

# 全民健身动起来，一起健康向未来

## 济宁市多措并举推进群众体育事业蓬勃发展

记者 汪洸 通讯员 张勇

### 行政村健身器材全覆盖 三级健身场地网络形成

在2022年11月举办的一场新闻发布会上，一组数据说明了近年来济宁市在大众体育建设方面所取得的成果。

全市十四个县(市、区)已完成十二个县(市、区)“三个一”健身工程，完成率达86%，全市156个乡镇完成“两个一”健身工程147个，完成率94%。同时，为使百姓更好地享受到体育场馆给他们带来的健身快乐，济宁积极对上争取资金，全年共争取资金722.8万，用于全市18个大中型体育场馆免费或低收费向社会进行开放，受益人数达数万人。

村级健身设施建设是农民健身的重要保障，是促进农村精神文明建设，提升农民健康意识，提高健康水平，改善农民生活环境的基础。2022年底，为落实健康中国 and 全民健身国家战略，进一步打造健康任城氛围，任城区为辖区程庄、洳河、大周、邵楼、后刘、梁北、于家、靳庄等行政村安装了全新的健身器材。

记者从任城区教体局了解到，此次新安装的器材，主要有双位漫步机、腰背按摩器、健骑机、上肢牵引器等。新健身器材的安装进一步拓展了村民的活动空间，保障了村民健身锻炼的需求，增强了村民参与体育健身的积极性，提高人民群众幸福指数，也为营造农村和谐生活的画面再添一道风景，受到一致好评。

而在完成了此次健身设施的安装之后，意味着任城区全区112个社区、272个行政村都完成了全民健身器材配备，已达到了城区8分钟健身圈，涉农镇街全民健身设施全覆盖。同时，成功建立起了覆盖区、乡、村三级健身场地网络，实现三级设施互联互通。

近年来，济宁市不断优化公共体育设施布局，据统计，目前济宁共有4500多个行政村配备了健身器材，已实现全覆盖。全市乡镇(街道)“两个一”工程完

### 国家级健身平台花落济宁 六艺太极拳引来外省拳迷



国家级全民健身志愿服务项目落户济宁。

成率已达100%。今年还计划完成600个行政村居的健身器材配备更新任务。济宁市体育局相关负责人表示，下一步，还将积极推动智能化健身器材的推广普及。根据山东省全民健身实施计划要求，积极推广配备智能二代健身器材，满足不同年龄段人群健身要求，提升数字赋能。

村居建设设施全覆盖的同时，济宁市也在全力推进“15分钟健身圈”这一概念。为此，全市累计投入40亿多元，新建22处大中型体育场馆，升级改造5个场馆，总计启动27个场馆建设和改造。

此外，为了完成“健身圈”建设，进一步缩短群众与健身场地之间的距离，全市各县市区投入大量资金，盘活城市广场、口袋公园、闲置用地、河湖堤岸等场地，先后建设了大量的公共健身场地。以泗水县为例，该县投资800余万元

进行健身广场建设，相继完成青年公园多功能健身广场、科技文化中心健身广场、泗水滨体育健身公园等场地设施的建设。特别是泗水生态新城开发建设以来，紧紧抓住泗河两岸建设的契机，完成9处公共社会足球场、8处篮球场，多处乒乓球场，健身舞池以及健身路径工程的建设。

在城区，已累计建成了55处笼式足球场、篮球场和羽毛球场。如今，群众身边的“15分钟健身圈”全面形成，城市社区“10分钟健身圈基本形成”。并且全市19处大中型体育场馆免费或低收费对群众开放，有效解决了群众去哪健身的问题。



参赛选手在“谁是球王”乒乓球争霸赛中一较高下。

日前，记者来到地处济宁城区中心位置的人民公园时看到，这里好不热闹。此时，国家体育总局全民健身志愿服务(社区)项目平台，正在公园东门内的一处平台上举行。

活动吸引了众多从事健身活动的人驻足。舞蹈、秧歌、花键、腰鼓、健身球、柔力球、中国式摔跤、六艺太极拳等，一个个健身项目你方唱罢我登台，活动主持人抓住节目转换间隙进行有奖问答，从“全民健身，志愿同行”活动主题到文明健身、科学健身、安全健身知识普及，集知识性、趣味性、娱乐性融为一体。

