

1952年6月10日,毛泽东同志题词“发展体育运动,增强人民体质”。72年来,这一题词一直是我国体育工作的根本方针和任务,引领体育事业发展改革方向。在题词72周年之际,为深入学习贯彻落实党的二十大精神,有效推动全民健身与全民健康深度融合,增强人民体质,发挥好体育在满足人民群众对美好生活向往、促进经济社会发展等方面的重要作用,在河北省体育局统一协调部署下,我省各地在6月10日前后因地制宜、安全有序地组织开展了一系列贴近群众、方便参与、形式多样的全民健身主题活动,将全民健身赛事活动办到群众身边,将全民健身公共服务送到群众身边。活动期间恰逢端午假期,全省各地掀起具有浓郁节日氛围的全民健身热潮。

# 推动全民健身 燕赵运动潮涌

## 纪念“发展体育运动,增强人民体质”题词72周年河北省全民健身主题活动亮点纷呈



■体质监测活动现场。冯晶 摄



■趣味项目吸引群众积极参与。群体处 供图

□本报记者 冯晶

6月10日,纪念“发展体育运动,增强人民体质”题词72周年河北省全民健身主题活动在石家庄市长安公园举行,活动吸引了众多群众热情参与,共同感受运动的魅力。

这项活动由河北省体育局主办,石家庄市体育局、河北省体育科学研究所承办。旨在推动全民健身与全民健康深度融合,增强人民体质、提高全民健康水平,发挥好体育在满足人民群众对美好生活向往、促进经济社会发展等方面的重要作用。活动采取“主会场+分会场”联动、“体质监测+健身指导”同台方式进行,全省各地均推出一系列贴近群众、方便参与、形式多样的全民健身志愿服务活动,打造国民体质监测与科学健身指导场景,引导广大群众主动学习科学健身常识,养成良好的体育锻炼习惯。

### 体质监测走进群众生活

“深呼吸一口气,慢慢吐出来,看持续时间。”“闭眼,单脚独立,站定”……活动现场,工作人员和社会体育指导员向群众讲解趣味体测、智能体测、智慧健身仪器和设备的使用方法,面向广大市民免费提供国民体质监测服务,受到群众的广泛欢迎和好评。

同时特邀河北医科大学附属第二医院、河北医科大学附属第三医院、石家庄市人民医院、军休健康管理中心等健身与健康融合示范中心技术专家现场为市民出具运动处方,给出科学健身指导建议,为群众“运动更加科学化、锻炼更有针对性”提供指导依据,促进全民健身与全民健康深度融合。

此外,为方便广大群众了解国民体质监测,现场还

将发放《“体质监测在身边”2024年河北省常态化国民体质监测站点地图》,全省29个常态化国民体质监测站点,为广大群众提供体质监测与科学健身指导服务。

在各地分会场,特色活动同样亮点纷呈。在廊坊市国民体质监测A级站点——爱德堡健身与健康融合示范中心,国民体质监测有序开展。爱德堡健身与健康融合示范中心负责人杨红超主任表示,我们通过“体质监测+医学检查、运动处方、运动干预+运动康复”的闭环模式面向全市人民免费提供常态化体质监测服务,探索建立以运动处方指导科学健身的“一体化”服务机制,同时针对老年、青年、妇女、残障群体等重点人群积极开展常见慢性病运动干预、康复疗养等适龄化健康管理,进一步促进体卫深度融合。

秦皇岛市体育局联合北方中医药大学东方医院秦皇岛医院打造省级健身健康融合中心,在活动期间为市民提供国民体质监测、运动健康促进等服务。

### 带领群众“嗨”起来

石家庄会场结合不同人群需求,推出“少儿体适能运动营”“户外瑜伽沙龙”“关节保健驿站”“运动损伤修复”等科学健身指导服务,以及健身操有氧挑战、旱地龙舟体验等参与性强的趣味活动,带领现场群众“嗨”动起来。“我们从家里过来5分钟,测测体能,练练瑜伽,带着孩子做做体适能,活动很丰富,是一个非常难忘的‘健身’端午。”家住长安公园附近的张先生一家度过了一次难忘的科学健身之旅。

保定市开展了体育赛事进景区、进街区、进商圈活动庆祝题词72周年。傍晚的黄花沟公园西园内人声鼎沸,彩旗飘飘。数百名健身爱好者齐聚一堂,共赴这场全民健身之约。启动仪式后还进行了街舞、武术、曳步

舞、太极拳、啦啦操等全民健身项目展示,队员们的精彩表演将活动现场气氛推向高潮。

承德市为纪念“发展体育运动,增强人民体质”题词72周年,在僧冠峰景区开展了端午登山寻宝活动。来自各市直机关、企事业单位、院校、社区、协会的近500名干部职工参与了活动。

本次活动除登山寻宝环节外,还设有拔河比赛、抢凳子比赛和趣味游戏等项目。随着一声号令,大家蓄势待发,精神抖擞地奔赴藏宝地点,在景区的树干上、草丛间、石缝里细心寻找隐藏的“宝物”。找到“宝物”的刘先生格外兴奋,他说:“景区空气特别好,空闲时我都会和家人过来走一走。举办这样的活动,真是太有意思了,不仅体验了大自然风光美景,还锻炼了身体。以后有这样的活动,我还会继续参加。”寻宝结束后,运动员们又积极投入到欢快的趣味游戏中,现场精彩不断、热闹非凡,欢呼声、喝彩声、加油声此起彼伏。

唐山市举办超级绿道徒步大会纪念毛泽东同志题词72周年。共400余人参加了本次纪念活动。大家在奔跑的过程中体验到运动的快乐,感受了体育的魅力。秦皇岛市海港区和平花园社区,社区运动会常态化开展,投篮、丢沙包、乒乓球接力等趣味项目吸引了社区男女老幼的积极参与。

据介绍,从6月开始,河北省体育局将陆续在全省开展国民体质监测技术培训和常态化国民体质监测活动。接下来,将依托各地健身与健康融合中心,在全省14个地市设置29个体质监测站点,公众可根据“国民体质监测”小程序,找到身边的体质监测点,并可以“在线预约、随约随测”。同时,我省还将陆续举办多场题词纪念活动,在初夏的燕赵掀起新一轮的全民健身热潮。