



### 市民的福祉 政府的担当

多年来,辽源体育事业蓬勃发展,实现了又一个突破,为国家乃至世界培养了一大批体育冠军和体育人才,夺回了一个又一个奖杯。辽源人的健身理念逐渐提高,运动氛围越来越浓厚。在市委、市政府的坚强领导下,在省体育局的指导下,以贯彻落实《吉林省全民健身实施计划(2016年—2020年)》为总领,市文旅局制定了《辽源市全民健身实施计划(2016年—2020年)》。该《计划》以保障广大人民群众的基本健身需求为重点,以提高全市人民身体素质和生活质量为根本任务,以“引领全民健身、打造健康城市”为主题,坚持改革创新、多措并举,力争全面完成《实施计划》的任务目标,为建设体育强市奠定坚实的基础。“十三五”期间,全民健身工作初步形成“政府

主导、部门协同、全社会共同参与”的大群体格局,参与健身的群众多了,场地设施更完善了,参与活动更方便了。我市的全民健身事业在这期间获得了长足进步。

公园、广场、居民区甚至是企事业单位,随处可见健身器材,早、晚、节假日,运动健身成了市民群众业余生活的新风尚。

据今年年初最新数据显示,我市每周参加1次及以上体育锻炼的人数约75万人;经常参加体育锻炼的人数约46.1万人,占总人口29.3%;《国民体质测定标准》总体合格达标率77.3%;学生《国家学生体质健康标准》优秀达标率6.04%;人均体育场地面积1.7平方米;行政村农民体育健身工程覆盖率96.5%;15分钟健身圈在城市社区的覆盖率92.5%;公共体育设施免费或低收费开放率100%;学校体育场地设施开放率47.4%;每万人足球场数0.32块;每万人体育社会组织数1.3个;每千人公益社会体育指导员数1.93人;《国家体育锻炼标准》达标

率100%,所属四个县(区)均进行达标测验活动;测试人次1588人次;每年举办县级及以上全民健身赛事和活动次数63次;以提供健身服务为主要功能的互联网平台1个;出台促进全民健身运动实施的相关政策4个。

目前,我市健身场馆总数共729个(大型健身广场9个、体育场3个、体育馆3个、全民健身中心3个、冰雪场地16个、标准足球场4个、笼式足球场16个,其他场地675个);体育场地总面积近204万平方米,人均体育场地面积近1.7平方米,到2020年末力争达到1.8平方米,达到省局要求标准;我市共有518个行政村,38个社区,共配备健身路径总数489套。国家到2020年末人均体育场地面积将达到1.8平方米;吉林省2020年末人均体育场地面积将达到1.8平方米以上。

## “创城”在行动

# 全民健身 让我们的城市充满活力

## “校园足球”成就健康少年

少年强则国强。孩子的健康成长关乎祖国的未来。素质教育,就是要提高学生的综合素质。这方面,我市贯彻的实实在在,落实的掷地有声。“校园足球”、武术操、广播操、健身操……各中小学校比学赶超的齐步向前。

为学生进一步强身健体、锻炼意志,培养团队合作意识和顽强的拼搏精神,市教育局坚持“让每一个学生健康、快乐、自由、成长”的理念,全面贯彻教育方针,不断提高学生综合素质。近年来,足球进校园,已成为我市小学特色教学的一部分。同时,也得到了国家、省、市各级部门的认可。以龙山区为代表的“校园足球”开展得如火如荼,孩子们对足球也由陌生变成热爱。龙山区寿山中心小学和工农乡中心小学的“校园足球”教学工作的实践就曾一度引起全省教育界的广泛关注和观摩。目前,“校园足球”教学工作已在全区各小学校全面推广、铺开。这两所学校,以“校园足球”为教学特色。把“校园足球”的发展作为教学工作的常态去抓。有专职的教学副校长,有自己的校本教材,“我是足球小明星”“我是足球宝贝”“我是小小裁判员”等,释放了课堂上乖巧的孩子们阳光、活力的另一面。

目前,我市已有7所小学校被确定为全国“校园足球特色学校”。其中,龙山区6所,西安区1所。

## 辽源“国球”名震全国

乒乓球在我国被誉为“国球”。而乒乓球在我市也有庞大的爱好者和粉丝团。如果问,在辽源哪个体育项目参与度广、普及率高,大概就是乒乓球了。因为上至耄耋老人,下至黄口孩提,多数人都略知一二,一些人更以此为主要爱好。

几十年来,辽源的乒乓球事业享誉全国。已有40余年历史的西安区乒乓球学校,已成为辽源的一张特色文化名片。

至今,该校总计培养队员1000余人。少儿乒乓球全国冠军20名,20人次进入国家青少年集训队。共获得国际比赛金牌7枚、银牌6枚、铜牌6枚。全国少儿比赛金牌48枚、银牌28枚、铜牌29枚,荣获吉林省青少年金牌361枚、银牌和铜牌共544枚。奖牌总数1029枚。连续10届获得省运会少儿乒乓球项目金牌,名列全国县(区)少儿乒乓球比赛总成绩第一名(全国、国际、全省的比赛成绩总和累计)。

目前,该校已被评为“国家级先进单位”。

## 辽源跑团的力量

在辽源,有这样一个团体……

5年前,一个为了自我解压而每天在户外慢跑的小伙子带动身边的几个朋友一起跑步。跑着跑着,他们的队伍从几个人增加到了十几人,又由十几人增加到了几十人,现在,他们的队伍已有注册会员550余人。会员年纪最大的68岁,最小的14岁。

