

# 学习一滴水的生存法则

文/一木

一滴水，单纯而透明，但在阳光下却能折射出五彩缤纷的光芒。

把一滴水用火焰炙烤，它会化为高天流云；把一滴水冻结成冰，它将更加坚不可摧；把一滴水弃之脚下，它会渗入土壤滋润大地；把一滴水摔碎了，它只会化成更多滴水；把一滴水关进容器，只要存在丝毫缝隙，它就会悄无声息地溜走；把一滴水流放进大海，它会一路欢歌而去，在无数的水滴中永葆本色。一滴水，虽然渺小，却有无穷大的力量：给它以时间，它就可以穿透金石；给它以同伴，它会欣喜地接纳，然后逐渐变得波涛汹涌、气势如虹。这就是一滴水的生存法则：能上下、能屈伸、能聚散，韧性十足。

人，也需要学习一滴水的生存法则：处处碰壁时，不必太刚太硬，那样容易挫伤锐气，不如避其锋芒，如楔巧入；身陷困境时，千万不能太急太躁、灰心丧气，而应做到气定神闲、耐心等待，只要反复寻觅找准了突破口，必然会迎来柳

暗花明的别样洞天；失意困顿时，更不能怨天尤人，不如静心自省，经过一番彻底的心灵洗礼，一定会获得纵横开阖的洒脱、游刃有余的自如……

像一滴水一样生存，自信自重，平凡但不平庸；像一滴水一样生存，潇洒自如，飘逸但不放纵；像一滴水一样生存，容人亦容己，凡事都会变得清透明晰。

在人生的大舞台上，我们只要像一滴水一样收放自如，就能在任何情况下都找准平衡人生杠杆的支点，顺应周遭环境的变化。顺境自律，逆境图强，潮起潮落间，哪怕是一滴再普通不过的水珠，也一样能飞溅出美丽的浪花！

烦恼的时候，失意的时候，郁闷的时候，沏上一杯清茶，在静静的夜里，让这样的文字，深深潜入心灵，学习做一滴收放自如的水。每一滴水都有晶莹的色彩。每一个人都有独特的精彩。



2019年4月15日第2期总第73期  
(内部刊物)

主 办：山东省体育总会秘书处  
协 办：山东省体育彩票管理中心  
编 委：孙照亮 赵 海 林伟宁  
李开锋  
责任编辑：李开锋  
执行编辑：张洪超  
美术编辑：程华涛  
印 刷：济南黄氏印务有限公司  
设计机构：知行天下文化策划中心  
编辑发行：《山东体总》编辑部  
地 址：济南市经十路20286号  
邮 编：250002  
电 话：0531—66116529（传真）  
电子邮箱：sfzhanghongchao@163.com  
网 址：http://www.sdtyzh.org  
发行日期：2019年4月15日

# 目录

## CONTENTS

### 卷 首 语

001 学习一滴水的生存法则 一 木

### 全省体育社会组织工作会议

- 004 山东省体育社会组织工作会议召开 奋力开创体育  
社会组织工作新局面 本刊作者
- 006 解放思想 真抓实干 奋力开创全省体育社会组织工作新局面  
——山东省体育总会专职常务副主席隋拥军在全省体育社会组织  
工作会议上的讲话
- 012 坚持党建引领 激发协会活力 推动全市体育社团健康发展  
淄博市体育总会
- 014 三位一体谋发展 整体联动促改革 努力开创体育社会  
组织工作新局面 临沂市体育总会
- 016 强化组织领导 创新工作方法 不断开创基层体育总会工作  
新局面 日照市东港区河山镇体育总会
- 018 党建为纲 担当作为 以 5A 标准引领推进山东篮球运动发展  
山东省篮球运动协会
- 020 普及太极拳运动，造福百万老年人 山东省老年人体育协会
- 022 改革创新 扬帆起航 山东省小球运动联合会
- 024 依靠组织 依托社会 积极打造专业化、产业化、国际化俱乐部  
烟台市多维跆拳道俱乐部

### “跑游山东”马拉松系列赛

- 026 2019 中国·青岛白沙河全程马拉松接力赛鸣枪开跑 辛悦前
- 028 2019 年台儿庄古城半程马拉松开赛 本刊作者

### 社体采风

029 第十一届“百千万三大赛”4月开赛 姜 振 史文平 李开锋

## 社团嘉园

- 030 健身服务，送到百姓身边 张俊 逢淑友 李威  
032 2019年全省健身气功裁判员晋级培训班开班 李明卿  
033 济南市体育总会为全民健身注入“活力因子” 逢淑友  
034 济宁体育融合文旅打造品牌赛事 王金山  
035 日照市举办龙舟项目国家二级裁判员暨社会体育指导员培训班  
贺小懿  
036 威海健身休闲又添两处新场所 朱旭  
036 淄博市体育中心举行防溺水游泳救生知识普及公益活动 国峰  
037 烟台市老年体协——多点发力老年体育花开绚丽 史文平

## 最美社会体育人

- 038 弘扬国粹文化，传承太极精神——记常光明学练太极拳的体会  
本刊作者  
040 服务群众 乐享人生  
——临沂市“工惠乐学”太极拳和健身气功主讲讲师 本刊作者

## 体苑杂谈

- 042 新时代体育工作的几点思考 田三生  
043 烟台深化教体融合迈出新步伐 刘晋  
044 济宁金乡：体育助力乡村振兴干出名堂 王金山

## 保健顾问

- 045 健步走七个黄金标准 本刊作者

## 体彩之窗

- 046 志愿服务队伍不断壮大 彩票践行雷锋精神 葛运伟

## 艺苑鉴赏

- 048 赵光星和他的泰山文石作品“中国梦” 摘自《新华网》



# 山东省体育社会组织 奋力开创体育社会



使命呼唤担当，任务引领未来。3月27日，2019年全省体育社会组织工作会议在临沂召开。会议以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导，深入贯彻落实全省“担当作为、狠抓落实”工作动员大会精神和全省体育局长会议精神，主动对标、高点谋划、压实责任、狠抓落实，凝聚起了“奋力开创体育社会组织工作新局面、以优异成绩喜迎建

国70周年”的担当作为、干事创业的精神动力和工作合力。省体育总会专职常务副主席隋拥军出席会议并讲话，临沂市副市长张玉兰到会致辞。

隋拥军在讲话中从体育社会组织党建工作扎实推进、省市县乡四级体育总会实现全覆盖、体育社会组织监管和服务水平进一步提升、品牌名牌赛事活动不断涌现、宣传渠道进一步拓宽等方面对2018

# 工作会议召开 组织工作新局面

文 / 本刊作者

年全省体育社会组织工作进行了总结回顾。他指出，在省委省政府的坚强领导和省体育局党组的正确领导下，全省各级体育总会和体育社会组织以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导，坚持正确发展方向，认真贯彻落实全民健身、健康中国国家战略，围绕全民健身，充分发挥桥梁和纽带作用，团结全省广大体育工作者、爱好者和社会各界人士，大力开展全民健身，为体育强省建设做出了积极贡献。

在肯定成绩的同时，隋拥军强调，新形势下，全省各级体育总会和体育社会组织要提高认识，积极作为，推动体育社会组织工作跨越发展。必须坚持党对体育社会组织工作的领导，牢固树立“四个意识”，坚定“四个自信”，做到“两个维护”；必须坚持弘扬中华体育精神，践行社会主义核心价值观；必须坚持把体育社会组织工作放到经济社会发展全局和建设体育强省大局中去把握、去谋划、去推进；必须坚持政府主导，主动参与公共体育服务体系建设，积极构建“大体育”格局；必须坚持以人民为中心的发展理念，面向基层，面向大众，不断满足人民群众日益增长的体育健身需求，切实解决好不平衡不充分的问题；必须坚持发挥桥梁和纽带作用，团结凝聚各方力量；必须坚持解放思想、改革创新，不断开创体育社会组织工作的新局面。

按照全省体育局长会提出的“奋力开创现代化体育强省建设”的目标定位，隋拥军指出，全省体育社会组织工作要统筹兼顾，突出重点，全面抓好各项工作落实。一是提高政治站位，切实抓好党的建设；二是准确把握形势，坚定干事创业信心；三是强化责任担当，提高综合能力素质；四是加强统

筹协调，促进协会全面发展；五是强化监管服务，规范赛事活动开展；六是积极融入融合，推动跨界共同发展；七是强化媒体宣传，提高传播力影响力。

隋拥军强调，2019年是新中国成立70周年，是决胜全面建成小康社会的关键一年，是山东省的“工作落实年”，全省体育社会组织工作一定要按照省委省政府和省体育局党组“扑下身子抓落实”的要求，积极对标先进，正视差距，突出重点，扎实做好今年的各项工作。要突出抓好党建工作，积极推动省级体育社团党的组织和覆盖；要加强体育总会规范化建设，大力发展基层体育社会组织，实现今年每个乡镇（街道）体育协会数量达到3个以上、村（社区）体育总会覆盖率达到80%以上目标；要积极参加等级资质评估，全面提高体育社会组织规范化建设水平，力争有更多省级体育社会组织达到3A以上等级资质；要积极培育打造品牌名牌赛事活动，办好第十一届“百千万三大赛”，同时通过评估评定，对具有名牌品牌效应或名牌品牌潜质的赛事活动给予重点扶持。此外，还要努力做好宣传和对外学习交流工作。

会上，淄博市体育总会、临沂市体育总会、日照东港区河山镇体育总会、省篮球运动协会、省老年人体育协会、省小球运动联合会、烟台市多维跆拳道俱乐部作了典型发言。

会议由山东省体育总会秘书处处长孙照亮主持。山东省体育总会秘书处、临沂市体育局相关领导，16市体育总会及直属办事机构负责人，各省级体育协会、基金会会长或秘书长，省民办非企业单位负责人等参加会议。

# 解放思想 真抓实干

## 奋力开创全省体育社会组织工作新局面

### ——山东省体育总会专职常务副主席隋拥军 在全省体育社会组织工作会议上的讲话

同志们：

今天我们在这里召开全省体育社会组织工作会议，主要任务是，以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导，深入贯彻刘家义同志在全省“担当作为、狠抓落实”工作动员大会精神和全省体育局长会议精神，按照“走在前列、全面开创”和建设体育强省的目标定位，坚持以人民为中心的发展理念，进一步提高认识，解放思想，真抓实干，狠抓落实，奋力开创我省体育社会组织工作新局面，以优异成绩喜迎建国70周年。

会前，下发了李政局长在全省体育局长会议上的讲话提纲，希望大家认真学习，深刻领会。刚才，淄博市、临沂市、日照东港区河山镇体育总会、省篮球运动协会、省老年人体育协会、省小球运动联合会、烟台市多维跆拳道俱乐部分别就体育社会组织党建、创新开展体育总会工作、规范建设乡镇体育总会发展体育社会组织、争创5A级社团、开展百万人练太极活动、小球改社团创新发展和专业化实体化建设发展俱乐部等方面作了各具特色的典型发言，相信大家都深受启发，希望大家认真学习借鉴他们的先进经验，推动工作再上新台阶、再上新台阶、再创新局面。

根据局党组关于体育社会组织工作的有关要求，下面，我讲以下几点意见：

#### 一、2018年体育社会组织工作成绩显著

一年来，在省委省政府的坚强领导和省体育局党组的正确领导下，全省各级体育总会和体育社会组织以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导，坚持正确发展方向，认真贯彻落实全民健身、健康中国国家战略，围绕全民健身，充分发挥桥梁和纽带作用，团结全省广大体育工作者、爱好者和社会各界人士，大力开展全民健身，为体育强省建设做出了积极贡献。

(一)体育社会组织党建工作扎实推进。去年12月，出台了《中共山东省体育局党组关于加强省级体育社会组织党建工作的意见》，省级体育社会组织党建工作全面启动和加强。淄博市通过创建“党建示范点”，开展“凝心聚力献爱心，精准扶贫暖人心”等活动，积极探索体育社会组织党建工作活动方式，实现了党的组织和工作“两个覆盖”。东营、日照通过选聘社会组织专职党务工作者，向体育社会组织派驻兼职党建工作指导员，保障了基层体育社会组织党建工作扎实推进。其它各市也都按照党建工作要求，开展了基层体育社会组织党建工作。通过抓党建，体育社会组织党的意识和观念进一步增强。

(二)省市县乡四级体育总会实现全覆盖，全民健身组织体系日臻完善。经过全省各级的不懈努力，截止2018年5月底，全省17市、150个县(市、区，含部分高新区、经济技术开发区等)、1847个乡镇(街道)、23570个行政村(社区)建立体育总会，实现了省市县乡四级体育总会全覆盖，东营、临沂、菏泽3市实现了村级体育总会全覆盖，全省有62个县(市、区)体育总会解决了机构编制。省市县乡四级体育总会全覆盖，被评为2018年度“山东体育十大新闻”之一。去年9月，我们在济宁市嘉祥县召开了全省基层体育总会规范化建设现场会，基层体育总会开始进入规范化发展轨道。各级体育总会的建立，有力地促进了体育社会组织的快速发展，截止到2019年2月底，全省各级体育社会组织达6193个，省、市、县、乡分别为88个、1917个、3086个、1372个。基层体育总会和体育社会组织的发展壮大，健全了全民健身组织网络，在一定程度上解决了长期困扰我省县级以下特别是广大乡镇(街道)、农村(社区)等基层全民健身活动无人管、无人问、无人抓的问题。

(三)体育社会组织监管和服务水平进一步提升。出台了《山东省非奥运(全运)项目体育竞赛裁判员管理办法》，为我省非奥运(全运)项目裁判员队伍发展提供了政策依据。印发了《山东省体育局关于境外非政府组织体育代表机构登记和临时体育活动开展办事指南》，着手对境外非政府组织在我省开展体育活动行为进行规范。通过个人承诺和公示方式，规范了体育社会组织负责人人选审核工作程序。积极组织省级体育协会参加等级资质评估，促进协会规范发展，省篮球运动协会、省直机关老年人体育协会分别荣膺5A、3A级社团。按规定要求完成了省级45个体育协会、30个民办非企业单位、1个基金会的年检；完成了省级27个体育协会和1个基金会换届选举；撤销和注销了8个省级民办非企业单位；规范成立了省健身操舞、马术、龙狮和广场舞4个省级体育协会。完成了省小球运动管理中心由事业单位转社团改革，基本完成省体育广告协会的脱钩工作，管理方式由业务主管转为行业监管。济南、青岛、潍坊、济宁、泰安、日照、临沂、滨州、聊城、德州等市出台了体育社会组织监管服务办法，加强了对体育社会组织的服务监管，促进了基层体育组织的健康发展。

(四)品牌名牌赛事活动涌现，全民健身活动广泛深入开展。山东省第十届“百县篮球、千乡乒乓球、万人象棋”三大赛由省市县乡四级体育总会联动，将赛事办在了基层，办在了群众身边，直接参与赛事的群众达25万多人，创历史新高，已成为我省重要的全民健身品牌赛事。沿海骑行大奖赛、山东省武术大会、齐鲁赛车英雄会、山东省省直机关夕阳红健身运动会、“跑游山东”马拉松系列赛等赛事活动名牌品牌效应日渐凸显。“巅峰时刻”山东省电子竞技大奖赛、“纵横江湖”山东省龙舟大奖赛、“追随自然 感受齐鲁”星空露营大会、山东省首届线上线下网路健步走、百万人练太极等赛事活动，正成为全民健身赛事活动的新亮点。与省总工会联合主办的省级行业体协乒乓球、羽毛球、越野徒步大会、职工趣味运动会等深受广大职工朋友的欢迎和喜爱。济南国际山地持杖徒步大会、临沂“红色之旅 沂蒙骑行”自行车赛、日照大青山国际太极拳大赛、青岛国际山地越野挑战赛、烟台国际武术节、泰安泰山徒步大会、滨州“沿着黄河去码头”全国自行车精英赛等正成为当地富有影响力的品牌赛事活动。据不完全统计，去年县级以上体育社会组织举办的全民健身赛事活动达5000余项次，直接参赛群众300多万人。另外，去年新创建4个山东省绿色生态休闲体育活动基地，总数达到22个，为全民健

