

“健康中国”战略下聊城市大众体育发展现状和对未来展望的研究

前言

利用文献查找、材料收集等研究方法,对聊城市“十三五”时期大众体育发展进行回顾分析,并对“十四五”时期的体育发展做出展望。结果显示,“十三五”时期聊城市大众体育发展工作成果显著,举办多项比赛活动,增强公共体育设施建设管理,满足大众需求。“十四五”时期我市将进一步加大大众体育的发展力度,加强体医融合,提高国民身体素质。

关键词

“健康中国”;大众体育;现状;发展

随着我国经济的高速提升,人民的体质健康问题和体育高质量发展也越来越被国家所重视。2016年,国家为推动实现健康中国战略规划布局,加强大众身体素质水平,宣布了一系列主要举措。工作指出,未来将使全民健身体系更加深得民心、更加完整、更加有条理。工作规划发布后,全国各地各省市为促进全民健康,提高国民体质开展了一系列体育活动,极大地促进了我国体育的发展。本文旨在分析在国家重要举措的指引下,聊城市在“十三五”时期推动体育发展所付出的行动以及对“十四五”时期体育高质量发展的展望。

1 “十三五”期间聊城市体育发展状况回顾

“十三五”规划纲要明确指出要增大大众健身系统建设,加大对改进全民健身场馆设施的资金投放,构造场馆设施网络和城市社区身体锻炼的范围。大力组织广大群众进行共同健身运动,完善国民身体素质监测,为群众提供有理论依据的健身指导方案。聊城市在该规划的指导下,全面开展各项体育活动,为国民身体素质的发展做出了重要贡献。

1.1 倡议年龄较大的人群参与健身活动,提高老年人体育工作水平

中国老年人的数量越来越多,中国逐渐变成一个老龄化的社会。对此,我市逐步筹划建成了专为老年人体育活动服务的老年体协,带动了全市体育事业的高速发展。聊城市人民政府官网发布数据显示,2016年聊城老年体协工作硕果累累。根据报道,全市老年人体育运动场所已达四千余处,其中722处健身场所位于市区、县区,645处活动场所位于乡镇,3078处活动站点位于行政村。全市各地区都开展了类型繁

多的活动,例如在东昌府区老年体协进行的健身舞比赛共演出十余场,聊城市为此投放资金二十万元,4个乡镇的球场在这次资金投放中全部被升级改造;新建农村小广场300余处,全部位于阳谷县,向构建社会主义新农村迈进;在冠县举办了“重阳节”老年体育健身展示演出,初赛、复赛共耗费两个月;在东阿县顺利举办了老年运动会中的二十余项赛事。我市还向乡镇农村地区投放了大量体育健身器材,涉及开发区和度假区300余个村落,构建了老年体育队伍,丰富了老年人的晚年生活。

研究表明,经常参加体育锻炼有利于老年人身体素质、心理认知能力及社会交往等各方面综合素质的提高。体育锻炼干预可能对身体虚弱的老年人和失去运动能力的糖尿病患者的个体步行速度、步行姿态和认知功能有益。所以,应当大力举办体育运动,增强老年群体的身体健康。

1.2 积极举办和参加各类赛事活动,使群众有参与感和成就感

由聊城市人民政府官方网站查询可知,第十届全民健身运动会在2020年由聊城市成功举办,投入办赛经费50余万元,参加人数达万余人;举办了广播体操的训练及表演赛,参演人数达两千人;举办了聊城市国家体育锻炼标准测试赛,测试人数达8000余人。此外,聊城市也积极参与山东省举办的其他赛事活动,踊跃参与山东省举办的全民健身运动会十余项赛事,均取得优异成绩。龙舟比赛两项冠军均由我市摘得,全面成绩取得了新突破。

1.3 增强公共体育设施建设,落实人民基础

为促进全民健身战略更好地在我市落实,提高体育设施发展的速度,落实大众体育平衡发展,达到大众各个群体对体育发展的不同要求,聊城市将构建一个“健身圈”,逐

渐开创一个符合城市规划要求,井然有序、布局合理的公共体育设施局面。各种场馆有准备、有计划地进行团体改造;对轮滑场地进行高标准、严要求加固升级,争取为省级乃至国家级轮滑赛事的举办做出贡献。

