“体育+康养”,为“秦岭最佳康养会客厅”注入新活力。

夏日的镇安,铺翠叠绿,生机盎然;傍晚时分,夕阳斜照,微风习习,人们纷纷走出家门,来到公园里、体育场肆意呼吸着新鲜的空气,进行各类休闲运动,彰显“来安去安 小城镇安”新活力。

在县体育场,人们卸下一天的疲惫,运球、传球、上篮,一套动作行云流水一气呵成,不仅在运动中强健了身体,拉近了朋友之间的关系,更将篮球的竞赛魅力和欢乐传递至周边人群。“最近天气好,咱们镇安

的空气也好,这里免费开放,晚上来打篮球,既解压又解压。”运动爱好者章伟说。

物联网、大数据、云计算等智慧科技的加持,让市民的休闲运动多了一份专业性和趣味性,吸引着更多民众参与常态锻炼。

在镇安县城角公园、东功铺公园及周边口袋公园之间,有一条智慧步道,全长6公里,全程设置5块互动大屏登录机和17台采集机,拥有一颗“智慧大脑”是这条步道备受市民喜爱的原因。开始健身前在智能互动大屏前“刷个脸”,就能建立专属于自己的“运动档案”。运动过程中AI自动识别跟踪运动者的运动健康情况,实时记录里程、时长、消耗卡路里等运动信息,市民可通过微信小程序查询、分享运动排名等数据,也可进行打卡PK。

同时,在公园一角还设立了AR互动

投影,使用户与虚拟投影对象进行互动,可根据实时数据纠正用户不规范的动作,带领体验者轻松完成一场动作标准的瑜伽体验。大屏幕前,动感单车运动化身成为游戏场景,用户可在系统软件生成的数字空间中骑行,且支持多种虚拟运动场景切换,大人小孩一起快乐骑行,感受科技健身带来的不同趣味体验。此外,项目还提供AR智能导览、自供电智慧座椅、互动发光跷跷板、百米追光跑道等多种智能运动设施,可满足市民多样化、场景化、智慧化、趣味化的健身需求,让人们感受到智能化带来的酷炫体验。

每到傍晚,人们沿着河岸,吹着晚风,或独自挥汗奔跑,或三三两两闲庭信步,一边打卡查询个人运动数据,一边欣赏路边的花墙及河边的美景。

跑步爱好者索莹说:“我特别喜欢跑步,现在新建的这个智慧跑道更方便了,既有科技加持,沿途风景也好,奔跑在跑道上,闻着花香,真是一种享受!”

围绕“体育+康养”,镇安县制定2024全民健身实施方案,投入资金1.1亿元,新建改造河滨路步道等20多个体育场地,免费开放镇安县体育场、镇安县综合体育场、镇安县乒乓球馆等场地。累计建成口袋公园21个,配建运动设备18套,建设健身步道16.1公里。在完善体育设施同时,按照“省市级赛事季度有,县级赛事月月有”的总体思路,精心举办各类体育竞赛活动。目前,已成功举办“体育大拜年”全民健身系列活动暨社区运动会、木王国家森林公园杜鹃花海半程马拉松、镇安县青少年田径运动会和校园排球联赛4项赛事。

水上冲浪 激扬活力

本报记者 王孝竹

“哇!妈妈快看,好酷呀!水也动起来了!”6月11日,在市区两河口城市运动公园里,小朋友周鑫鑫指着水面上或飞驰、或跳跃的冲浪人喊道。只见不远处的宽阔水域中,两名脚踩冲浪板的小伙子在水面上来回穿梭着,让原本平静的水面泛起阵阵浪花。

在水中冲浪的两人是刘强和贾飞,他们玩动力冲浪板已经有一年多时间,每次进行水上冲浪都会引来众多在公园散步的市民围观喝彩。刘强是一名冲浪爱好者,2023年开始了解这项运动,“冲浪让我更快乐、更健康。我的协调能力更强了,身体素质也提升了不少。”刘强说,练习冲浪没多久就掌握了技巧,他把冲浪的视频发在短视频平台上,吸引了很多粉丝。贾飞就是通过短视频平台认识了刘强,两人一拍即合,经常相约一起玩冲浪板。

从一开始的经常落水,到站立在板上直行,再到可以操控冲浪板在水上跳跃,刘强与贾飞的冲浪板技巧不断提升,吸引了大批粉丝的关注,纷纷在视频下面留言:这是哪里?现在的商洛这么美吗?不敢相信这是我的家乡,这么酷还这么美!

“刚开始把视频发布在网上,是发着玩的,但是没想到,视频点击量很高,单条视频的播放量经常有几万甚至几十万。我们才发现这项运动不仅仅是我们自己的热爱,还可以通过视频向更多人展示宣传商洛的青山绿水和城市活力。”刘强说,为此,他们专门开设了宣传账号,定制了旗帜。蓝天碧水中飞舞的旗帜与动力冲浪板激起的浪花形成独特的风景,成了短视频里抓人眼球的流量点。

据记者了解,近年来,冲浪板、桨板、滑雪板等小众运动逐渐走入大众视野,备受年轻一代的追捧,动力冲浪板运动集竞技性、观赏性于一体,在2019年成为国家体育总局水上运动管理中心的一个推广项目。动力冲浪板分为燃油型和电动型,电动冲浪板靠锂电池提供动力,具有零排放、无污染的特点,符合绿色环保的发展理念。



△准备下水

▷水上跳跃



山阳广泛推广校园排球运动

本报讯(通讯员 成 诚)今年以来,山阳县紧抓全市承办2024国际排联沙滩排球U19世界锦标赛契机,通过抓人员培训、设施建设、赛事组织、宣传引导、体育改革“五项举措”,广泛推广校园排球运动。

为了抓人员培训,加强队伍建设,山阳县组织举办排球和气排球裁判员、教练员培训班,进一步提高执裁、执教水平,培养学生、教师中排球活动积极分子,组建班级、年级、学校排球队。目前,已培训教练员、裁判员86人,成立青少年排球训练队86支,教职工气排球队72支。针对操场面积小、没有室内场地、场地不标准等实际情况,县上不断抓设施建设、补齐硬件短板,相继改建、新建了一批排球运动场地,并配置必要的排球运动器材,以满足训练、比赛需要,为推广普及排球运动提供设施条件。至目前,投入资金45万元,改造排球场地70个,配备运动器材1000多件。

山阳县适时组织排球单项比赛,将排球运动作为学校运动会的重要项目之一,积极开展班级联赛、校际交流赛、镇际对抗赛等赛事活动,以赛促练、以赛促学,搭建交流平台,提升竞技水平。全县已开展排球、气排球赛事150多场次,参与学校37所2000多人。加大排球运动宣传力度,通过课堂教学、课外活动、校园广播、黑板报、宣传栏等途径,大力宣传和介绍排球运动常识,激发学生参与排球运动的兴趣,掀起校园健身新热潮。目前,成立排球社团37个。山阳县还将排球运动发展作为引领学校体育改革的重要突破口,设置为体育课必修内容,创建排球运动示范校,出台排球特长生招生计划,为每年中考体育特长生打开升学通道,已经建成市级排球运动示范校6所、县级排球运动示范校9所;山阳中学、山阳县第三中学2024年排球特长生升学招生已列入招生计划。



近日,由中国企业体育协会主办,商州区体育运动中心、商州区足球协会承办的2024年“全民健身 健康中国”第八届中国职工足球联赛暨商州区第三届八人制足球联赛在商州区第六小学开赛。本次比赛共举行21场比赛,来自商州区的7支业余球队、150多名足球爱好者通过比赛“以球会友”促进提升,进一步为推动基层群众足球运动开展奠定良好基础。

(本报记者 王孝竹 摄)



水上竞速