身找到了“体育+旅游+休闲”的新去处。

(五)宣传渠道进一步拓宽，全民健身舆论氛围更加浓厚。自去年4月起，省体育总会建立了赛事活动发布预告制度，对市级以上体育社会组织举办的全民健身赛事活动，通过省体育局、体育总会网站和体育晨报发布预告，扩大了赛事活动宣传，也方便了群众就近就便参与。与山东广播体育休闲频道联合开办的《山东体总之声》，有36家协会和市级体总做客直播间，介绍协会和体总工作，宣传有关运动项目健身知识和赛事活动，扩大了我省体育社会组织的影响力；去年我们又合作开办了《最美社会体育人》栏目，共有45人参与了访谈活动，展现了我省优秀社会体育人的风采。全省各级通过省体总网站发布各类信息10446条，菏泽、威海、临沂、潍坊、淄博、烟台、滨州和东营市体育总会被评为信息发布先进单位。编辑出版《山东体总》(双月刊)6期，发行1万余册。

过去的一年，经过全省各级体总及体育社会组织工作者的团结拼搏、共同努力，我们取得了很大成绩。这是省委省政府坚强领导的结果，是省体育局党组正确领导和社会各界关心支持的结果，凝聚着全省各级体育总会和体育社会组织全体同仁的辛劳和智慧。借此机会，我代表省体育局党组、省体育总会，向全省从事体育社会组织工作的同志们，表示衷心的感谢！

在肯定成绩的同时，我们要认识到工作中还存在着问题和不足，主要表现在：一是党的组织不够健全，党的工作开展不够经常和扎实；二是体育社会组织内部规章制度不够健全、管理不规范，有的财务管理还存在漏洞，个别项目管理中心还有用协会处理账目的问题；三是竞赛组织缺乏专业性，有的存在赛风赛纪问题；四是社会化、实体化程度不高，“自我造血”功能不强；五是基层体育总会规范化建设有待加强，乡镇体育协会数量太少，工作人员能力素质有待提高，作用发挥需要进一步加强；六是推动“体育+”融合发展，培育打造品牌名牌赛事活动力度不大。以上问题，需要我们全省各级认真思考和对待，采取切实措施加以解决。

## 二、提高认识，积极作为，推动体育社会组织工作跨越发展

实践证明，做好新形势下的体育社会组织工作，必须坚持党对体育社会组织工作的领导，牢固树立“四个意识”，坚定“四个自信”，做到“两个维护”；必须坚持弘扬中华体育精神，践行社会主义核心价值观；必须坚持把体育社会组织工作放到经济社会发展全局和建设体育强省大局中去把握、去谋划、去推进；必须坚持政府主导，

主动参与公共体育服务体系建设,积极构建“大体育”格局;必须坚持以人民为中心的发展理念,面向基层,面向大众,不断满足人民群众日益增长的体育健身需求,切实解决好不平衡不充分的问题;必须坚持发挥桥梁和纽带作用,团结凝聚各方力量;必须坚持解放思想、改革创新,不断开创体育社会组织工作的新局面。

(一)提高政治站位,切实抓好党的建设。习近平总书记强调,党政军民学,东西南北中,党是领导一切的。中国共产党是中国特色社会主义事业的坚强领导核心,是最高政治领导力量,各个领域、各个方面都必须自觉坚持党的领导。我们要深入学习贯彻《中共中央关于加强党的政治建设的意见》精神,按照《中共中央组织部关于集中推进非公有制企业和社会组织党的组织和工作覆盖的通知》(组通字〔2016〕40号)要求,把《中共山东省体育局党组关于加强省级体育社会组织党建工作的意见》落到实处,切实加强党的建设,坚定不移走中国特色社会主义体育社会组织发展道路,切实增强体育社会组织的政治性、先进性、群众性,不断增强党的政治领导力、思想引领力、群众组织力、社会号召力,充分发挥体育社会组织联系群众的桥梁和纽带作用,加大政治动员、政治引领、政治教育工作力度,更好承担起引导群众听党的话、跟党走的政治任务,把联系的群众最广泛最紧密地团结在党的周围,为体育社会组织积极健康发展提供政治保障。要始终绷紧党风廉政建设这根弦,把党风廉政建设规定落实到体育社会组织的各项工作中,守住底线、不越红线、不碰高压线,清白做人、干净做事,既要干成事,又不能出事。

(二)准确把握形势,坚定干事创业信心。党的十九大全面开启了社会主义现代化强国建设新征程,全面深化改革成为我国经济社会发展的总基调和主旋律。目前,各级政府机构改革基本完成,政府职能转变逐步实现;我省各级体育行政部门在本次机构改革中变动较大,聊城、德州市体育局与教育局合并,各县(市、区)体育局与教育局等部门合并,这对我省体育事业带来新的挑战 and 机遇。体教结合后的挑战是,从事体育行政工作的人员肯定会减少,力量肯定会有所弱化;机遇是,青少年体育工作有了更好的发展土壤,政府会以购买服务方式将全民健身许多具体办的事情交给体育总会和体育社会组织来承接。从这个意义上来说,机构改革后,体育总会和体育社会组织的地位和作用只会加强、不会削弱,在体育事业特别是全民健身工作中大有可为、大有作为。所以,我们一定要认清形势、提高认识,顺势而为、

乘势而上,进一步坚定干事创业的信心,进一步增强做好新形势下体育社会组织工作的自觉性,进一步巩固好省市县乡四级体育总会全覆盖这一来之不易的成果;要按照局党组的要求,做实县级体育总会,用足用好体育总会的牌子,配齐配强专职工作人员,引领发展单项协会,为开展县级群众体育提供组织支撑。县级体育总会不仅要确保牌子不丢、组织不散、人员不减、工作不断,还要对“有总会牌子、有机构编制、有专职人员、有办公场所、有事业经费、有赛事活动”继续坚持和加强。要在“抓重点”“补短板”“强弱项”上狠下功夫,善于学习,善于创新,善于实践,善于突破,积极探索新形势下开展体育社会组织工作的方式方法,真正发挥好体育总会和体育社会组织作用,推动工作站在新起点、再上新台阶、实现新跨越。

(三)强化责任担当,提高综合能力素质。落实全民健身、健康中国国家战略,事关全省人民的体质健康水平,事关广大群众的福祉。在2019年全省“担当作为、狠抓落实”工作动员大会上,省委书记刘家义同志要求全省各级领导干部崇尚实干、担当作为。体育总会和体育社会组织肩负着组织开展全民健身、增强人民体质的重任,我们应切实增强“我是谁”的责任意识,切实增强“为了谁”的使命感,切实增强“依靠谁”的群众意识,对体育社会组织工作的认识要再提高、措施要再强化、水平要再提升,在联系群众上用情、用心、用力,办人民满意的体育,以实际行动和实际成效把以人民为中心的理念落到实处。要深入学习习近平新时代中国特色社会主义思想 and 党的十九大精神,用科学理论武装头脑、指导实践;要加强专业知识、政策法规、管理运营等方面的学习研究,在善学、善谋、善作、善成上狠下功夫,跟上知识更新和时代发展步伐,通过学习,提升能力素质,通过大胆实践和创新,增强干事创业本领,解放思想,开拓进取,想大事、干大事、成大事。

(四)加强统筹协调,促进协会全面发展。国家体育总局足球、篮球等项目实行了协会化管理,这是我国体育改革的发展方向;第十三届全运会增设了轮滑、龙舟、太极拳等19个大项126个小项的全民健身项目;本来是非奥运项目的攀岩、冲浪、滑板等项目已经进入了奥运会。不论是奥运项目的协会化,还是非奥运项目的全运化奥运化,协会在其中都是核心力量、发挥主导作用。省级奥运项目协会业务范围都包含全民健身、竞技体育和体育产业的内容,但是一直以来普遍存在着重竞技体育、轻全民健身和体育产业的问题;而非奥运项目协会



则存在着重全民健身、轻竞技体育和体育产业的问题。全民健身是竞技体育的基础、体育竞赛表演是体育本体产业,竞技体育对全民健身和体育产业具有示范带动作用,体育产业的发展壮大有助于全民健身和竞技体育更好发展,三者之间相辅相成、相互促进。所以,我们应当正确处理全民健身、竞技体育和体育产业三者之间的关系,统筹考虑、全面推进,既要按照局党组的要求全力抓好竞技体育这个核心,也要注重抓好全民健身这个基础,还要探索开辟体育产业这个领域,强化强项、促进弱项、补齐缺项,推动工作全面、协调、可持续健康发展。市、县体育协会除了全民健身之外,在一定程度上也承担着培养发现青少年后备人才和发展体育产业的责任,也应全面考虑、全面发展。

(五)强化监管服务,规范赛事活动开展。随着人民生活水平的提高和全民健身上升为国家战略,人民群众参与体育健身的热情持续高涨,各类主体举办的全民健身赛事活动蓬勃开展,在满足群众健身需求方面做出了巨大贡献。但是,赛事活动纷繁复杂、良莠不齐,有的赛事活动不同程度地存在着不专业、不规范的问题,赛风赛纪的问题,经济纠纷的问题,甚至没经批准同意乱挂名的问题,影响了体育形象和群众的体验感受。体育赛事活动具有很强的专业性,只有专业人干专业事,才能保证赛事活动质量;只有加强监管和指导,才能保证不出问题。总局《关于进一步加强体育赛事活动监管和服务工作的通知》规定,体育赛事活动“谁主办、谁负责”“谁审批、谁负责”“谁主管、谁负责”;各级体育主管部门对所辖区域内的体育赛事活动负有领导责任;各级运动项目管理中心、单项体育协会对本项目赛事活动负有监管责任;各类体育赛事活动主办、承办单位对赛事活动负有主体责任。省体育局党组研究决定,挂名省体育局、省体育总会的赛事活动必须报批,原则上省体育局不挂名;所有马拉松赛事一律不挂省体育局,金牌赛事经报批可以挂省体育总会,非金牌赛事经报批可以挂省田径运动协会。我们各级体育总会和体育协会在解放思想、大胆创新、充分发挥社会力量举办赛事活动的同时,一定不要忽视管理,要强化依法治体观念,加强对辖区内和协会所属项目赛事活动的监管,探索组建体育赛事活动监管与服务专家库,建立体育赛事活动信用评价体系,实施负面清单和体育市场退出机制,保障赛事活动规范有序开展。为引导和规范境外非政府组织在境内开展体育活动,去年总局出台了《境外非政府组织在境内开展体育活动管理办法》,省体育局依据该办法制定了

具体办事指南,正式启动对境外非政府组织设立体育代表机构和开展临时体育活动的管理。我们各级体育部门包括体育总会和体育社会组织,一定要站在维护国家安全、社会和谐稳定和促进体育发展的全局高度,提高认识,认真对待,确保规定要求全面落地实施。凡是境外非政府组织在我省设立体育代表机构和开展临时体育活动,必须报省体育局同意、向省公安厅履行备案手续;对未经登记或备案在我省开展体育活动的境外非政府组织,省体育局将及时通报省公安厅,由省公安厅依法予以取缔或责令停止活动,并视情况依法将其列入不受欢迎名单。市级以下体育行政部门和公安部门无权审批,但是市级以下体育行政部门有掌握了解线索信息、提供政策咨询的责任和义务,如有境外非政府组织与当地有关组织和单位合作,拟在当地开展体育活动的,应当及时向省体育局报告(由省体总秘书处具体受理),并通知他们按规定要求向省里报批。

(六)积极融入融合,推动跨界共同发展。我们要积极顺应时代发展大势,将体育总会和体育社会组织工作主动融入经济社会发展大局,融入全民健身、健康中国国家战略,融入乡村振兴战略,融入全面建成小康社会的伟大进程,在大境界、大格局中去谋篇布局、排兵布阵,与时代共同前行、发展壮大;要立足自身工作实际,从满足人民群众对体育健身的美好需求角度来考虑工作、服务民生,通过优质服务寻求发展机遇。现在,跨界融合发展已经成为社会各界的共识,关起门来搞体育,路子只会越来越窄,甚至是死路一条。我们各级体育总会和体育协会要在以往跨界融合发展的基础上,进一步加大体育+旅游、+文化、+媒体、+医疗、+养生、+企业等的跨界融合力度,相互借力用力,实现共赢、共同发展。

(七)强化媒体宣传,提高传播力影响力。我们体育人做事认真务实、勤勉敬业,默默付出、无私奉献,不论是竞技体育还是全民健身,几乎都牺牲了星期天和节假日,为体育事业发展做出了巨大贡献。我们做了这么多工作,付出了这么大的牺牲,除了我们自己知道外,社会上又有多少人知道体育人的甘苦?社会上有太多人对体育工作存在误解,认为干体育好、不累,不就是玩吗?这说明,我们只顾脚踏实地、低头拉车了,没有把宣传工作做好、做到位,没有把我们的工作广泛宣传出去。运动员刻苦训练、奋力拼搏、勇夺金牌需要宣传,教练员、工作人员撇家舍业、忘我工作、无私奉献需要宣传,从城市到乡村全民健身工程建设和体育扶贫需要宣传,体育彩票来之于民用之于民的公益事业需要宣传,体育产业政策

措施和发展成果需要宣传,打造名牌品牌赛事活动更需要宣传。我们必须学会宣传、善于宣传,每一个体育人既是工作人员、也是体育宣传员,都应提高宣传意识,走到哪里就把体育工作宣传到哪里。鉴于“全媒体不断发展,出现了全程媒体、全息媒体、全员媒体、全效媒体,信息无处不在、无所不及、无人不用”的现实,习近平总书记提出了加快推动媒体融合发展、构建全媒体传播格局的要求。我们要用好报纸、广播、电视、互联网门户网站、新闻客户端、短视频、网络直播、AR等全媒体资源,借助全媒体力量,把我们的工作、把我们的赛事活动立体全面、广泛深入地传播出去,提高社会影响力。

### 三、突出重点,扎实作为,全力做好2019年工作

2019年是新中国成立70周年,是决胜全面建成小康社会的关键一年。做好今年的各项工作,责任重大,使命光荣。我们一定按照省委省政府和省体育局党组“扑下身子抓落实”的要求,积极对标先进,正视差距,突出重点,扎实做好今年的各项工作。

(一)要突出抓好党建工作。全面落实《中共山东省体育局党组关于加强省级体育社会组织党建工作的意见》(鲁体党字〔2018〕54号),是今年省级体育社会组织的首要任务。局党组强调,要全面落实省级体育社会组织党建工作,切实抓好党的组织和工作覆盖,选优配强党组织书记,督促制定党建工作年度计划和工作台账,落实年度报告、评议制度,从三会一课、政治学习、活动开展、党员教育管理等方面,形成一套行之有效的党建工作制度,不断提高省级体育社会组织党建工作整体水平。省级体育社会组织要按照局党组要求,切实履职尽责,拿出具体推进落实措施;协会换届后,要及时改选党支部并报省体育局社会组织党委审批,没有成立党支部的协会、民办非企业和基金会,今年必须尽早成立。省体总秘书处作为省体育局社会组织党委办公室,要全面跟进,强化督导,确保党建工作取得扎实成效。各市体育总会要学习淄博市抓党建的先进经验,按照当地党委组织部要求,落实本级体育社会组织党的组织和工作“两个覆盖”,把党建工作融入体育社会组织运行和发展全过程,保障体育社会组织健康发展。

(二)加强体育总会规范化建设,大力发展基层体育社会组织。省委组织部前些日子到省体育局调研,局党组汇报了省体育总会的换届工作,组织部有关领导答复抓紧推进。我们今年有望完成省体育总会换届,让总会全面走上规范发展的轨道,开启新的发展征程。去年,我们召开的全省基层体育总会规范化建设现场会,对如