聊城市体育活动公园将尽全力协助市体育局举办的各项赛事活动,长期支持市体育局按期举办的运动赛事以及其他大型运动会和运动比赛,有序号召大众居民积极加入,增进全民健身运动的加快发展。体育公园内所有公共体育设备根据其用途和特点在固定的一个时段内向大众群体免费开放。今后继续增加免费开放的时长,并合理安排各场馆的开放时间,提倡更多群众参与其中、乐在其中,享受全民健身带来的好处。

在后疫情时代背景下,随着全民健身事业的顺利开展,聊城市当今的体育设施已经不能满足群众目前的需求,所以我市在今后的发展中应在体育设施建设上加大投资力度,在每个社区按计划构建健身服务中心,建设深得民心的体育设施,满足大众对体育设施的要求,让群众有获得感和幸福感。

2 “十四五”时期聊城市体育发展展望

“十四五”规划是指《中华人民共和国国民经济和社会发展第十四个五年规划和2035年远景目标纲要》,2021年3月11日由十三届全国人大四次会议表决通过。规划指出,我们要全面宣传健康中国建设,深刻实施健康中国行动。对此,聊城市市委市政府对“十四五”时期的体育发展工作提供有力的政策支持,推动中国早日成为体育强国、健康中国。

2.1 鼎力发展体育财富,推动经济生长

由聊城市人民政府官网公告可知,结合聊城市发展的实际状况,为带来更多的体育类型消费,加快聊城市体育产业的发展的速度,深挖充满聊城市特色的城市文化,创建一个先锋为特色品牌、中心为休闲体育、底座为项目开发、特征为康复养老的国家级休闲体育基地,申请设置省级体育产业模范单位,每个县培养开发数个具有地方特色的休闲体育基地,初步打造一个以休闲体育产业为领衔的体育产业价值系统,为全市添加一个新的经济发展增长点,体育产业价值总规模超过百亿元,为建成中国重要休闲体育城市而努力

而奋斗。

有文章指出,体育产业在国际上受到大家的诸多关注,被大众称为21世纪最具朝气的活力产业、健康产业。在实际工作中,要充分利用全民健身战略和健康中国战略对增进体育产业繁荣的带头作用,发挥体育产业社会价值的深远影响,引导体育产业向健康服务方向进一步伸展。

2.2 加强体医融合,提高大众身体健康

2021年是“十四五”筹划的开局之年,聊城市在大力开展全民健身事业的同时,还应注意由于参与者运动技巧不够、预备活动不充实、缺乏整理活动、自我保障意识不强、体育竞赛组织管理不当等原因出现的运动性伤病。由于大众重视程度不够,运动性伤病可能进一步发展为慢性运动系统疾病,影响日常生活。例如在日常运动中常见踝关节扭伤,多数患者将慢慢演变为慢性踝关节不稳(CAI)。所以在十四五时期,我们应大力普及运动中自我防护的相关知识,避免产生更多的运动损伤。另外,完善发生运动损伤后的处理机制,及时运用手法治疗、物理因子治疗、肌力训练、传统康复方法治疗、运动治疗等方法治疗运动性伤病,防止损伤进一步加重,提高大众正常身体水平。

2.3 配合双减政策,加强未成年人身体素质

为缩减现代学生超重的作业压力,我国在2021年印发了《关于进一步减轻义务教育阶段学生作业负担和校外培训负担的意见》,受到社会的广泛和高度关注。义务教育阶段“双减”政策的“减”减轻的是中小学阶段学生作业担子,由此,中小学学生有更多的课余时间参加课外娱乐,强身健体。青年承担着国家的未来和希望。我们要在“双减”政策的施行下积极开展体育活动,加强少年青少年身体素质,培养体育人才,为国家争取更多的荣誉。

3 总结

随着经济的高速发展,人民群众更加关注身体健康,更多参与体育活动。“十三五”时期,聊城市为推动大众健康,举办了一系列的活动,增添了许多体育设施来满足大众的需求。“十四五”时期我们将继续努力前行,提高大众身体素质水平。

文/殷靖靖,史清钊(首都体育学院,北京100191)

作者简介:殷靖靖,女,山东聊城人,首都体育学院研究生部在读硕士研究生,研究方向:慢性病与老年病的运动康复。

参考文献:

