



# 雄狮踏雪助振兴 锣鼓喧天迎新春

## 我省全民健身大拜年活动火热展开



■市民在沧州市事竞成滑雪场进行雪地毛毛虫比赛。

□本报记者 冯晶

“一二加油、一二加油……”在沧州市沧县事竞成滑雪场上,雪地拔河比赛正在进行中,赛场上运动员全神贯注、斗志昂扬,赛场下啦啦队呐喊助威,哨子声、助威声此起彼伏,比赛现场气氛火热。2月3日,以“体育大拜年,健康迎新春”为主题的“2024年全国全民健身大拜年活动主会场暨‘嗨沧州·乐冰雪’欢乐冰雪过大年活动”在沧州市沧县事竞成滑雪场开幕。这也标志着,我省全民健身大拜年活动拉开了序幕。

### 突出河北特色 满足群众需求

今年,国家体育总局首次启动了以“体育大拜年,健康迎新春”为主题的全国全民健身大拜年活动。河北省体育局也响应总局号召,在2024年春节前后,组织各地举办体育文化活动。活动采取“1+14+N”的方式,因地制宜地开展新春冰雪嘉年华、基层群众“三大球”赛事、乡村新春运动会、社区新春嘉年华、线上健身达人秀、新春老年健身汇和社会体育指导员新春行等群众喜闻乐见,突出河北特色的体育赛事活动。引导广大群众积极参与科学健身,营造新春佳节喜庆祥和的节日氛围和浓厚的全民健身氛围。

在沧州“欢乐冰雪过大年活动”现场,除了雪地拔河以外,还开展雪地猜灯谜、滑雪技能培训、雪地足球射门、雪地保龄球、雪地小推车、雪地毛毛虫、雪地黄包车、雪地跳绳、雪地背夹球、雪地拔河、滑雪速降等多项冰雪趣味性体验活动,吸引着众多市民参与。赛后大家合影留念的时候纷纷表示:“这次冰雪活动太有意思了!明年还要来!”

除此之外,还举行了极具河北特色的雪地民俗节庆展演,“雄狮踏雪助振兴”“腰鼓齐鸣庆盛世”“欢快落子兆丰年”“锣鼓喧天迎新春”“金龙盘旋事竞成”等,为大家奉献了一场别具趣味、热闹非凡的表演。

沧州市民郭先生特意从市区开车带着家人赶来,他看民俗非遗节目,老伴儿带着孙女拉雪圈玩。“小时候过春节,不是和小伙伴儿们打雪仗,就是去逛庙会看耍狮子、舞龙、踩高跷,这次又找回那种年味了。”他说。

2月2日上午,承德市冰雪运动“进校园、进企业、进机关”培训基地,迎新春第九届承德市职工、社区冰上趣味运动会在此欢乐开赛,来自全市的300余名职工欢聚尽享欢乐冰雪盛宴。

本届冰雪运动会以趣味性、娱乐性、协作性和竞争



■民间艺人在沧州市事竞成滑雪场表演沧州落子。

性为主,共设混合滑冰车、冰上企鹅漫步、雪上拔河、冰上板鞋竞速、冰上疯狂毛毛虫、冰上飞盘6个趣味项目,每个比赛项目都是智慧和体力的较量,既有竞技比拼、体力角逐的激烈性,又有充满互助合作、友好交流的趣味性。

赛场上运动员们精神饱满、斗志昂扬、齐心协力,共商“出战”对策、共享“作战”经验,精彩不断,展现了职工们敢于拼搏、积极向上、团结互助的精神。赛场外,欢呼声、喝彩声、加油声此起彼伏,将冰上趣味运动会推向高潮,给大家带来了新鲜的体验,在运动中感受到了冰雪的魅力。“举办这样的冰雪运动会,能够激发全民参与冰雪运动的热情,增强群众身体素质,丰富群众精神文化生活,同时也为新春佳节增添一份欢乐和活力。”参赛选手王先生说。