何抓基层体育总会规范化建设作了专门安排部署。各级体育总会要全面落实全省基层体育总会现场会精神要求,学习借鉴先进单位的经验做法,积极推动乡镇(街道)体育总会规范化建设,依据章程建立完善党建、会议、财务、活动等各项规章制度,用制度将章程规定的工作事项固定下来,建立起科学规范的内部治理体制和工作运行机制;制定好阶段发展规划和年度工作计划,让基层体育总会发展有方向、有目标、有任务。在规范建设基层体育总会的基础上,要按照“1+2+N”发展模式,重点发展乡镇(街道)体育协会,有组织、有计划地发起成立老年人、社会体育指导员和N个符合当地群众健身需求的体育协会,健全壮大基层体育社会组织。要进一步加大体育总会向村和社区的延伸力度,争取早日实现村级体育总会全覆盖,并在村级建立协会或健身团队,形成纵向到底、横向到边、健全完善的全民健身组织网络。各市要针对基层体育总会规范化建设和体育社会组织发展,拿出计划、制定措施、明确标准,既要规范建设好,更要发挥好作用、开展好活动。今年,每个乡镇(街道)的体育协会数量要达到3个以上,村(社区)体育总会覆盖率要达到80%以上。

(三)积极参加等级资质评估,全面提高体育社会组织规范化建设水平。省民政厅早已出台了社会团体、民办非企业单位和基金会的不同等级资质评估标准,但是我们省级体育社会组织包括市级以下体育社会组织,参加评估的很少。截至目前,省级体育社会组织只有省篮球运动协会和省直机关老年人体育协会参加了2018年度的评估,可喜的是他们分别达到了5A和3A级社团。省篮球协会和省直机关老年体协的创建实践证明,参加评估有利于全方位加强协会的规范化建设。全省所有体育社会组织,都要向省篮球运动协会学习,对照等级资质评估指标,按照“缺什么补什么”的原则,高质量、高标准全面加强党的建设、内部治理、基础建设、工作绩效、诚信建设等工作,全面提升自身规范化建设水平。要特别加强省级体育协会的财务管理工作,按照《关于进一步加强和改进省级体育社会组织财务管理工作的指导意见》(鲁体经字〔2014〕24号)要求,各直属单位项目协会、局系统在职或退休领导干部担任法人代表或履行主要负责人职责的协会,要按要求集中会记核算,确保协会资产的科学、安全、高效运行,保证会计资料合法、真实、准确、完整;没有纳入集中管理的协会、民办非企业单位和基金会,要制定健全完善的内部财务管理办法,确保不出任何问题。今年,省体总秘书处要对所有的省

级体育社会组织进行一次全面调研和督导检查,对照等级资质评估指标一项项进行排查,针对每个省级体育社会组织形成“问题清单”和“整改时间表”,跟踪问效,整改不到位决不收兵,力促所有省级体育社会组织步入规范化发展轨道,力争有更多省级体育社会组织达到3A以上等级资质。

(四)积极培育打造品牌名牌赛事活动,带动全民健身广泛深入开展。名牌品牌赛事活动社会影响力大,示范引领带动作用强,是做大做强体育社会组织的重要资源,是增强体育社会组织自我造血功能和可持续发展能力的重要平台。今年省体育总会将组织专家对赛事活动进行评估评定,对具有名牌品牌效应或名牌品牌潜质的赛事活动给予重点扶持,不再像以往那样撒芝麻盐。省级体育协会要高度重视名牌赛事活动打造工作,对以往赛事进行重新审视,看看有没有适合培育成为名牌品牌的赛事活动,没有的话就另起炉灶从头开始,要从赛事活动的策划设计、创新创意、规格规模、融合发展、宣传造势等方面入手,整合所有力量和资源,毕其功于一役,精心培育打造一项拿得出手、叫得响的赛事活动,年年坚持、久久为功,我相信一定会有成功的一天。要通过等级达标、分站赛、联赛等方式方法,吸引更多群众参与,激发群众持续参与的热情。各市要学习临沂创新办赛经验,结合当地自然、环境、文化、旅游等资源,策划举办富有当地特色的品牌赛事;体育协会要学习省小球运动联合会经验,通过赛事整合社会资源,增强自我造血功能;体育类民办非企业单位要学习烟台多维跆拳道俱乐部经验,通过专业化、实体化建设运营,培养青少年体育人才、开展赛事活动,促进自我发展壮大。“山东省百县篮球、千乡乒乓球、万人象棋”三大赛是我省自2009年重点打造的品牌赛事,已连续举办了十年,赢得了群众的广泛好评。局党组强调,要不断擦亮“百千万三大赛”这个品牌,把三大赛办得越来越好。各市要充分发挥好县以下体育总会和有关项目协会的作用,自下而上、层层举办;要在创新上狠下功夫,不断增强三大赛的吸引力;要用好“农民体育健身工程”配建的篮球场、乒乓球台以及文体中心等,切实把三大赛办在基层、办在群众身边,让更多群众受益。“组织全省举办20场以上参赛规模超过5000人的马拉松比赛”列为省体育局2019年重点任务公开承诺事项,省田径运动协会要履行好职责,全面掌握全省马拉松比赛信息,做好监督管理和指导服务;各市县举办马拉松赛事,要主动向省田径运动协会报备并自觉接受监管和指导,确保我省马拉松比赛

规范开展。今年是新中国成立70周年,大事多喜事多,庆典活动多。我们要结合5月份“全民健身月”、纪念毛泽东“发展体育运动,增强人民体质”题词发表67周年、8月8日“全民健身日”、建党日、国庆节等重要时间节点,创新举办丰富多彩的全民健身活动,营造庆祝新中国成立70周年的主题氛围。组织举办赛事活动,安全顺利是第一位的,要特别注重风险评估和风险控制,做好应急预案,确保不出安全问题以及赛风赛纪等问题。

(五)努力做好宣传工作。各级体育总会和体育社会组织都要充分用好省体育总会自有的网站平台和《山东体总》刊物,在宣传好赛事活动的同时,要重点宣传典型经验和做法,以便大家相互学习和借鉴。继续和山东广播体育休闲频道合作,办好《山东体总之声》和《最美社会体育人》栏目,把我省体育社会组织和优秀社会体育人宣传出去,弘扬真善美,传递正能量。省体育总会与山东广播电视台联合打造的《动感视界》栏目,经过半年的筹备,将于今年4月在山东广播电视台体育频道开播,《动感视界》栏目组集合了电视、报纸、网络直播、门户网站、新闻客户端、短视频等众多资源,具有一定的全媒体性质特点,希望大家用好这一栏目,把赛事活动和其他工作宣传好。

(六)搞好对外学习交流。我们要按照省里对标先进、全面求强的要求,以国际化视野开门办体育,立足山东,胸怀全国,放眼世界,主动加强对外交流,学习借鉴先进经验,推动工作更好更快发展。市与市、县与县、乡与乡、村与村之间、协会与协会之间要加强交流合作;省体育总会和省级体育协会,对上要加强与中华全国体育总会和国家单项体育协会的联系,对下要加强与市级协会的对接,对外要加强与国内外体育组织的交流,发挥好承上启下、联系各方的省级体育社会组织作用。省体育总会是各级体育总会和体育组织的家,秘书处是接待大家的服务站、解决困难问题的攻关站、管理咨询的保障站,有困难有问题请找秘书处,他们一定会为大家做好服务。

同志们,做好今年及今后一个时期的体育社会组织工作,使命光荣,责任重大。让我们以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导,不忘初心、牢记使命,解放思想、改革创新,对标先进、积极作为,勇于担当、狠抓落实,奋力开创我省体育社会组织工作新局面,为满足人民对体育健身的美好需求、为建设体育强省贡献力量,以优异成绩庆祝中华人民共和国70华诞!

# 坚持党建引领 推动全市体育社团健康发展 激发协会活力

文 / 淄博市体育总会

淄博市体育总会在省体育总会的正确领导下,深入贯彻落实党的十八大、十九大精神和习近平新时代中国特色社会主义思想,按照全面从严治党要求,坚持在基层体育社会组织中抓好党建工作,引领全市体育社团健康发展。现就相关工作情况汇报如下。



淄博市体育局党组成员、体育总会副主席 张铁军

## 一、强化党建指导,解决“谁来抓”的问题

坚持抓业务与抓党建相结合,建立健全了上下联动的党建工作体系。一是做实工作机构。淄博市体育局社会组织党委成立于2016年10月,同时成立纪律检查委员会,由市体育局党组成员、体育总会副主席张铁军同志担任党委书记,配备1名专职副书记主抓党建工作,配备1名熟悉党务工作的专职工作人员,负责指导日常党建工作开展,配齐配强了工作力量。另外,除体总工作人员外,吸纳区县级体总负责人和在全市有影响力的市级体育社团负责人进入党委,共同开展全市体育社会组织党建工作。二是健全运行机制。完善社会组织党委议事规则,制定工作例会、巡回督查等工作制度。每月一次召开专题会议,探讨全市体育社团党建工作,同时开展“大调研”活动,连续两年对已成立的所有党支部进行调研、督导,并形成调研报告,了解基层党建面临的实际困难,化解党建工作中存在突出矛盾问题。三是压实工作责任。强化各体育协会党组织书记抓党建第一责任人职责,党委与各委员、各支部(总支)层层签订党建工作目标、党风廉政建设目标责任书,明确工作任务、压实党建职责,将党建工作纳入对各协会的考核和表彰内容,形成推动党建任务落实的有效抓手。

## 二、强化规范运行,解决“抓不实”的问题

坚持管理与服务并重,指导与引导结合,推动有形覆盖与有效覆盖相统一。一是注重有效覆盖。对全市65个协会进行全面摸底,摸清党员数量等基本情况,组织填写《党员基本情况统计表》,完善工作台帐,对符合组建条件的及时跟进,原则上协会会长是党员的,推荐拟任党支部书记。截至目前,全市65家协会除个别新成立协会党支部还在成立过程中,其余协会全部覆盖党组织。二是严肃党内生活。自2017年起,连续三年出台年体育社会组织党建工作要点,统一定制了党支部(总支)牌匾和《入党誓词》《党员的权利与义务》《党支部工作职责》等上墙内容,明确体育社会组织党组织设置、职责、制度等标准,统一下发《党支部成立流程》,统一印制《党员党组织生活写实簿》《“三会一课”记录本》,持续推进体育协会党组织规范化建设。三是抓好班子培养。根据全市体育社会组织党建工作情况,邀请专家,从新时代加强体育社会组织党建工作的重要性、基层党支部工作经验、党支部工作基本知识等方面,连续3年开展有针对性培训活动,让部分没有经验的支部书记和委员进一步解决党建是什么、党建谁来干、党建干什么、党建怎样干等问题。四是树立典型标杆。根据协会工作开展

情况,按照市委组织部标准和要求,打造淄博市广场舞党总支、淄博市围棋协会党支部、淄博市汽摩运动协会党支部、淄博市城中老年文体活动中心党支部4家“党建示范点”,克服“两张皮”现象,不仅在规范化建设上达到要求,还要考虑如何发挥支部作用,将党务工作和协会的日常工作相结合。要求示范点不断完善自己,及时总结推广基层党建好的做法,为全市体育社会组织党组织树立标杆,通过示范点的创建,进一步推动协会党建工作开展,引领党建工作创新,例如:淄博市汽摩运动协会党支部创建了“党建引领、文明出行、安全驾驶”培训示范项目;淄博市围棋协会党支部创建了“推进围棋教育公益进校园”示范项目等等。五是积极发展党员。以党员发展为抓手,要求各支部积极培养入党积极分子,同时,规范体育社会组织党员发展工作,制订下发《党员发展流程》,严格政治标准、保证发展党员质量。深入学习贯彻《中国共产党章程》《中国共产党发展党员工作细则》,中共淄博市委组织部关于《淄博市发展党员工作全程审查办法》等有关规定,按照市委组织部“两新”党工委发展党员计划要求,根据市级协会业务、党建、社会服务等实际工作情况确定党员名额分配计划,对协会党支部确定入党积极分子和发展对象、接收预备党员等各阶段进行全程审查,2018年党委共发展6名党员。

### 三、强化载体创新,解决“抓不活”的问题

充分发挥体育协会涉及人员广、思想活跃的优势,以创新求突破促提升。一是做好政策引领。根据淄博党建工作的实际情况,在各支部下发《关于开展精神建设活动的意见》《关于加强体育社会组织行为规范的通知》,进一步规范淄博市市级体育社会组织开展、参加各类活动的行为,维护全市体育事业健康有序发展,引导体育社会组织积极培育和践行社会主义核心价值观,提升体育社会组织的影响力和公信力,为全市健身爱好者打造充满快乐和正能量的运动氛围。二是开展“主题党日”活动。结合“党的生日”、“十九大召开”等重要时间节点,组织开展全市范围内的主题党日活动,带动各支部(总支)党员积极参与,有效提高体育社团党组织活力。在基层体育社会组织党组织中开展“党在我心中”主题演讲比赛、学习贯彻落实“党的十九大精神”主题活动、焦裕禄纪念馆观摩学习活动、庆祝“党的生日”主题展演等等,形式多样的“主题党日”教育活动,带动各党支部结合自身协会特点,相继开展了丰富多彩的党员教育、活动,回顾党的历程,重温光辉岁月,坚定了党员的理想信念,提升了党性修养,极大激发了党组织的活力和战斗力。三是丰富教育手段。针对体育社团较为分散的实际,充分运用“互联网+党建”模式,对接“灯塔一党员在线”和“学习强国”,在65个协会中建

立微信学习交流群,定期推送党员学习教育应学应知内容。微信群建立以来,上传有关内容500余篇,方便党员随时随地地开展学习。十九大闭幕后,组织51个协会480余名党员通过微信平台交流心得体会,创办了“不忘初心、牢记使命”党建专刊。四是引领公益活动开展。打造“一协会一公益品牌”,积极引导各社会组织采取多种形式开展丰富多彩的公益活动。淄博市体总、市体育局社会组织党委多次组织各支部党员开展开展贫困帮扶、爱心献血、绿色植树、爱心认购、学雷锋志愿服务进社区等公益活动,党支部的战斗堡垒作用和党员的先锋模范带头作用得到进一步发挥。在党委的引导下,体育协会和党组织不断转变思想观念,积极承担社会责任,形成了“汽摩安全出行”“无人机搜救”“广场舞下乡”“魔方公益进百校”等一系列协会自主打造的品牌公益活动,2018年,各支部共开展公益活动70余次,为全市精神文明建设贡献了体育力量。五是打造全民健身优秀成果展示大舞台。淄博市体育局社会组织党委、市体育总会共同为全市健身爱好者搭建展示平台,发动党员和健身达人走进公园、商场、走进社区、村庄,积极宣传全民健身思想,进一步提高了群众的健身热情和参与度,得到了市领导的高度认可。

### 四、存在的问题和下一步工作计划

目前,在党建工作开展中,也存在着一些问题和不足。一是党建工作基础比较薄弱。体育社会组织的工作人员来自各行各业,党组织负责人往往都是兼职,因而党建工作力量薄弱,开展活动受到人员、经费、场所等条件的限制,存在活动无场所、培训无阵地、工作无经费等问题。二是学习教育力度不够。普遍对学习教育重视不够,对党建工作认识不到位,重业务、轻党建的问题突出。有些体育社会组织中党员流动性大,活动分散,党员个人自学、集中学习等方面力度还不够。三是社会组织党建工作方式单一。体育社会组织不具有严密的组织性和层级制,比较松散,人员构成复杂,党员一般都是机关或社会上的人员,绝大多数都在原单位、联合党支部或所在农村支部参加组织生活,党建工作空白点较多,党组织活动开展没有常态化、发挥作用还不够明显。因此,市体总还将继续深化对习近平新时代中国特色社会主义思想和党的十九大精神的学习及当前“两会”精神的学习;加强班子自身建设,进一步明确党委委员分工,并发挥纪委作用,对党委和各党支部进行检查和审计,规范党组织建设;做好“党建示范点”及党建项目创新工作;抓好党建知识培训,提高党务工作者水平;强化工作调研,促进工作落实,真正做到以党建引领,推动全市体育社团快速健康发展,为全市全民健身事业发展贡献新力量。