据介绍，“全民健身 志愿同行”全民健身志愿服务(社区)项目是由国家体育总局群体司主办、国家体育总局人力资源开发中心承办，该项目全国共15家，其中济宁市古槐街道铁塔寺社区(济宁市六艺太极拳协会)上榜，也是山东省内唯一一家。

济宁市六艺太极拳协会会长房俊昌告诉记者，济宁市六艺太极拳协会起步于济宁市杨氏太极拳协会，在推进全民健身国家战略的进程中实现传统文化与传统体育的有效对接。为了适应新时代文明实践和全民健身志愿服务需



全市百余支健步走队伍在“全民健身日”当天一展济宁人的体育风采。

要，协会创编了“一看就懂，一学就会，一练管用”的六艺太极拳，编辑出版了《六艺太极拳》。

这一推动中华优秀传统文化创造性转化创新性发展的优秀成果，在全省乃至全国都是唯一。房俊昌说：“可以说，为形成济宁品牌和济宁模式奠定了坚实基础。”就在今年4月份，梁山县六艺太极拳培训班开班，来自全县城区、镇街各太极拳活动站点的126名骨干参加培训。这其中，6名山西籍学员便是慕名前来学习六艺太极拳的。

据统计，近十年来济宁市持续开展太极拳“六进”活动，参与人数达10万多次；连续4年举办孔子文化节系列活动“儒家文化与太极养生系列活动”，受到社会各界的赞誉。此外，全民健身6+6+N项目入选国家2021全民健身志愿服务项目库，并在济宁市志愿服务大赛中荣获金奖。

近年来，济宁市体育局利用体育社会指导员评定工作，不断提升学员专业技能和服务水平。将志愿服务的理念植入全民健身的实践，扩大全民健身志愿服务覆盖面，提升志愿服务活动数量与质量，打造了一批全民健身志愿服务品牌项目。

其中，累计30000余名社会指导员及全民健身志愿服务队深入到学校、社区、乡村，企业开展新时代文明实践全民健身志愿服务活动和乡村振兴研学游活动达100余场次，开展儒家文化与太极养生大讲堂60余场次，积极开展国民体质监测，助推群众养成健身习惯，全市经常性参加锻炼人群比例连年攀升。

### 群众体育赛事常态化 经常锻炼人员比例高于全国水平

4月16日，由济宁市体育局、曲阜市人民政府主办的瑞石杯·2023曲阜圣城马拉松在曲阜孔子文化会展中心鸣枪开跑。7点，随着发令枪响，约7000名参赛选手组成的队伍，浩浩荡荡竞相冲出起跑线。

赛道上，运动健儿们迈着矫健的步伐，你追我赶，享受着健康运动带来的身心愉悦。引人侧目的是，比赛中还有不少残障跑友的身影，这些轮椅跑者用手丈量赛道，以自强不息的拼搏精神向梦想冲刺，成为赛场上一道亮丽的风景线。

记者在现场看到，此次马拉松比赛沿途文物古迹众多，生态风光旖旎，环境清新优美，在为选手们打造一条醉美赛道的时候，也让选手们一路畅享“文化味道”。选手们先后穿越大沂河、小沂河、明故城历史街区，将三孔景区、孔子研究院、孔子博物馆、孔子文化园等串联在一起，既突出展示厚重的儒家文化，又展示曲阜新时代发展成就，让参赛运动员在比赛的同时，既能深度领略圣城曲阜的生态环境、人文风貌，又能感受儒家文化的博大精深、源远流长。