2月4日,在张家口市下花园区,“全民健身大拜年趣味活动迎新春”活动也如期开启。威风鼓、舞龙、抖空竹民俗表演让现场观众一饱眼福。1分钟跳绳、拔河比赛、投壶比赛、毛毛虫竞速、定点投篮等趣味活动将现场气氛推向高潮。

在石家庄在长安区文化体育活动中心,由长安区文化广电体育和旅游局主办的“2024年长安区健身操舞迎新春精品节目展演”活动激情开赛。本次活动共吸引了全区29支队伍,300余人参与。

参赛队员们精神饱满、主题鲜明,服装整齐有特色,动作新颖流畅有层次,表演形式丰富、艺术感染力强,精彩纷呈。

在邢台南宫市人民广场,到处一片喜气洋洋的节日氛围,南宫市迎新春广场舞比赛在这里拉开序幕。共来自南宫市12支队伍参加了汇演,虽然当天天气温度低,但是表演者不惧寒冷,用舞蹈带动现场群众的热情。

### 运动促进健康 科学指导来帮

春节期间,我省还将以“倡导科学健身理念,推广全民健身文化”为主题,以“全民健身你我参与,科学健身健康你我”为口号的内容丰富、形式多样的科学健身指导活动。活动根据不同人群、不同项目、不同地域、不同年龄、不同体质的特点和需要,开展“科学健身大讲堂”“科学健身指导走基层”等活动,推广科学健身方法,不断提高人民群众参与体育健身的积极性,使科学健身理念深入人心。

2月3日,在保定莲池区西高庄社区,全民健身大拜年系列活动暨2024年保定市全民健身志愿服务



■滑雪爱好者在沧州市事竞成滑雪场接受滑雪教练培训。

新春行活动如期开展。

活动形式以专业科普讲座形式开展,保定市健身与健康融合中心专业康复人员对100多名社区群众进行了科学健身指导,包括运动前后的热身与拉伸等预防措施、损伤处理建议等。活动还设立了损伤康复课程,由康复医生和专业教练共同指导,让市民了解常见运动损伤的急救和康复方法。

活动期间,保定市体育局邀请国家级社会体育指导员为广大居民朋友们详细讲解了八段锦的历史、作用、动作要领,并进行了演示动作示范。

6月6日,石家庄市体育局举办的“体育大拜年、健康迎新春——2024年石家庄市全民健身大拜年展演活动”在石家庄水上公园开启。

据悉,本次体育大拜年活动,不拘泥于以往展演以操舞类、太极拳(剑)等项目为主的常规节目。而是吸纳了许多新的体育项目,共有跳绳、街舞、空竹、武术、艺术体操、健美操、广场舞、健身秧歌等近20个体育协会编排群众体育健身展演节目30余个,让更多体育项目为大众所熟悉。此次活动为全民健身发挥更大示范引导作用同时,让各项目也通过此次体育大拜年活动开拓普及与推广。

### 场馆低免开放 打开健身N次方

春节期间,我省还将加大公共体育场馆开放力度,免费或低收费向公众开放体育场馆和区域内的公共体育场地设施,推进群众开展全民健身赛事活动。解决群众“去哪健身”的需求。

春节期间,河北体育馆综合馆、游泳馆、网球馆、足球公园、篮球公园开放时间为2月13日—2月15日9:00—18:00开馆,2月16日开放时间恢复正常。健身公园全天免费开放。

唐山新体育中心春节期间场馆免费开放。2月9日(除夕)“一场两馆”开放时间调整为8:00至17:30;2月10日(正月初一),“一场两馆”闭馆一天;2月11日至17日(正月初二至初八),“一场两馆”每日开放时间统一为9:00—17:00,在此期间,体育馆(室内羽毛球、篮球)、室外篮球、网球全部免费开放。另外,2月11日至17日期间,“两馆”每日进馆顾客、会员,均可在前台客服中心参加“灯谜及体育知识竞猜”活动,现场限时答对者均可参与2月24日(元宵节)幸运抽奖活动(抽奖上限名额100人),最终获奖者可免费领取价值150元的游泳单次票1张、羽毛球单次订场券1张。