# 三位一体谋发展 整体努力开创体育社会



临沂市体育局局长 刘艳芬

近年来，临沂市体育局、体育总会在省体育局、体育总会的指导下，以体育供给侧改革为统领，以基层体育总会全覆盖为重点，

以发展壮大各级各类体育社会组织为主线，以广泛开展丰富多彩的群众性体育活动为核心，不断丰富体育供给，较好地满足了人民群众强身健体的需求。新的一年，我们将按照省体总的要求，进一步强化组织建设，丰富赛事活动，担当作为，改革进取，不断开创我市体育社会组织工作新局面。

## 一、强基固本，狠抓组织建设

2018年，按照省体总《山东省体育社会组织发展“十三五”规划》和《关于加强市级以下体育总会建设的意见》要求，我们研究出台了《关于加强市级体育社团“三化五有”建设的实施意见》，按照“规范化、社会化、实体化、有专门的人员、有健全的队伍、有固定的场所、有稳定的资金、有品牌的赛事”的标准，加强了市县体育社会组织建设，为群众体育活动开展提供了强有力的载体支撑和组织保障。同时，按照“五有”标准和“支部加协会，群众得实惠”的要求，狠抓基层体育总会组织建设，全市16个县（区）体育总会均达到“五有”标准，167个乡镇（街道）、3954个行政村（社区）全部按照“四有”标准成立了体育总会，市县乡村四级体育总会已初步实现了全覆盖。

新的一年，是工作落实年，也是工作提升年。在组织建设上，我们将进一步坚持高起点定位，高质量推进，高标准落实。继续以“三化五有”为抓手，全面提升市县体育社会组织建设水平，召开全市体育社会组织“三化五有”建设现场推进会，发挥典型引领和示范带动作用，将体育社会组织“三化五有”建设推向纵深。修改和完善《临沂市体育社团考评办法》，对达到“三化五有”标准的体育社会组织在承办市县全民健身运动会项目时优先考虑，并给予资金扶助。同时，坚持上下联动，两手抓、两手硬。在基层体育组织建设上坚持“重心下沉、示范引领、健全组织、全面提升”的工作思路，印发《临沂市基层体育总会三年提升行动计划（2019-2021年）实施方案》，从2019年开始，连续三年要求每个县区每年分别选择三分之一的乡镇（街道）、行政村（社区）体育总会作为示范点进行集中打造提升。示范点一是要达到新“五有”标准。有体育总会牌子、有专（兼）职人员、有活动经费、有办公场所、有活动内容。二是要不断健全组织网络。实施“2581”工程，村级体育总会必须成立2个以上单项体育协会，乡级体育总会必须成立5个以上单项体育协会，三年后确保全市村级体育协会总数达到8000个以上，乡级体育协会总数达到1000个以上。保证基层体育健身服务有人管、有人教、有人干，确保全市基层体育社会组织体系更加完善、体制机制更加富有活力、服务能力明显有效提升，在参与全民健身和实现“健康临沂、体育强市”目标中发挥引领和主体作用。三是要强化督导考核。把基层体育社会组织建设工作列入市体育局重点工作进行考核，年初，由市体育总会建立全市示范点建设台账，每月一调度，每月一通报，每季度以督导，半年一考核，年底总考核，年底总考核采取聘请第三方考核的办法进行。

## 二、建以致用，狠抓赛事供给

组织建设是硬基础，赛事活动是刚需求。2018年，我们依托基层体育总会和体育社会组织，深入开展各种群众性体育活动，体育社会组织承办国家级赛事3项，省级赛事17项，市级赛事及全民健身运动会60余项次，县级赛事296

# 联动促改革 组织工作新局面

文 / 临沂市体育总会

项次,乡镇及村级体育总会举办赛事活动 1200 余项次,直接参与人数近 30 万人次。实实在在地做到了体育社会组织建在群众身边,健身活动开展在群众身边,让群众切身感受到了基层体育组织建设的能量覆盖。

新的一年,在进一步强化组织建设的同时,我们将进一步提升赛事水平和群体活动覆盖面,切实做到组织建设到哪里,赛事活动就开展到哪里。一是继续举办和提升“红色之旅、沂蒙骑行”自行车赛。全年共设置 6 站分站赛,各分站赛在赛事名称、logo、规程、背景板等宣传品相统一,加强组织领导,强化统筹协调,加大宣传力度,不断提高赛事水平和赛事影响力。同时在省体育总会的指导下,联系对接井冈山、延安、西柏坡三个革命老区,打造“红色之旅、逐梦骑行”中国革命老区自行车挑战赛,力争将赛事打造成具有广泛知名度的全国性骑行运动品牌赛事,提升革命老区影响力。继续办好环青海湖自行车比赛云蒙湖站比赛,打造蒙阴云蒙湖、费县天景湖两个骑行小镇。二是大力支持体育社会组织创办和培育品牌赛事。依托临沂丰富的山水资源,支持市钓鱼协会创办“垂钓沂州”品牌赛事,今年将举办 7 站比赛,全部列入临沂市第九届全民健身运动会比赛项目;支持市登山协会举办“走遍蒙山沂水”系列登山、健步走赛事,支持市马术协会继续举办“一带一路大赛马”系列赛事,支持市健美协会继续承办“情系沂蒙”全国健美健身大奖赛。鼓励体育社会组织通过市场化运作吸纳各类社会资源,多层次、多角度培育品牌赛事,达到以赛事创品牌、以活动促发展的目的。三是创新“百千万”三大赛办赛模式,提高办赛质量。充分依托基层体育总会,市县乡村体育总会四级联动,细化“百县篮球、千乡乒乓球、万人象棋”的赛事规程,将“三大赛”与市县乡三级“球王(棋王)”争霸赛相结合,真正把三大赛办在基层,办在实处。四是以示范点建设为抓手,进一步丰富基层体育活动。乡镇、村级示范点建设不仅在组织建设上有硬要求,而且在活动开展上也有硬杠杠,列入示范点的乡级体育总会每年必须开展 5 项以上活动,村级体育总会必须开展 2 项以上活动,乡、村每个单项体育协会必须确保每年举办 1 项以上活

动,力争全年全市基层体育活动总数达到 6000 余项次以上。同时立足乡情创办“一乡一品”、“一村一品”等一批具有“三农”特色的农民体育健身赛事活动,利用“全民健身日”“全民健身月”,建国 70 周年等重大节庆等时间节点,鼓励支持县乡村开展丰富多彩的农民运动会,让农民动起来,让基层活起来,为乡村振兴注入体育力量。

### 三、担当作为,狠抓改革推进

新时代、新要求,改革是时代最强音。和健康相伴,与幸福同行,也需要改革推动。今年,我们将在学习外地区先进经验的基础上,继续探索社会力量办体育改革,进一步拓宽社会力量参与体育工作的边界。研究出台《临沂市社会力量办体育工作的试行意见》,加快推进体育部门“放管服”改革,实现体育部门由“办体育”向“管体育”转变,实现社会力量由“被动参与”向“主动参与”的转变。继续坚持和强化体育社会组织在全民健身运动会中的主体作用,2019 年市级体育社会组织将在临沂市第九届全民健身运动会中承办 28 项 57 场次赛事。发挥体育社会组织公益性作用,积极开展体育社会组织进校园、进社区活动。加大社会力量办竞技力度,依托体育社会组织举办足球、篮球、乒乓球、羽毛球、网球、轮滑、跆拳道等 7 个项目“未来之星”系列赛事,发现和选拔竞技体育后备人才,拓宽人才选拔的视野和覆盖面,引导鼓励有能力的社会组织以多种方式参与竞技体育工作,探索社会力量与体校联合办竞技运动队,鼓励协会、俱乐部通过联合办队、个人办队等形式组建网球、轮滑、橄榄球、乒乓球、羽毛球、冰雪等项目运动队,形成社会力量办竞技体育的强大合力,助推临沂竞技体育的发展和提升。

各位领导、同志们,我们虽然在组织建设、赛事活动、社会力量办体育等方面进行了一些探索和实践,但和省体育局、省体育总会的要求相比,和其他地市相比还有一些差距。我们将以此次会议为契机,认真学习和贯彻本次会议精神,进一步找准座标,真抓实干,努力开创全市体育社会组织工作的新局面,为体育强省建设贡献临沂力量。

# 强化组织领导 不断创新基层 体育总会工作 新局面



日照市东港区河山镇体育总会副主席 刘兆红

近年来，东港区河山镇体育总会在镇党委政府的正确领导下，在省市区三级体育局、体育总会的大力支持和悉心指导下，深入贯彻落实全民健身、健康中国国家战略，大力倡导“人人热爱体育、全民健身强体”健康新理念，不断加强基层体育社会组织网络建设，积极构建符合各村居、社区实际

的全民健身服务体系，真正把“健康服务”做到了广大群众心坎上，有效带动了群众性体育活动的推广普及。现将有关工作汇报如下：

### 一、强化组织领导，创新工作方法，不断加强基层体育总会组织建设

河山镇位于日照市北端，是典型的城郊乡镇，辖区内辖7个农村社区48个自然村，总人口27000人。地理位置的特殊性决定了经济要素异常活跃，人口流动量非常大，群众健康理念和健身意识普遍较高，这为健全组织、开展好群众性体育活动奠定了良好的基础。针对这一实际情况，我们积极抢抓机遇，按照省、市、县三级体育总会要求，于2014年7月率先建成全省第一家乡镇体育总会，为全省基层体育总会建设开了个好头，树起了旗帜。此后，严格按照《章程》办事，创新了用制度管人、按规章办事的内部治理机制和工作机制，健全和完善了党建、财务、人事等各项规章制度，成立了各专项工作委员会，配齐配全了工作人员，明确了年度工作计划和阶段发展规划。同时，按照服务群众“向下再走一步、向前再进一步”的要求，采取1+2+N的模式，在全镇7个社区48个自然村全部成立了村级体育总会和老年协会、社会体育指导员协会，并根据群众的实际需求，先后成立了太极拳、乒乓球、篮球、象棋等协会。各单项协会充分发挥自身特点和优势，积极引导群众参与健身，已累计发展会员1000多人。

### 二、不断加强场地建设和设施配套，夯实体育总会工作基础，营造全民健身氛围

健身组织是基础，活动场地是保障。近年来，我们在突出抓好群众身边的健身组织的同时，也进一步加大了全民健身工程建设力度，较好地解决了体育活动场所建设相对滞后的问题。截至目前，河山镇建成了4000多平米体育健身广场，配备了大型LED电子显示屏，健身路径、篮球场地、儿童滑梯全部铺设了人工草皮，为健身人群提供防护，配套建设了室外乒乓球场地、羽毛球场地，老年门球场地也正在规划建设之中。建成了780平米的文体活动中心，并配套建设了镇体

文 | 日照市东港区河山镇体育总会



育总会、老年体协办公室和舞蹈健身室、棋牌室、健身室、电子阅览室、农家书屋、书画室等活动场所。在东侧广场上，建有木制体育健身文化宣传展示长廊，全面展示我镇体育总会成立以来全民健身事业取得的丰硕成果，认真讲好群众身边的健身故事，广大群众平时很喜欢来这儿，既能活动健身，又可以休闲纳凉，还可以从中找到自己锻炼时的矫健身影。此情此景，群众的获得感和满足感便油然而生，营造出了浓厚的全民健身氛围。

### 三、开展志愿服务培训，倡导科学健身理念，不断充实镇村社会体育指导员队伍

在努力建设和完善健身场地设施的同时，镇体育总会为每个单项协会都配备了社会体育指导员，并根据老百姓的健身需求，每年至少举办2到3次社会体育指导员业务培训班，使其在开展志愿服务活动时，做到业务精通、技术娴熟。平时，各级社会体育指导员活跃在老百姓身边，为老百姓科学健身提供指导和服务，有力地促进了广大群众科学健身水平，提高了群众的生活质量，也带动了村民和镇周边企业职工的健身热情。农闲时，只要天气晴好，镇文体广场上每天都会聚集很多自发前来锻炼的人们，他们在各个专项社会体育指导员的带领下，老年人练太极，年轻人打篮球、乒乓球，孩子们玩健身路径和丢沙包等游戏，妇女朋友们则跳广场舞、扭大秧歌，场面十分热闹。

### 四、积极开展各类比赛活动，突出假日节庆，不断丰富活动内容

为认真办好群众身边的赛事活动，镇体育总会每年都举办“百千万三大赛”选拔赛，全民健身广场舞展演、趣味运动会、太极拳展演等活动10多场次，吸引了村民和周边企业职工积极参与。在活动开展过程中，我们不仅与镇团委、妇联等部门加强合作，也注重与节假日有机结合，每个节庆都突出一个主题，比如庆“三八”，一般开展妇女拔河比赛或健身舞比赛，庆“五四”，开展青年登山比赛，“九九”老人节组织太极拳展演和门球比赛，庆“国庆”和周边企业职工进行篮球、乒乓球友谊赛，庆“元旦”则组织象棋比赛。另外，每年寒暑假期间，镇体育总会都会指导各社区、村，广泛开展孩子们喜欢的趣味运动会，不断丰富假期日期间孩子们的文体生活，解除了父母

的后顾之忧。体育活动与节假日的有机结合，既传承弘扬中华优秀传统文化，也大大丰富了群众的精神文化生活，提高了群众的身心素养。

### 五、彰显品牌效应，发挥示范作用，开创全市基层体育工作新局面

为充分发挥公共体育的“强身、健心、乐邻、睦群”的功能，河山镇以广大群众为服务对象，充分发挥镇体育总会的龙头枢纽作用，以单项体育协会为组织体系，以各社区、村体育设施为依托，以体育生活化为基本内容，通过倡导科学、文明、健康的生活方式，积极打造的“大好河山”健身文化节，已成为全区的一项重要体育文化品牌。节目的设置既有健身气功、太极拳、广场舞、瑜伽等健身展演，又有文艺演出，为前来观看的群众提供了丰盛的节日盛宴，每年都吸引众多群众前来观看参加，满足了不同群体的健身文化需求。通过品牌特色活动打造和宣传引导，越来越多的群众自觉自愿投身到全民健身活动中，真正实现了“人人热爱体育、全民健身强体”的健康新理念。

近年来，我镇在加强基层体育总会组织建设，促进体育社会组织作用发挥等方面进行了一些探索和实践，取得了一些成绩、积累了一些经验，但与先进地区相比，还有很多需要改进和完善的地方，如：体育协会数量还较少，发展不平衡，作用发挥还不够充分。下一步，我们将进一步加强体育总会规范化建设，健全各项规章制度和各类协会组织。继续加大对各类体育设施建设力度，逐步缩小城乡差距。创新活动开展方式，将大型健身展演活动和小型常态化健身活动相结合，打造自己的特色品牌，大力倡导科学文明的健身理念和生活方式，不断丰富广大群众的体育文化生活。继续开展普及“百千万三大赛”以及太极拳、广场舞等活动，加大社区、村业务骨干培训，不断壮大社会体育指导员志愿者队伍。

我们将以本次会议为契机，按照全民健身、健康中国国家战略要求，充分发挥基层体育总会的作用，进一步优化网络、完善配套、加大宣传，积极营造良好的全民健身环境和氛围，为体育强区、体育强市做出我们应该的贡献！