这个团体就是现在的辽源市长跑协会,这个小伙子就是发起人、辽源市长跑协会主席李海龙。

经提前约访,8月23日6时,记者来到辽源市体育场,目睹了辽源最大跑团的样子,见到了辽源跑者们的风采。

有人在听老师指导,有人在慢跑热身,也有人驰骋在跑道上。虽然状态不同,但他们却都精神焕发、神采奕奕,好似身上有使不完的劲儿,对生活充满了无限的爱。

李海龙向记者介绍,目前,这个团体是辽源地区最大的慢跑社团,分晨跑和夜跑两个队伍,分布在辽源市区各个跑点(体育场、广场、健身房等场所)。团队每年都有多人参加两次以上国际马拉松赛事。目前,每人每周都会跑四至五次,10公里左右。每周日的6时至6时30分,团队中的专业队员都会在市体育场为广大跑步爱好者上公益指导课。跑步的基本动作要领、正确的体位、臂与手的角度、躯干与腿的转动和放松、腰部的幅度、大腿与膝盖的动作、脚跟与脚趾的力量等,老师都会毫无保留地分享给大家。

期间,几个阳光、自信、有活力的小姐姐拿着手机自拍合影。看上去最多二三十岁的样子,但李海龙告诉记者,她们当中最小的也已过而立之年,都是孩子妈妈,有的孩子都工作、结婚了。正是因为跑步这项运动,使她们青春常驻。

身材纤细高挑的陶陶,一副模特气质,但实际上她是市某小学体育教师。从小热爱体育,长大后爱好变成了职业。现在,年逾四十仍保持一副少女模样。因为她二十年来如一日坚持慢跑。她说:“跑步早已是我生活中不可或缺的一部分。能在这个组织中和大家一起感受跑步带来的身心健康,这就是幸福和快乐。”

## 全民健身 全民参与

我市结合自身特点,深入开展丰富多彩的全民健身活动,逐步形成了以全民健身“百日行”为主线,“冬季冰雪系列活动”“6·18全民健走日”“8·8全民健走日”“城市节”中的马拉松等全民健身活动为节点的全年活动框架,结合我市法定节假日经常组织开展内容丰富、形式多样的全民健身志愿服务活动,带动了广大市民积极参与与健身活动。自2016年以来,我市承办全国少年“U系列”短道速滑比赛、吉林省毽球争霸赛、吉林省“羽你同行”羽毛球赛等国家、省级体育赛事十余次。东丰县承办了吉林省青少年公路自行车锦标赛和吉林省青少年田径锦标赛,东辽县举办了第二届全民田径运动会。两县还相继开展“检察杯”大众篮球赛、“体彩杯”大众足球赛、党政机关乒乓球赛、党政机关干部徒步等,并在冬季开展全民上冰雪系列活动。龙山区在2018年举办了首届全民运动会,西安区在每年5月18日举行“文化体育节开幕式暨全民健走日”活动,同时,两区开展了全民健步走、龙山区机关排球赛、龙山区广场舞大赛、冬季开展全民上冰雪系列活动等。辽源市体育总会举办了足球、篮球、排球、武术等相关赛事活动,各个协会的参与与提升了广大市民参加全民健身活动的积极性。截至目前,我市形成了有示范、有主线、有特色的全民健身活动态势。

## 排球精神 在辽源发光

年过古稀的老人是什么样子的?也许有人说,应该白发苍苍,反应、视力、听力等方面都有所下降……这只是传统印象中一部分老人的样子,热爱体育运动的人,好像都会“驻颜术”,他们自内而外的年轻。

退休职工刘秀利,身材高大挺拔,双目炯炯有神,满面红光,声音浑厚……看上去最多60岁左右,但他的实际年龄却已经年逾古稀。外表比实际年龄小那么多,是夸大其词还是实施了“驻颜术”?他只是因为热爱运动健身而已。

现年73岁的刘秀利热爱排球50余年。2003年之前,因为条件有限,他带领一群排球爱好者定期在公园里打“野球”。2003年,在球友们的共同努力下,他们组建了辽源第一家民间体育团体——辽源排球俱乐部,刘秀利任主席。辽源的广大排球爱好者有了自己的家。

十七年的携手奋进,十七年的风雨兼程。如今的辽源排球俱乐部已发展到注册会员50余人。期间,他们还牵头成立了辽源市排球协会。目前,辽源市排球协会下属有8个排球俱乐部。

2019年以前,每年都会带领辽源的排球爱好者走出去,请进来,到全国各地参加排球邀请赛,做东道主举办联谊赛。强健了体魄,增进了友谊。同时,也向全国各地的球友推介了家乡辽源,看到了辽源“开放、创新、诚信、厚德”的城市精神。

如今刘秀利已不再担任俱乐部管理职务,但对排球的热度丝毫不减,每周至少两天打排球,其余五天便留给了健身、游泳以及每天以万计数的健步走。这样健康的身体,这样阳光充实的生活,正是所有老年人想要的样子。

辽源市排球协会副主席刘智博说,“我们那支队伍阳光、互助、团结、有凝聚力,我们的队员球技好、有向心力、综合素质高,我们是相亲相爱的一家人……”

辽源市排球协会副主席席德林说,“排球是一项既健身又修心的运动项目。正如毛泽东曾说过的那样:‘文明其精神,野蛮其体魄。’”

辽源市排球协会办公室主任冯昌艳说,“热爱生活的人不一定热爱体育运动,但热爱体育运动的人一定热爱生活。”

体育强则中国强。今年8月8日是我国第十二个“全民健身日”。正如习近平总书记所强调:“全民健身运动的普及和参与国际体育合作的程度,也是一个国家现代化程度的重要标志。”多年来,我们辽源体育事业蓬勃发展,也由曾经的专项体育发展为今天的多元化全民运动。运动健身早已成为市民群众健康生活的标签。