曲阜圣城马拉松的举办，可以说是济宁市近年来全民健身活动蓬勃发展的一个缩影。在济宁市体育局着力打造“大群体”的工作格局下，积极动员组织各部

门、行业举办各种形式的健身活动。除了曲阜马拉松之外，还推出了职工乒乓球、羽毛球“谁是球王”争霸赛、广场舞大赛等品牌赛事，促进全民健身活动的开展。

在被体育迷们亲切的称作“济宁鸟巢”的济宁体育中心，“谁是球王”乒乓球争霸赛、羽毛球擂台赛已连续举办六届，经过六年的悉心培育，赛事品质不断提升，深受广大乒乓球、羽毛球运动爱好者的热爱。记者从承办方济宁珠江体育文化发展有限公司了解到，该赛事每年都能吸引千余名乒羽爱好者报名参赛，“随着赛事的持续举办，影响力的不断扩大，‘谁是球王’已经逐渐辐射到济宁周边地市，为济宁和省内外乒羽爱好者提供了交流平台。”公司负责人表示。

与此同时，随着济宁市体育局打造的“百千万”赛事品牌的影响力愈加扩大，越来越多的群众通过参与三项赛事，享受健身乐趣。据统计，全市经常参加锻炼人员比例为41%，高于全国、全省水平。仅2022年，全市共举办了多达110余场社区运动会，参与人数1万余人。

此外，续办齐鲁名山登山赛、朝圣之路自行车赛、环太湖健步走等品牌赛事，着力打造全国国际跳棋邀请赛、沿运河城市网球挑战赛等赛事，为济宁市全民健身工作做出了积极贡献。

### 探索“体育+”模式 助推多部门融合发展

近年来，济宁市体育局积极探索体育+、+体育发展新模式，推动体育与教育、文化、健康、旅游等方面深度融合发展，制定《济宁市全民健身工作联席会议制度》，济宁市关于深化体教融合的具体方案和措施，开展丰富多彩的课余活动和青少年竞赛。

2022年11月30日，2022第四届朝圣之路210公里自行车挑战赛完美收官，来自全国各地近260个城市的4000余名骑行爱好者、近万名群众参与了此次活动。为了持续扩大该赛事的影响力，本届挑战赛采取线上“云骑行”方式，时间历时30天，骑行轨迹遍及全国各地，共有2800余名骑手完成了挑战赛事，荣获挑战赛电子勋章。

众所周知，济宁地处山东省西南部，素以“孔孟之乡、运河之都、文化济宁”著称。传承和弘扬中华优秀传统文化，济宁有着独有的禀赋。“本届挑战赛把儒家文化、运河文化、水浒文化、乡村振兴等元素融入骑行，以儒家‘五常’——仁义礼智信的‘义’为主题，骑行赛道驿站以‘六艺’——礼、乐、射、御、书、数命名，将健康骑行与文化和旅游相结合起来。”济宁市自行车运动协会秘书长陈庆涛介绍说。

截至目前，“朝圣之路”210公里自行车挑战赛已连续举办

了4届，其中两届赛事分别被山东省体育局评为全省十大自主知识产权体育赛事、十大高端精品体育赛事，已然成为山东省独具特色的骑行品牌赛事。

在“体育+文化”的发展模式不断推陈出新的同时，济宁市也在积极探索“体育+教育”的发展模式，“孔子是至圣先师，提出的‘有教无类’至今影响世界，济宁作为孔子故里，体育事业也理应与教育紧密结合，打造出孔孟之乡独有的‘教体’品牌。”济宁市体育局相关负责人表示。

为此，近年来，济宁市相继开展了“奔跑吧·少年”主题健身、中小學生游泳普及全运、省运冠军进校园公益行等活动500余场次，参与学生10万余人。在刚刚过去的2023年汶上县中小学生体育联赛上，围绕“奔跑吧·少年”这一主题，全县52支代表队，共885名运动员参赛，涉及篮球、足球、乒乓球、羽毛球、排球、田径、游泳等7个项目比赛，规模空前。

此外，济宁市体育局还先后联合市卫生健康委，积极申报体卫融合试点项目；运动康复的体卫深度融合理论与实践、基于“康养大数据智慧平台”老年人慢性病运动干预等4个项目被评为山东省第二批体卫融合试点项目。



朝圣之路自行车挑战赛的选手们在曲阜万仞宫墙前鸣枪发车。



孩子们在绿茵场上朝着“足球梦”奔跑。