# 党建为纲 担当作为

## 以 5A 标准引领推进山东篮球运动发展

文 / 山东省篮球运动协会



山东省篮球运动协会会长 魏淑波

2018年,在省体育局党组的正确领导下,在省体育总会的指导支持下,省篮球运动协会以习近平新时代中国特色社会主义思想为指引,贯彻落实省体育局局长李政同志提出的“山东体育走在全国前列”要求,以5A级协会建设为抓手,以标准化推动协会建设规范化,坚持党建引领、搭建平台、完善机制、创新品牌、主动作为,去年被评为5A级社会组织,是全省体育系统中第一家被评为5A级的社会组织,也是中国篮协会员协会中的唯一一家。下面,我结合省篮协获评5A级的具体情况,汇报一下我们的做法:

### 一、高位推进,切实增强责任和使命意识

去年5月份,省篮协被确认符合条件参加第三批省管社会组织评估,省篮协迅速部署创建5A级工作。

一是进一步提高思想认识。充分认识到创建5A级协会是一次发现不足,完善提高的机遇,并以此为契机,查缺补漏,努力提高协会的规范化,推进各项工作水平提升。同时,作为体育系统的参评单位,我们深感责任重大,全员以高度的责任感,全力以赴投入到创建工作中。

二是构建全员齐创机制。创建5A级协会与篮球各项工作任务密不可分,需要全员参与,共同努力。中心成立了以领导班子为核心,各部室负责人为成员的创建工作组,并建立4个工作推进小组,对各项工作进行详细分工,坚持每两周召开一次推进工作协调会,统筹进度,解决存在的问题。

三是高标准严要求推进参评工作。认真研究省管社会组织评估指标,明确参评的思路与方向,有的放矢做好材料准备,高标准完成协会自评报告和长达660多页的自评材料汇编;对标先进,主动加强与其他已评5A级社会组织的交流,认真听取评估专家组指导意见,对16处问题进行完善整改。

### 二、党建引领,不断加强协会自身能力建设

加强党的领导是做好协会工作的根本保证,在省民政厅第三批省管社会组织评估指标中,党的建设和体育类社会团体评估指标分值各占一半。省篮管中心和省篮协合署办公,协会从建立伊始就成立党支部,党组织建设完整,下设3个党小组,现有党员34名,并将党的建设写入山东省篮球协会章程,建有详细的党建工作台账资料,参评5A级期间整理汇总相关党建材料21篇、活动记录和影像资料150余篇。

(一)认真贯彻新时代党的建设总要求,加强党支部标准化、规范化建设。规范党支部日常工作,制定符合党建实际的年度党建工作计划,坚持三会一课和政治学习制度。狠抓党支部活动规范化管理,抓紧抓实“一个固定主题党日”、“两学一做”教育常态化,党支部各项活动全程记录。

(二)推进理论学习常态化、制度化。坚持在每周四的“主题党日”原原本本学习《习近平新时代中国特色社会主义思想三十讲》,对总书记最新讲话,主动跟进、及时研读,写心得,谈体会。组织全体干部职工读《苦难辉煌》一书并筹备举办“学党史、强信念、塑强军”演讲比赛,在重读党史的过程中坚定信仰和初心。认真组织参加“学习强国”和“灯塔-党建在线”学习知识竞赛活动,开展了一系列党性教育系列活动,组织运动员集体参观解放阁、英雄山革命烈士陵园;组织中心党员参观刘公岛爱国教育基地;邀请专家为全

体人员上党课。

(三)以提升组织力为重点,打造忠诚、干净、担当的专兼职干部队伍。一是成立省篮协办公室,现有专职人员4人,专门负责省篮协的日常工作及本项目的业务管理,使协会的工作步入正轨。二是发挥篮协的纽带作用,邀请了社会各界一大批热爱篮球的兼职人员,定期不定期的参与篮协工作,2018年,我们面向省篮协的所有理事发起了《我为篮协做一事》的倡议,得到了大家的积极响应和落实。

### 三、搭建平台,不断推动协会向实体化方向发展

体育类社会团体评估指标中基础条件、内部治理、工作绩效三项分指标占比达78%,主要是针对平台建设、规范化建设、业务开展情况等。

一是大力推进协会标准化管理。坚持以让更多的人参与我省的篮球运动为价值导向,参照ISO9002质量认证标准,建立覆盖协会发展、建章立制、赛事管理和品牌营销全过程的管理体系,统一标识和视觉识别,设计制作新会标、稿签纸张、印刷材料等,制定了《山东省篮球运动协会招商手册》《运动队标准化建设建设方案》等5项管理标准。

二是搭建组织平台。顺应中国篮协的改革形势,新一届理事会下设战略规划委员会、青少年委员会、教练员委员会、裁判员委员会等9个专项委员会,与中国篮协各委员会实现业务完全对接。让专业人干专业事,有7个专项委员会负责人由所在领域的专业人士担任,将高校、媒体、民间俱乐部、企业纳入,向市场和社会释放更多篮球资源。

三是搭建赛事平台。2018年,省篮协主办和组织的篮球赛事有8项,全省青少年锦标赛、全省中小学联赛、小篮球联赛、“我要上奥运”三人篮球擂台赛、中国三对三篮球联赛山东赛区比赛、全民健身运动会三对三篮球比赛、省直机关男子篮球争霸赛、省体育局系统三对三比赛,覆盖全省16市,超过5万名篮球爱好者参赛,约有100万人现场或通过网络直播观看了比赛。特别是2018中国小篮球联赛山东赛区比赛,全省共计822支有效参赛队参赛,省级预赛1635场,合作企业和机构多达50家,参赛人数近10000人。

四是搭建合作交流平台。2018年与NBA中国签订协议,共同建设NBA山东精英训练中心建设;选派了7名优秀青少年篮球运动员赴美国、印度等参加了NCAA明日之星表演赛、第十届“篮球无疆界”亚洲训练营,与16个国家和地区的运动员交流和切磋技艺。协会还与塞尔维亚篮协、澳大利亚篮协建立合作关系,围绕篮球青训体系建设、教练员培训等方面展开合作。顺利召开华东区六省一市篮协联席会议,就省市协会规范化建设、业余联赛开展等深入交流,形成了协会发展实体化、平台化、市场化的共识。

五是注重发挥职业篮球和竞技篮球的龙头作用。积极对接做好服务保障,确保山东高速和山东西王平稳实现了俱乐

部的转让、运营,山东女篮首次打入季后赛,青岛国信首次承办CBA全明星赛。竞技篮球取得较好成绩,2018年向各级国家集训队输送优秀运动员、教练员和工作人员20余人。雅加达亚运会,我省3名篮球运动员参赛,共获得两枚金牌,创造了我省篮球参赛亚运会最好成绩。

### 四、创新品牌,重视和加强鲁篮文化样板

加强政治思想教育和文化建设,将中华优秀传统文化、红色文化和社会主义先进文化融入协会管理和品牌建设中,省篮协出台了《运动队政治思想教育和文化建设方案》,以文化建设引领运动队备战训练,收到良好的效果。

(一)推进运动队荣誉体系建设。为各支运动队设计了专属的logo、队徽、队旗等,举行备战十四运运动队成立授旗仪式,增强全体人员的荣誉感、使命感。建立运动队表彰机制,定期评选先进个人、训练标兵、优秀运动员等,授予荣誉称号。增强仪式感,在运动员入队、获奖、参加大赛等重要时刻,举行正式仪式。

(二)打造新媒体学习宣传矩阵体系。一是成功上线“鲁篮在线”APP,平台依托大数据、云计算等前沿技术,集会员管理、在线培训、赛事直播、比赛报名、赛事招标等功能于一体。二是用活篮协微信公众号、篮协官网和“鲁篮在线”APP等“一微两端”新媒体学习宣传平台,实现“近期山东篮球动态”栏目每周推送常态化。三是常规宣传推陈出新,重点稿件定向推送,全年在大众日报、齐鲁晚报、山东电视台等重要媒体上稿50余篇;积极向《体育晨报》报送工作信息,全年发稿32篇。

(三)让党建和文化建设硬件设施真正“硬”起来。加大宣传和文化建设经费投入,成功改建2座标准化党员活动室、团员活动室,打造形成具有篮球文化特色的文化长廊,从墙面布置、荣誉墙、宣传栏、演讲台、学习应用书架等都经过精心构思和设计。

(四)积极开展社会公益志愿活动。参加社会公益活动是协会践行社会职责的重要评价指标,省篮协将参加社会公益活动作为服务社会的重要载体,要求每支省篮球队每年至少参加2次社会公益活动。协会参与支持了省体育局派驻临清市唐园镇第一书记帮扶村农民篮球赛;开展篮球进校园活动,组织NBA名人堂球员英格利什和省男篮青年队走进银座幼儿园,让孩子近距离接触篮球文化。

5A级协会既是荣誉,更是鞭策。我们深知,与省体育局党组、省体育总会的要求相比,与各兄弟协会的工作相比还有很大差距,还有相当长的路要走。我们将以更大的决心和热情,以爬坡过坎、滚石上山的奋斗精神和斗争意志,上下一心,心无旁骛干事业、聚精会神抓落实,把我们的工作做的更好!

# 普及太极拳运动，造福百万老年人

文 / 山东省老年人体育协会



山东省老年人体育协会副秘书长 孟涛

为深入贯彻落实习近平总书记关于体育事业、老龄事业的系列重要讲话精神，推动健康中国和全民健身国家战略的实施，以“重在参与、重在健康、重在交流、重在快乐”为原则，以培育打造“普及老年人太极拳活动”为品牌，推动全民健身战略的实施，积极探索和拓展文体养老的新领域，营造老年人热爱太极拳的良好氛围，提高老年人的健康水平和生活质量，省体育局、省体育总会、省老体协、省老龄办等八部门自2016年起连续三年主办了在全省开展普及老年人太极拳活动，全省上下形成了以太极拳普及为重点，带动其他项目广泛开展的新局面。

## 一、明确规划定位，谋篇布局起步

按照《“健康中国2030”规划纲要》《全民健身计划（2016-2030）》要求，根据山东老年体育整体发展实际，我们把老年人太极拳普及工作分成三个阶段：第一阶段（起步阶段）：2016年至2018年，重点是培养建设一支由30万名初级教练员和辅导员组成的老年太极骨干队伍，引导100万老年人习练太极拳，使50%以上的村（居）达到有2-3名教练员或辅导员，有1支10人左右的太极队伍。第二阶段（健康发展阶段）：到2020年，有75%以上的村（居）达到有1支10人以上的业务骨干队伍，有30%以上老年人开始习练太极拳。第三阶段（决胜攻坚阶段）：到2030年，90%以上的村（居）有1支10多人的业务骨干队伍，50%以上的老年人习练太极拳，习练太极拳老年人口突破1000万。三阶段计划从打基础、推动发展到实现目标，充分考虑到山东实际，指导性、操作性极强，为普及老年人太极拳活动定好了位，布好了局。

## 二、政府主导推动，部门协同共管

为了在全省普及推广好老年人太极拳，省体育局等8部门发文，持续深入开展普及老年人太极拳活动。省体育局还把普及推广老年人太极拳活动作为群体工作的重要组成部

游泳是同大自然作斗争的一种运动，你们应该到大江大海去锻炼。

——毛泽东

分，纳入整体工作规划，每年拨出专项经费用于支持老年人太极拳教练员、辅导员培训。

2018年4月，山东省副省长孙继业专门做出批示：“省体育局、省老体协深入落实全民健身国家战略，围绕更好满足老年群众健身需求，大力开展普及老年人太极拳活动，取得良好成效，受到老年人欢迎。相关部门要牢固树立以人民为中心的发展思想，高度重视老年人太极拳普及工作，在组织领导、宣传动员、做好保障方面加大力度，共同把这项民生实事做好，进一步提升老年群众健康水平。”省领导的批示，对全省老体协的工作给予充分肯定和强有力的支持，对全省普及老年人太极拳工作给予极大激励和推动，形成了浓厚的社会氛围。

### 三、抓骨干带队伍，抓典型引思路

我们坚持以骨干培训为关键环节，创新培训方法，以骨干培训引领活动开展。协调省武术院成立太极拳培训专家组，深入农村、社区开展太极拳培训。在培训工作中，采取由简入繁、先易后难、“滚雪球”的办法，重点抓业务骨干队伍建设，以“星星之火”形成“燎原之势”。三年来，共培训老年太极拳一级教练员近1.4万人。这种激励机制调动了基层太极拳教练员、辅导员的积极性，带动了更多老年人加入习练太极拳的队伍。

为了及时总结工作经验，帮助各地理清工作思路，找准工作方法，推广典型经验，我们不定期的到各市区调研工作开展情况，督导工作进度，每年选择一个工作突出的市区召开现场会，推广了德州、泰安、日照、济宁曲阜、青岛李沧区等地的先进经验做法，起到了很好的引领示范作用，掀起了树先进、学先进、争先进的热潮。

### 四、面向基层群众，下乡进村推广

在巩固扩大城市社区老年太极人口的基础上，我们把普及工作中心重心下移，将重点转到广大农村，开展太极拳“下乡进村”活动。采取抓重点带一般、补短板突破薄弱环节，先城后乡、先城镇周边再偏远农村梯次推进的办法，把普及推广活动落到实处。结

合体育总会组织建设要求，在村（社区）成立老体协或太极拳协会，做到一套班子多块牌子，资源整合、资源共享，融合发展；创新性的开展了以动员妇女主任为抓手，带动农村广场舞健身骨干兼练太极的做法，使太极拳运动真正在乡村扎根，为进一步更广泛的发动农村基层老年人打太极埋下了种子、打好了基础。

### 五、丰富活动载体，检验发展成果

为检验全省开展百万老年人打太极活动的效果，我们在全省各地开展了丰富多彩的太极拳展演活动。一是举办了全国老年人太极拳推广展示大联动山东主会场活动，主会场设在“孔子故里”曲阜市，全省各市、县城区和部分乡（镇）、村（居）设分会场，有7万名老年人参加；二是举办了全省百万老年人打太极业务骨干展示启动仪式，6000多名老年人泰山脚下共舞太极，拉开了全省百万老年人太极拳普及活动的验收大幕。各地主会场展演活动主题鲜明、组织有序，24式太极拳、太极剑、太极功夫扇、健身气功等集中展示，精彩纷呈，声势浩大，场面震撼。

截止2018年底，全省140多个县、市（区）、四大企业和省直机关已全部圆满完成了业务骨干大展示及验收工作，全省参加展示的业务骨干突破30万人，带动了全省超百万老年人参与到习练太极拳活动中来，培训了一支庞大的太极拳辅导员队伍，推动了全民健身活动的广泛开展，使老年人在健康山东建设和推进积极老龄化中发挥了巨大的引领作用。“全省百万老年人打太极业务骨干展示活动”入选“2018年山东体育十大新闻”，被省体育局评为“2018年山东省最具活力的健身赛事活动”。

今年，我们将以创建太极拳之乡为抓手，以太极拳“下乡进村”为重点，发扬泰山“挑山工”精神，积极作为，狠抓落实，推动培训工作不断向基层延伸，为全省普及老年人太极拳第二阶段工作开展起好头。我们将始终以提高老年人的幸福感、获得感为目标，广泛带动各地创新太极拳普及工作思路，努力满足老年人对美好生活的需要。

# 改革创新 扬帆起航

文 / 山东省小球运动联合会



山东省小球运动联合会主席 修振涛

党的十八大以来,以习近平同志为核心的党中央高度重视关心体育工作,谋划、推动体育事业改革发展,将全民健身上升为国家战略,推动全民健身和全民健康深度融合,深化体育体制改革。在省体育局、体育总会的大力支持下,山东省小球运动管理中心积极响应号召,坚定不移地推进体育改革,带着所辖17个运动项目率先走出了改革第一步。根据鲁政办发[2016]75号《山东省小球运动管理中心改革工作方案》文件要求,2017年7月底,山东省小球运动联合会应运而生,成为了全国第一家由事业单位改革为社会团体的机构。

下面,我向大家汇报一下改革以来的工作情况。

## 一、坚持党建统领,始终将党建工作摆在第一位

山东省小球运动联合会成立以后,我们以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导,深入贯彻落实党的十九大精神,牢固树立并切实贯彻创新、协调、绿色、开放、共享的发展理念,树立核心意识、看齐意识,全面贯彻落实全省实施新旧动能转换工作部署,按照新时代加快体育强省建设的要求,全面贯彻省委省政府改革工作方案,根据政社脱钩、管办分离的要求,形成了依法自治、民主协商、行业自律的协会组织,建立符合经济社会发展要求和我省实际的管理模式,激发内在活力和发展动力,推动我省小球运动健康可持续发展。为了加强党和国家的领导,更好地发挥政治核心作用,履行党风廉

政建设的主体责任,我们小球运动联合会申请成立党支部,全面切实推进党建工作,深入细致地做好思想政治工作,充分保障职工的合法权益,确保在工作期间思想不乱、队伍不散、工作不断。充分发挥支部的战斗堡垒作用,每名党员在各自的岗位上都能发挥出模范带头作用,小球运动联合会在组织的所有赛事中均成立了临时党支部,保障团队风清气正,赛事活动顺利举办。

## 二、新机制激活小球运动

改革后新的运行机制充分发挥了社会力量办体育的作用。我们通过社会公开招聘的方式广纳社会贤才,高薪聘请体育管理、体育产业、体育专业技术人才35人。联合会内抓管理,外树形象,着力解决观念陈旧,思想老化,方法单一,干劲不足这些突出问题。我们优化内部管理结构,制订了岗位薪级标准、考勤考核办法、绩效奖金奖励办法、日常工作作风要求、全年工作计划、各项工作流程、参赛方案、办赛方案、应急预案、各类活动总结、档案管理,各项工作都有条不紊地按标准实施。外树形象,最主要的是抓效果。由于各种原因,我省小球类运动项目发展相对滞后,群众基础薄弱。为了解决组队难题,我们采取了多元化方式办队,书写了社会力量办竞技体育运动队的新篇章。省棒垒球队主要在高校组建,由成绩突出的山东商职学院和山东体育学院共同组队。在过去的两届全运会上,省棒垒球队均表现突出,成绩不俗;根据高尔夫球项目特点,我们采取俱乐部组队的方式组建省高尔夫球队,通过各类比赛积分多少,选拔出优秀的运动员代表我省参赛,在去年的全国高尔夫球锦标赛上取得了第三名的好成绩;板球项目,我们与教育部门进行深入合作,以济南三中为龙头,全省辐射近百所学校,形成了一个集团优势,走在了全国最前列。其它运动项目,我以鼓励支持社会俱乐部参赛,与其签订协议,对于取得优异成绩的单位和个人给予不同形式的奖励,大大提升了社会参与的积极性。改革近两年来,山东省小球运动联合会所辖17个运动项目,多数已全面开花结果。群众参与人数节节攀升,社团、学校、俱乐部、社会资本等社会资源得到进一步优化组合,发展体系逐步完善,

纵向横向全覆盖,形成了全方位、立体式的发展格局。每年有近千万元的社会资本参与山东小球运动事业的发展,这不仅为政府减轻了负担,还带动了产业延伸,拉动了 GDP 的快速增长,也为我省体育事业的发展做出来积极的贡献。

### 三、赛事规模实现跨越式发展

改革前,我们每年举办的比赛只有几个比赛。改革后,我们的赛事规模实现了跨越式发展,扩大到了上百个。由于社会力量的注入,我们更加大胆地组织承办国际级、国家级、省级赛事,并逐步打造知名品牌赛事。每年各类赛事参与人群数万人次,关注人群数千万人次。以前由于资金问题,很多比赛无法举办。我们通过引进社会资本,解决了资金不足的困难。今年,继续与山东玲珑轮胎股份有限公司合作,共同举办百余场赛事,国家外交部和体育总局主办的“一带一路杯”国际板球邀请赛、威海“中、日、韩”棒球邀请赛、ITF 国际青少年网球积分赛(济南站)、全国棒球锦标赛、全国板球锦标赛等诸多国际、国内赛事将在齐鲁大地开花结果。

### 四、改革推动竞技体育发展

2018 年,由于社会资本的注入,山东省网球队和山东省板球队再攀新高峰。网球队每天由专业的教练团队带领进行日常训练,对运动员有着高标准的要求,队伍制定了总体规划,也制定了个体发展计划。在严格要求运动员的同时,着力提升教练团队的业务水平,做到改革创新,大胆启用年轻教练员,狠抓训练作风。每周举行业务研讨会,确保科学系统的训练,逐步建立运动项目发展规律与制胜规律的标准。教练组在管理上做到靠的上、管得住,采取教练组领导下的领队负责制,对运动员进行 24 小时全方位科学管理安排。年轻的山东网球队黄金搭档金雨全/李泽楷先后在 2018ITF 国际青少年网球巡回赛东莞站和成都站的比赛中夺魁;二人齐心协力在 ITF 国际青少年巡回赛双打赛场取得了 19 连胜的骄人战绩。2018 年山东男子板球队首次组队参赛便在全国板球锦标赛上一鸣惊人,终结了沈阳体育学院十一连冠的神话。山东女子板球队也一举夺得了精英组季军。鉴于山东板球强劲的发展势头与骄人的战绩,今年,国家体育总局史无前例地特别委派山东玲珑轮胎板球队代表中国参加了 ICC 板球 U19 世界杯亚洲区预选赛,并取得了史无前例的优异成绩,得到国际板球协会的高度评价。山东板球队的世界杯预选赛之旅进一步加强了板球项目的国际交流,推动了我国板球项目的发展,为国家“一带一路”发展战略做出了积极贡献。今年,国家体育总局已确定由山东省小球运动联合会组建中国板球队,备战杭州亚运会。在抓运动成绩的同时,我们把反兴奋剂工作始终放在

第一位,确保干干净净的参赛。

### 五、群众体育快速发展

群众体育重在基层,重在群众身边。省小球运动联合会所辖 17 个小球类运动项目均非常适合开展群体活动,我们坚持以人民为中心、办人民满意的体育为宗旨,以跳出体育办体育的新思路,以社会力量办赛为主要方式,利用各方资源力量,科学合理安排竞赛活动,积极推动全民健身事业蓬勃发展。我们通过组织各个运动项目的教练员、社会体育指导员、学校体育老师、裁判员等进行业务培训,壮大各运动项目的业务骨干;通过锦标赛、冠军赛、城市联赛、友谊赛、邀请赛、业余公开赛等形式的比赛活动,推广普及小球运动。我们着力打造的赛事品牌——山东省“美丽乡村,和谐社区”柔力球、毽球比赛,把运动带到社区,推到乡村,让更多人有机会参与,营造了良好的全民健身氛围。

### 六、加大媒体宣传力度

为了更好地推广普及小球类运动,我们在媒体宣传上做了大量的工作,专门成立了宣传部门,负责媒体外联和公关工作。2018 年省小球运动联合会所组织的赛事,得到了中央电视台、山东电视台、中国体育报、大众日报、山东商报、齐鲁晚报、生活日报、新浪网、腾讯网、搜狐网、网易网等近百家主流媒体的支持。通过电视台、报纸、手机客户端、门户网站等媒介,以全媒体形式呈现的宣传报道,有效扩大了小球赛事的影响力,全年赛事报道共计达 1600 余家次。全方位、立体式的宣传报道,引起社会极大关注,让更多人了解了小球运动,得到社会各界的广泛好评。

### 七、坚守改革精神不回头

俗话说,开弓没有回头箭。改革之路无疑是艰难的,在这条荆棘密布的道路上,省小球运动联合会才刚刚起步。我们将在省体育局、省体育总会的有力指导下,积极参加等级资质评估,争创 5A 级社团,规范联合会工作;抱着“逢山开路,遇水架桥,滴水穿石”的改革精神,进一步夯实基础,整合各种社会资源,提高服务质量,打造品牌赛事,逐步完善项目造血功能,争取国家和国际项目发展资源,争取国家、国际项目管理的的话语权,推动小球项目进一步发展壮大。通过特色体育进校园、打造特色体育小镇等方式推广 17 个小球类项目,努力扩大参与群体覆盖面,真正实现社会力量办体育,努力开创体育产业新旧动能转换新局面。

改革创新谱新篇,扬帆起航正当时。我们将积极响应国家改革号召,进一步解放思想,开拓进取,探索开辟新时期体育改革、体育发展的新模式,为体育强省建设作出应有贡献。

# 依靠组织 依托社会 积极打造专业化、



烟台市多维跆拳道俱乐部总经理 王浩宇

烟台市多维跆拳道俱乐部成立于2004年，是在烟台市民政局、烟台市体育局登记注册的市级体育类民办非俱乐部。俱乐部成立以来，以专业化、产业化、国际化为目标，坚持高标准定位，高层次发展，全力推动俱乐部实体化建设，有力推动了跆拳道项目在烟台的普及推广、青少年人才培养、赛事活动举办和跆拳道产业发展。目前，俱乐部在籍学员5000余名，在各类大赛中获得金牌200余枚，解决100余人就业。

下面，我向大家汇报一下俱乐部发展的有关情况。

## 一、提高站位，牢记使命，坚持专业化发展方向

近年来，在烟台市体育局、体育总会的正确指导下，我们坚持用事业化的理念谋划跆拳道，用产业化的思路发展跆拳道，以发展壮大俱乐部的会员数量，增加社会就业为主导，以建设专业化青少年人才培养基地为依托，以发展对外交流合作，组织赛事研学为纽带，以健全现代跆拳道国际化俱乐部品牌为保障，抓好“筑龙头、建基地、拓市场、构载体、保安全、育品牌”等环节，积极推进跆拳道项目的产业化进程。

(一)加强党组织建设。加强社会组织党的建设是促进社会组织健康发展的根本保证，俱乐部充分认识到党建工作的重要性，注重把政治活力转化为发展动力，专门建立了党建活动室，发挥党员先锋模范作用，组织全员开展党建活动，为俱乐部有序运行、健康发展提供可靠保证。2017年，

俱乐部搬迁新的办公地址后，在办公条件较为紧张的情况下，将会议室改建成烟台市多维跆拳道俱乐部、烟台市跆拳道运动协会的党建活动室，定期组织党建活动，以党建促规范、促发展。

(二)加强品牌建设。一是坚定走专业化的道路，坚持“专一、专注、专业”发展和运营，发挥烟台市与韩国的区位优势，采用“请进来、走出去”方式，重金聘请韩籍高段位师资到俱乐部授课指导，为俱乐部快速打造了一批有文化、有素质、有竞争力、技术全面、品德优秀的师资团队。同时率先实现了跆拳道竞技、品势、特技、跆拳道、护身术的全模块教学，并率先开创幼儿跆拳道的推广；二是推进精细教学管理。我们创新模式，推行小班化管理、个性化教学，参考早教机构和幼儿园的管理服务体系，从俱乐部装修开始改革，将原来单一的空旷大场地风格，改为不同年龄不同风格的训练场，分层次、分级别的个性场地教学，并增加休息区的建设，引入商业化服务；三是实施品牌战略。将服务满意度列为俱乐部工作人员绩效考核，从思想上提升全员的服务能力，提高会员的体验感；积极组织各类大型商业活动，拉升俱乐部名牌高度；积极组织各类爱心捐赠、扶贫救助等公益活动，加强俱乐部的社会责任感，提升社会知名度和美誉度。

(三)加强后备人才基地建设。一是坚持教体深度融合，积极与各县市区教育部门开展合作，推进跆拳道进校园活动健康有序开展，拓宽竞技体育选材途径。目前共组织教练员在全市6个县市区的29所中小学开展义务培训活动。二是与市体校和各驻烟高校体育学院(体育部)建立合作关系，集中特训，输送人才。将各基地优秀的选手，统一输送到俱乐部、成立冠军特训营，集中训练，夯实跆拳道选材基础。三是组织队员多参与比赛，建立自信心。为了让孩子们有更多的比赛机会，俱乐部每年进行内部联赛，既可以观察学员的技战状态、改进教学，也可以通过一次次的荣誉奖励、激发孩子对跆拳道的信心和热情，激励孩子向更高的平台发展。四是对优秀孩子给予重点关注、重点培养。在幼儿



# 产业化、国际化俱乐部

文 / 烟台市多维跆拳道俱乐部

入学的过程中,积极引导学员对跆拳道的兴趣,对身体素质优秀的孩子重点关注,在各教学基地单独开班重点培养。另外,注意加强与家长的感情沟通连接,增强家长对俱乐部的信任,让家长能真正认可跆拳道项目,并支持孩子长期训练。

## 二、示范带动,连锁共赢,夯实产业化发展基础

俱乐部成立之初,一直秉承“团队专业化、布局区域化、管理标准化、营销品牌化、产业国际化”的发展理念,大力推广多维品牌教育基地连锁模式,依托“总部指导+团队营销+基地管理”的产业化经营模式,推动跆拳道管理标准化和体育产业化的有效衔接,以产业化推进标准化,以标准化提升产业化。

(一)建立优质教学示范基地。积极学习国际、国内以及各地区优秀俱乐部的先进经验,并跨行业学习管理和服务理念,调配优秀团队,打造样板示范基地,将所有引进的优秀管理、服务、教学,通过改良植入多维俱乐部进行实践,形成可操作的规范化流程和标准化体系,规避运行过程中的不良风险,打造优质教学示范基地。

(二)狠抓细节监督管理。以增加兴趣引导、普及运动推广、减少运动伤害、科学健康训练为目标内容,加大对教学和服务的管理力度,严禁出现训练场无教练、休息区无服务、前台无接待的情况。根据10几年的教学经验,将儿童训练容易出现安全事故的滚翻、空翻等动作进行了去除和后延,提高安全管理水平。将所有与会员沟通服务的流程进行课件化,每出现一个问题,就形成专业的攻克课件或管理预案,组织全员强化学习和落实。近5年来,俱乐部没有出现过大的管理和训练事故。

(三)大力发展好会员。积极开展跆拳道推广活动,做到对每个会员进行档案精细化管理,确保会员持续性学习跆拳道,对每个教学基地,实行人数管理和考核,对低于目标人数的基地,进行问题摸排、电话回访,严抓运营流程,确保不出现训练场人效过低的情况,保障俱乐部良好运营。

## 三、文化引领,品牌带动,加快国际化发展步伐

充分依靠政府正确领导和指导,健全完善俱乐部各类服务体系,确保产业持续、快速、健康发展。

(一)加强中外文化交流。随着我国综合国力的提升,越来越多的韩国友人希望到中国来发展,俱乐部每年与韩国互访人数近1000人,不仅对外推广了烟台的人文旅游,也实现了研学、留学项目的对接。与烟台市对外友好协会和中小微企业联合会紧密联系,对有意来烟发展的外商,一起组织洽谈会,实现了多个项目的落地,为推动烟台市的招商引资,尽星火之力。

(二)创建国际赛事。烟台与韩国一海之隔,有着得天独厚的优势,是全国最有利于创建中韩跆拳道品牌赛事和国际论坛的地区。自2017年以来,已连续举办了两届中韩跆拳道比赛,通过国际化的赛事交流,不仅提升了我们的赛事组织能力,锻炼了队伍,也使我市的跆拳道爱好者更直观、更真实、更深层次地了解了韩国跆拳道,更加喜欢上这项运动。在2018年中韩比赛时,我们特意邀请韩国顶级示范团,为全场运动员和观众奉献了一场精彩的跆拳道表演,让所有的参赛运动员和家长大开眼界,既享受了一场极具震撼的视觉盛宴,又领略了世界顶级水平的魅力。

(三)创新互联网+体育。通过前期的综合布局,目前多维跆拳道俱乐部逐步由单个项目经营,向多项目、多方向、多领域拓展。我们正在研发属于自己的俱乐部互联网管理系统,在不久的将来,将实现互联网智能化管理,把体育用品、俱乐部运营管理和咨询服务加入互联网平台,对运营的各个环节进行课件化管理,开通线上大课堂。未来,我们将不断整合,一起汇聚,逐步拓宽体育+大数据、体育+产品、体育+研学、体育+赛事的多重通道,从单一化向多元化模式发展。

烟台多维跆拳道俱乐部还处在一个起步阶段,我们将借助本次会议的东风,顺势而为,撸起袖子加油干,全力做好跆拳道事业和产业同步发展,努力开创我市跆拳道全民健身、产业和竞技的相互融合、相互促进、共同繁荣发展的新局面。

# 2019 中国·青岛白沙河全程

为推动全民健身活动广泛开展，打造独具城阳特色的高端健身赛事活动品牌，助推全国群众体育名城建设，充分展示“阳光城阳”良好形象。4月14日上午8:00，2019中国·青岛白沙河全程马拉松接力赛在美丽的城阳白沙河畔鸣枪开跑。



# 马拉松接力赛鸣枪开跑

文 / 辛悦前

本次全程马拉松接力赛由山东省体育局、山东省文化和旅游厅、山东省体育总会、青岛市体育局、青岛市城阳区人民政府联合主办，青岛市城阳区体育发展中心承办，青岛城阳城发教育产业投资有限公司，山东迅捷体育文化有限公司联合运营，本次全程马拉松接力赛已列为“跑游山东”系列赛之一。

马拉松运动是广大群众非常喜爱、参与广泛的体育健身项目，是彰显城市活力、展现城市魅力的独特因素，近年来全国各地举办的马拉松赛事活动不断增多，参与马拉松运动的人群“井喷式”增长，已成为宣传推介一座城市的显著“标签”。2018年城阳区成功举办中国·青岛白沙河全程马拉松接力赛、“向上吧，中国！”首届全国全民引体向上大赛山东赛区排位赛暨2018吉利博越青岛白沙河半程马拉松、粉红女神10公里挑战赛、“城市发展杯”白沙河迷你马拉松比赛等较高水准专业赛事，组织50余次民间业余活动，对于满足群众日益增长的美好生活健身需求、提高群众体育的质量和效益、展示“阳光城阳”良好形象起到了积极作用。

据悉，白沙河是城阳的母亲河，发源于崂山巨峰海拔千米的天乙泉，2013年，总投资6.3亿元的白沙河综合整治工程启动，经过整治，如今的白沙河是一条防洪之河、生态之河、景观之河、休闲之河。4月白沙，花香四溢、水草丰盛、白鹭齐飞、水流潺潺，自成天然氧吧，是举办马拉松赛事和休闲运动绝佳之地。

据了解，本次马拉松比赛设5公里迷你体验赛、10公里个人竞速赛、42公里全程接力赛，吸引了3000余名运动员报名参赛，涉及国内6个省

份、14个城市，还有来自肯尼亚、埃塞俄比亚、新西兰、美国、英国、韩国等10余个国家、30余名外籍运动员报名参赛。

山东省体育总会秘书处处长孙照亮、青岛市体育总会专职常务副主席李国利、青岛市体育总会秘书长刘强、城阳区政府副区长吕永翠、城阳区体育发展中心主任徐立华、青岛城阳城市发展有限公司董事长李成以及赞助商、嘉宾代表出席开幕式并为比赛鸣枪发令。

3000名跑者齐聚岛城，逐鹿白沙，带来一场酣畅淋漓的跑步盛宴。10公里竞速赛，纪奕鑫，白祎琳分别以32分43秒，39分53秒成绩获得男、女子组第一名；接力赛冠军由纪奕鑫，魏玉杰，马猛，高飞获得，枪声成绩2:22:27。

近年来，城阳区全面落实全民健身国家战略，坚持群众体育、竞技体育、体育产业协调发展，倡导“运动让生活更阳光，阳光让生活更健康”理念，大力实施全民健身“六个身边工程”，推动体育工作全地域覆盖、全周期服务、全社会参与、全人群共享。群众体育设施全国领先，投入9亿元修建免费登山路径400余公里、健身步道100多公里、口袋公园72处、运动公园37处，社区体育活动中心建成率达100%，人均拥有公共体育设施面积5.7平方米，经常参加体育锻炼人数56%，在全区形成“8分钟健身圈”。2018年国家体育总局在城阳区召开全国群众体育工作现场会，全面推广城阳区全民健身“六个身边”工程的经验做法。荣获全国群众体育先进单位、全国阳光体育先进区、全国群众登山健身步道示范区、全国人民足球优秀基层单位等称号。承办全国群众体育工作现场会情况入选2018年山东省和青岛市十大体育新闻。



# 2019年台儿庄古城半程马拉松开赛

文 / 本刊作者

4月14日上午,跑游山东2019台儿庄古城“兰陵美酒杯”国际半程马拉松赛开赛。本次比赛由山东省体育局、山东省文化和旅游厅、山东省体育总会、枣庄市体育局、枣庄市体育总会主办,台儿庄区体育事业发展中心、台儿庄区体育总会、台儿庄区运河街道办事处、台儿庄古城旅游集团共同承办。

本次比赛于8时鸣枪开跑,设男、女半程马拉松、五公里迷你跑马拉松等项目。起跑地点和终点均设在台儿庄古城东门广场,半程马拉松赛道设在京杭大运河北堤和环城生态绿道涛沟河、小季河段;迷你马拉松赛道途径京杭大运河北堤,从古城西门横穿整座古城。

来自全国各地的2700余名运动员参加了本次比赛。春天的台儿庄,环城生态绿道和古城海棠大道两旁各色鲜花盛开、春意盎然,运动员纷纷表示在如此优美的赛道上比赛非常享受,真正体现了跑游的结合。

经过激烈角逐,来自青岛的徐文昊以一小时九分五十八秒的成绩夺得了男子半程马拉松冠军,来自淄博的宋璇以一小时十九分五十九秒的成绩夺得女子半程马拉松冠军。台儿庄古城半程马拉松比赛已连续举办了四届,通过精心打造,比赛规模逐年提高,影响力不断扩大。台儿庄地处大运河中间节点、鲁苏交界,是个边界小城、历史名镇、大战故地、中国最美水乡。

作为新兴的旅游城市,围绕满足人民群众对多样化体育运动和旅游休闲的需求,积极推进体育与旅游融合发展,近年来,成功打造了国际冬泳节、全国河钓大赛、运河龙舟赛等多个体育品牌赛事,体育已经成为台儿庄区全域旅游发展的重要组成部分。同时,本次比赛还得到了山东兰陵美酒股份有限公司、中国人民保险公司枣庄市分公司、枣庄碧桂园鹏泰翡翠云台、枣庄农商银行、中国体育彩票的大力支持,推动了体育产业健康发展。



# 第十一届“百千万三大赛”4月开赛

文 / 姜 振 史文平 李开锋

山东省第十一届“百县篮球、千乡乒乓球、万人象棋”三大赛将于4月开赛。接地气、创新融合和严抓赛风赛纪将成为本届“百千万三大赛”的突出亮点。

“百千万三大赛”是山东省自2009年起重点打造的品牌健身赛事，逐步实现了省市县乡四级体育总会联动，将赛事办在了基层，办在了群众身边，赢得了群众的广泛好评。去年第十届赛事直接参与群众达25万多人，创历史新高。

对标全省体育局长会议提出的“更大力度开展群体赛事活动”任务，省体育总会于今年第十一届“百千万三大赛”进行了全面部署，开赛时间定在4月，市级以下初赛、预赛将于8月底前结束，9月、10月为省级总决赛。为持续擦亮三大赛品牌，省体总围绕赛事组织、项目设置、宣传报道和赛事赛纪等办赛工作进行了重点谋划。

在赛事组织上，发挥基层体总作用。将充分发挥县、乡、村三级体育总会组织的作用，引领有关项目协会和健身团队，用好农村(社区)篮球场、乒乓球台、文体大院和健身站点，自下而上层层举办，形成一级抓一级，层层抓落实的工作机制，重点抓好乡镇(街道)、农村(社区)选拔赛和县级初赛，把三项赛事真正办在农村社区、乡镇街道，真正实现接地气，让更多群众参与其中，共享赛事。

在项目设置上，注重与节庆结合。今年是新中国成立70周年，大事喜事多，节庆活动多，在赛事组织开展的过程中，努力做好“三个

结合”，突出节庆主题，更好地方便老百姓参与共享：一是将三项赛事与五一节、全民健身日、国庆节、重阳节等重要时间节点结合，丰富节假日体育赛事供给，增加赛事看点；二是将三项赛事与文化节、旅游节等结合，注重融合发力，不断丰富赛事内容，增强赛事吸引力，满足不同群体的健身需求；三是乡镇、村级象棋比赛尽量安排在农村大集、户外健身站点、街头巷尾进行，乒乓球、篮球比赛尽量安排在健身广场、体育公园等进行，采取擂台赛、争霸赛、友谊赛、挑战赛等多种形式，增强趣味性和观赏性，吸引更多群众参与共享。

在宣传报道上，要注重提高影响力。充分发挥电视、广播、报纸等传统媒体和互联网、手机客户端、微信平台等新媒体作用，全方位、多视角、及时宣传和报道比赛情况。借助媒体强大的传播力，将三项赛事与新中国成立70周年等纪念活动的宣传结合起来，努力扩大品牌赛事的社会影响力，让三项赛事真正深入基层、深入人心。

在赛风赛纪上，要严格加强赛事监管。从本届赛事开始，将严格按照国家法律法规和山东省体育局的有关规定，加强对参赛运动员的赛风赛纪教育，做到遵纪守法、公平竞赛。凡出现违反参赛资格要求，弄虚作假，严重犯规，打架斗殴，不服从裁判和管理的行为，将取消本人参赛资格和比赛成绩，同时取消其代表队体育道德风尚奖评选资格，并在一定范围内通报。

# 健身服务，送到百姓身边

文 / 张俊 逢淑友 李威

**编者按:**持续加大社会体育指导员培训力度，推广普及健身项目和健身知识，广泛开展健身志愿服务活动，全省范围内的科学健身指导服务工作如火如荼。

## “全民健身 你我同行”济南市第九届全民健身运动会开幕

春潮奔涌，繁花争艳，全民健身，欢乐济南。今天上午，济南市第九届全民健身运动会在槐荫区体育场开幕。



济南市人大常委会副主任许强出席并宣布运动会开幕。济南市全民健

身运动会是济南市规格最高、示范最强、设置项目最全、参与人数最多、比赛时间最长的群众性体育健身活动。随着济南市全民健身事业的不断发展，运动会的规模越来越大，群众的参与热情也越来越高。本届全民健身运动会各项赛事从三月份开始陆续开赛，一直持续到十月份，设广播体操、骨关节操、毽球、健身气功、广场舞、航空模型等20余项群众喜闻乐见、参与度高的项目，突出全民参与、便民利民的特点，让更多的老百姓参与体育运动，推动全民健身。



济南市体育局局长孔杰表示，济南市全民健身运动会自2011年成功举办第一届

以来，在泉城不断掀起全民健身热潮、传递全民健身理念，加快建设全民健身服务体系，体育公共服务能力进一步提升。

本届全民健身运动会将以“全民健身 你我同行”为主题，坚持“大型



示范、小型多样”和“长流水、不断线”的工作思路，进一步扩大全民健身运动会的覆盖面、参与率和影响力，全面提升赛事品质，依托基层体育协会和社会体育指导员开展群众身边的日常活动，鼓励社会力量举办各类全民健身赛事，努力让群体活动常年开展、遍地开展、蓬勃开展。开幕式上进行了精彩的全民健身节目展演，节目围绕新时代全民健身运动的要求，结合泉城济南全民健身体育文化特色，融入广场舞、健美操、花式篮球、轮滑、太极拳等多种体育运动元素，多角度展现了济南全民健身运动蓬勃开展的风采和泉



城人民健康向上的精神风貌，营造了全民健身的良好氛围。开幕式后，济南市第九届全民健身运动会第九套广播体操比赛展开激烈角逐，全市共16支代表队480人参加。整齐规范的动作、积极饱满的精气神儿，让在场观众领略了广播体操不一样的风采。

经过比拼，槐荫区、章丘一队、市中区、天桥区、长清一队代表队获得一等奖。此次比赛吸引了众多老百姓参与进来，用最朴素的健身方式获得了更多的健康和幸福感，同时也为推广普及广播体操，推动全民健身和全民健康深度融合发挥了积极的作用。

## 菏泽啦啦操人才培养班办起来

3月4日，2019年菏泽市啦啦操教师培训班（牡丹区站）开班，来自牡丹区各乡镇幼儿园、中小学教师约300人参加培训。

本次啦啦操公益培训将持续两天，邀请了全国啦啦操委员会导师、啦啦操国际级金牌导师刘颖担任讲师，进行基础理论、规则学习，并组织花球技术、街舞技术、爵士技巧和技巧啦啦操等组合教学。

据悉，随着2015年教育部全面铺开“一校一球一操”政策后，啦啦操的人才培养正式纳入“国家机制”，啦啦操成为许多幼儿园和中小学校的特色课程，以运动会、课间操和体适能课的形式大力开展。这次啦啦操教师培训旨在响应教育部提出的音乐结合啦啦操进校园，深入开展大课间



啦啦操活动的要求，提高菏泽啦啦操水平，同时参加培训的老师可以考取由国家体育总局颁发的国家啦啦操教练员、裁判员资格证书，培训更多优秀啦啦操运动员，参加全国各项啦啦操赛事，获得更多技能和荣誉。

## 济南市速度滑冰运动协会成立



4月2日，济南市速度滑冰运动协会成立大会在连城广场顺利召开。济南市体育局副局长刘新、济南市体育总会秘书处科长梁青华、济南皇庭竞技体育学校校长孙茂盛参加了会议。

会议选举产生了济南市速度滑冰运动协会第一届理事会，表决通过了协会章程。崔永涛当选为理事会会长；刘杰当选为秘书长；张鹏、王寿华、刘斌当选为副

近年来，我国冰雪运动发展进入快车道，2022年北京冬奥会申办成功，极大地激发了公众参与冰雪运动的热情，为我国冰雪运动的普及和冰雪产业的发展注入了强劲动力。在此背景下，济南市速度滑冰协会应运而生。

崔永涛在会长发言中表示，济南市速度滑冰运动协会将以推动济南市速度滑冰运动全面发展和不断提高运动技术水平为宗旨，开拓、进取、完善、创新、积极为全市速度滑冰运动健康发展做出引领，为济南滑冰项目输送尖端人才，为全民健身事业发展做出积极贡献。协会第一届理事会的工作方针是不辱使命，紧紧抓住速度滑冰运动的普及和提高这条主线，不断推进提升速度滑冰协会的专业化、规范化、产业化水平，切实发挥好济南市速度滑冰运动协会在政府与从业者中的纽带作用，把济南速度滑冰运动协会办成广大轮滑爱好者信赖的组织。

# 2019 年全省健身气功裁判员 晋级培训班开班

文 / 李明卿



经过精心筹备，3月27日，2019年全省健身气功裁判员晋级培训班在济南开班。省健身气功管理中心主任陈勇出席开班仪式并做动员讲话，天津中医药大学体育健康学院副院长、硕士生导师刘俊荣教授担任授课老师，全省16地市50多名优秀裁判员参加培训。

健身气功作为我国养生文化的瑰宝，根植于中华优秀传统文化的土壤，理法精深，底蕴深厚，养生健身理念独特、效果明显，有着独特的社会价值和体育价值，彰显着中华优秀传统文化的特质，是中华民族奉献给世界的一份珍贵的文化遗产。《“健康中国2030”规划纲要》《全民健身计划（2016-2020）》，提出扶持和推广健身气功等传统运动项目，健身气功成为2017年全运会群众比赛项目，由此可见，党和政府已将健身气功列为全民健身和健康中国建设总体布局的重要组成部分，这为健身气功带来了新的机遇。借着政策的东风，全省站点数量和习练人数持续快速增长，截至2018年底，全省注册站点3593个，较之2017年增长了15.6%，习练人数55.8万人，增长了

11.6%，指导员6.3万人。

裁判工作是比赛的重要组成部分，也是比赛顺利进行的必要保证，对运动项目的发展具有十分重要的意义。省气功中心历来高度重视健身气功裁判员的培养，每两年举办一次裁判员晋级培训班和业务提高班，选拔优秀裁判员参加全国培训，推荐优秀裁判员执裁全国比赛，为山东省健身气功裁判队伍建设夯实基础。陈勇要求全省裁判员从讲政治、重使命的高度，立足于提升国民体质、弘扬传统文化，切实提高对健身气功工作重要性的认识，把握历史机遇，为我省健身气功事业的发展贡献力量。

陈勇要求全体裁判员自我加压，增强学习的内在动力，了解项目的发展趋势，不断进行观念和知识的更新，切实提高自身业务水平。始终牢记“发展体育运动，增强人民体质”这个初心，把满足群众健身需求作为工作的出发点和落脚点，让更多的人了解健身气功动作舒缓、简单易学、不限场地、老少皆宜，是适合全人群、全时段的运动项目，为健身气功推广普及鼓劲造势。

健身气功裁判员很多也是社会体育指导员，陈勇要求大家扮演好裁判员和指导员双重角色。深入宣传健身气功“防未病”作用，让群众认识到健身气功既传统又时尚、既健身又养生的独特之处，将宣传理念与当前大健康理念相吻合，与推动健康关口前移、防病关口前移等国家战略相符合，吸引更多的人参与到健身气功习练中来，有效挤压邪教组织的活动空间，努力推进健身气功与全民健康深度融合。



# 济南市体育总会为全民健身 注入“活力因子”

文 / 逢淑友

去年以来，济南市体育总会紧紧围绕全市体育工作中心任务，充分发挥全市体育社会组织功能优势，积极推动全民健身在城市社区蓬勃开展，为促进全市体育事业发展做出贡献。

加强党组织建设，是确保体总各级党组织沿正确方向前进的关键。去年，济南市体育总会以“党的政治建设”为统领，不断加强各市级体育社会组织党支部建设工作，建立党支部30个。各基层体育社会组织党组织以党建引领，结合行业特点，围绕服务中心、服务群众，搭建活动平台，扎实开展活动，创造力、凝聚力和战斗力不断增强。

济南市体育总会以规范化管理为目标，遵循“自我完善、自我管理、自我发展和自我约束”四个自我原则，加大扶持力度，激发社团活力，不断加强各级协会社团组织建设，规划各级协会长远发展，努力为全民健身工作搭建平台。据了解，济南市10个县（区）共建立乡（镇）级体育总会135个，村级体育总会235个，初步形成了市、区（县）、乡（镇）三级体育社会组织建设向基层延伸，有效打通了体育社会组织建设和全民健身活动开展最后一公里。

为充分发挥体育总会等各级体育社会组织作用，让他们成为推动全民健身的骨干力量，济南市体育总会按照“规范、提升、指导、服务”建设要求，并从完善各项工作制度、规范财务管理和督导各协会按期换届等方面对全市各级体育社会组织进行了规范化管理，确保各级社团组织科学有序发展。严格依据《社团管理条例》、《民办非企业单位登记管理暂行条例》规定，与市民政局密切合作，扎实开展体育社会组织

审批审查、年度检查、换届等工作。去年新成立了济南市台球运动协会、济南市电子竞技运动协会；严格落实济南市行业协会商会与行政机关脱钩工作意见，推动济南市信鸽协会、济南市风筝协会、济南市体育舞蹈协会和济南市汽车摩托车协会等4家协会顺利脱钩；严格落实年检政策，去年检查社会体育组织96家，年检率达到90%；积极督导14家协会顺利完成换届，1家准予撤销。

与此同时，济南市体育总会还坚持主动服务，不断学习外地先进经验，以抓体育总会改革为依托，制定了扶持社会体育组织发展的10项具体工作措施；制定下发了《济南市体育社团基础工作手册》、《济南市体育社会组织经费扶持办法》、《进一步加强市级体育社会组织管理工作的实施意见》等一系列文件，努力为各级体育社会组织提供政策支持。

在济南市体育总会引领和带动下，全市体育社会组织以“一协会、一品牌”为工作目标，认真履行职责，踏实开展活动，树立品牌意识，提高社会效应，使全市全民健身运动开展基本实现了“活动制度化、形式多样化、普及大众化、组织规范化”以及“周周有活动、月月有比赛、季度有高潮、年年有提高”，让广大群众切实享受到了全民健身运动所带来的身心双重愉悦感。据统计，济南市体育总会去年采取市场化、商业化、政府扶持等方法，积极开展体育赛事、体育项目推广、体育展示、对外交流等活动120多项，参与活动人数约8万人次，有效丰富了市民的体育文化生活。

# 济宁体育融合文旅打造品牌赛事

文  
—  
王金山

近年来，济宁市立足宣传发展成果，开发体育文化旅游资源，构筑体育产业支点，充分展示厚重的历史文化和秀美的自然山水，打造品牌赛事，提升人文济宁的知名度，促进健身旅游和生态旅游发展，推进美丽乡村建设。

由山东省体育局主办，山东省射击自行车运动管理中心主管，济宁市体育局、济宁市体育总会、泗水县教育和体育局指导，济宁市自行车运动协会、泗水县泗张镇政府、万紫千红旅游度假区承办的中国体育彩票山东省第九届全民健身运动会“山东瑞康农业杯”万人骑行（泗张站）将于4月13日上午在泗水万紫千红生态养生度假区打响。赛事主题是“全民健身，你我同行，绿色发展”。赛事设全民健身竞技项目和大众健身骑游组，健身竞技项目分为全民健身男子山地精英组、男子山地中年组、男子公路组、女子公路（山马）组，大众健身骑游组不分男女和车型。公路自行车和山地越野赛距离约10公里。

据了解，万紫千红生态养生度假区，地处济宁泗水东南部山区，为国家AAAA级旅游景区，东接气势磅礴、钟灵清秀的沂蒙山脉，西邻至圣先师孔子故里，南峙亚圣孟子家乡，北仰五岳至尊泰山。万紫千红以千亩青界湖水为中心，四面群山环绕、地势起伏、植物茂盛，拥有北方地区极为罕见的集湖水、缓坡、浅丘、山峦、密林于一体的山水田园自然风貌。万紫千红以“回归自然、生态养生”为理念，以优质生态与天然山水为特色，打造一个城市体系外的生态养生旅游度假区，为追求高品质生活的社会精英提供一处修身养心、休闲逍遥的“世外桃源”。

由济宁市体育局、济宁市体育总会主管，曲阜市教育和体育局、曲阜市旅游局、曲阜石门山镇人民政府指导，济宁市山地户外运动协会、济宁拾月传媒有限公司、曲阜石门山景区主办的2019年济宁市首届山地越野挑战赛将于4月27日在曲阜石门山景区进行，庆祝建国七十周年暨济宁市山地户外运动协会成立一周年。本次比赛设15公里挑战赛，5公里群众健身跑，济宁市及周边地市所有热爱运动18周岁以上各界身体健康人士均可参加。在赛道设计上，既为参赛者提供了观景便利，又考虑了精英跑者竞技比拼的挑战难度，起点设置在石门山景区大门到景区东大门，终点和起点都在景区停车场，比赛线路囊括了景区公路、游览绿道，山野土路，美丽乡村等不同地貌。参赛者可以在比赛的同时，欣赏沿途的青山绿水。奖励15公里参赛选手，男、女各10名，5公里不设奖。凡参赛人员发纪念牌一块和完赛证书。

据悉，石门山位于曲阜城东北25公里处，因山形似蟠龙之状，故称有“龙门山”之称，又因两山对峙如石门，故俗称“石门山”。整个公园面积260公顷，包括石门，桃坞和黄山三大景区，五十余处景点。1985年石门寺建筑群被公布为济宁市文物保护单位；1992年被批准为国家森林公园，2006年被公布为山东省文物保护单位，2014年又被国家旅游局批准为AAAA级旅游区，2015年被评为山东省级地质公园、省级原生态景区。自古以来，无数文人雅士被石门山的秀丽景色所吸引，纷纷来到这块远离尘嚣的名山秀水之间，寻奇探幽，留下了许多佳话。清代著名戏剧家孔尚任，独自一人在胜涵峰侧叠石结庐，取名“孤云草堂”。他潜心读书，隐居达五年之久，写下了《桃花扇》《石门山集》《樵约》《秋水亭记》等名篇。清代著名戏剧家孔尚任，独自一人在胜涵峰侧叠石结庐，取名“孤云草堂”。他潜心读书，隐居达五年之久，写下了《桃花扇》《石门山集》《樵约》《秋水亭记》等名篇。

我生平喜欢步行，运动给我带来了无穷的乐趣。

——爱因斯坦



# 日照市举办龙舟项目国家二级裁判员暨社会体育指导员培训班

文 / 贺小懿

为进一步加强龙舟裁判员队伍的建设，提高社会体育指导员整体素质，大力推进日照市龙舟运动发展，3月29-30日，2019年日照市龙舟项目国家二级裁判员暨社会体育指导员培训班在日照尚逸魏园酒店正式开班，经过报名、资格审核等环节，共有120名符合申报条件的学员参加了本次培训学习。中国龙舟协会竞赛与裁判委员会主任魏伟、中国龙舟协会青少年发展委员会主任严石、日照市体育局党组成员、日照市体育总会副主席张永礼、日照市龙舟运动协会主席王桂师等领导出席了开班仪式。

此次培训得到了市政府领导的高度重视和市体育局的大力协助，同时也获得了全市各部门、各单位和部分企业、学校的热心支持与配合，充分体现了日照

市对龙舟运动发展工作的重视和关心。培训学习的内容有：《中国龙舟协会竞赛规则》；《体育展示》；《社会体育指导员培训》；《中国龙舟裁判法》及理论考试。培训过程中学员们认真听讲，积极参与实操模拟。参加本次培训班学习的学员纷纷表示，两天的学习紧张而又充实，教学内容丰富而又实际，回去后一定要将所学知识、技能带到今后的龙舟运动训练当中。

此次培训班的举办，更广泛的普及了龙舟运动项目，进一步加强了龙舟裁判员和社会体育指导员队伍建设，提高了龙舟裁判员业务技术水平和社会体育指导员指导技能，也为龙舟项目在全市的普及和推广奠定了良好的基础，并对未来日照市龙舟运动的进一步发展起到积极的推进作用。

# 威海健身休闲又添两处新场所

文/朱旭

据记者了解，威海市大岚山生态修复工程将于5月开工，预计年内完成前期地质环境恢复治理工程。届时，大岚山废弃矿山将改造成为服务于周边市民的山体公园，真正实现从废弃矿山到绿色公园的华丽蜕变。

大岚山生态修复工程将建立工程与植物结合的综合修复系统，起到水土保持、生态恢复的作用，实现大岚山景观提质及土地价值提升。在生态修复的基础上，还将发展个性山体休闲旅游，塑造城市旅游文化新形象，建设成为集国际性山地自行车运动、青少年知识科普与环保教育、田园生态休闲于一体的综合性矿山公园，塑造东部滨海新城活力蓬勃的新形象。

另据了解，3月30日，虎头角海洋艺术小镇奠基

暨产业联盟导入仪式在荣成市好运角旅游度假区举行。该项目区毗邻荣成北部海岸，地理区位、岸线资源、环境生态优越，渔业海洋文化积淀深厚，旅游资源十分丰富。规划总投资190多亿元，以文创艺术、旅游度假、医美康养、海洋运动、现代农业等新业态开发为重点，聚力打造国际知名的滨海旅游度假目的地、幸福产业融合发展示范区。

除以运动健身为主题建设的运动公园外，小镇还将建设森林公园、湿地公园、滨海公园、雕塑公园等可供市民、游客健身的休闲场所。虎头角三面环海，遥望鸡鸣岛，为市民、游客提供了更多参与亲海运动的可能性，将有力推动健身休闲与文化旅游深度融合。

# 淄博市体育中心举行防溺水游泳救生知识普及公益活动

文/国峰



为进一步加强青少年特别是中小学生的水上安全教育，普及水上自救、互救、自我防范知识，减少和避免青少年溺水事件的发生，3月24日上午，全市防溺水游泳救生知识普及公益活动在淄博市体育中心举行，来自社会100余名家长、学生参加本次活动。

在一个多小时的防溺水知识讲座中，淄博市游泳运动管理中心田刚用通俗易懂的语言讲解了游泳安全突发事件的预防和防溺水的解救常识，把大家对日常游泳安全认识的误区一一指出，并给予正确的指导。

牛兴杰、王绪波两位教练员通过现场互动方式理论结合实践演示了心肺复苏、地上救援以及水中解救的防护知识。家长、同学们非常认真听取安全知识讲解，踊跃参加了心肺复苏、地上救援以及水中解救等现场操作展示。大家纷纷表示受益匪浅，不仅学习了安全防护知识，提高了认识，面对可能出现的安全事故都有了一定的救护手段和措施。

# 烟台市老年体协

## ——多点发力老年体育花开绚丽

文 / 史文平

场地、赛事、活动、培训、宣传、组织建设……去年，烟台市老年体协多点发力，各项工作迈上新台阶，有效动员和引导老年人走出来、学起来、动起来，参加文体健身活动。

活动场所不足，往往制约着老年体育事业发展。为解决这一瓶颈问题，烟台市老年体协采取了“争取政府支持，把老年人活动场所建设纳入政府相关规划有步骤推进、争取社会力量支持，盘活社会体育健身资源、查漏补缺推进基层活动场所建设标准化”等措施，各级共同发力，重力推动，积极盘活社会闲散体育资源，采取赞助、合办、挂靠等办法，增加了一大批专项活动基地，同时在基层推进活动场所建设标准活动，全市老年人活动场所大幅增加。

在解决场地问题中，烟台市老年体协先后在市老年大学、芝罘区东方老年大学、烟台高新区示范广场、高新区日头泊太极村示范基地挂牌建立太极拳培训活动基地；在莱山区名道羽毛球训练馆、芝罘区忧德羽毛球馆等社会健身活动场所挂牌建立4个老年人活动基地。年内，芝罘区新增加老年人健身活动场所1万余平方米，村村做到有老年人活动场所，20%村有门球场。莱山区新增活动场所1.2万余平方米，全区60%以上的村居对原有健身场地和设施按照标准化要求进行了升级改造；莱山开发区投资10万元修建改造了老年活动中心和室外灯光活动场地1500平方。

为动员更多老年人走出来、学起来、动起来、乐起来，参加文体健身活动，烟台市老年体协采取创新助

力、展演助势、示范助威的思路。在创新助力方面，坚持创编、引进活动项目，为老年人提供新颖的有利于健身的活动项目，始终保持文体健身的吸引力和凝聚力。去年，他们组织创编了适宜大众推广的健身操舞、突出京腔京韵特色的健身秧歌《百花争艳》，推出了健身舞《太平鼓韵》、健身气功与健身操于一体的《气舞健身》、精选各式太极拳法特点为一体突出“命意源头在腰际”的《52式龙门太极拳》以及健身养生功法等12个新的健身活动项目。在展演助势方面，动员更多老年人参加健身活动，利用一切机会组织大型展演展示活动。在示范助威方面，重视发展各类健身项目的示范队伍，并发挥示范队的作用，推动引领文体健身发展。

省第四届老年人运动会是去年山东省老年体育的一大盛会，在积极参赛并承办运动会健身气功比赛的同时，烟台市老年体协举办了该市第八届全民健身运动会中的多项比赛，还举办了健身气功、门球、健身秧歌、健身球操、创新项目等单项比赛。各县市区从实际出发举办若干单项比赛和观摩，还大力倡导基层村居举办形式多样的趣味运动会或老年运动会，极大地推动了老年文体健身在基层的普及和发展。重视培训，方能夯实老年体育工作基础，提高工作水平。去年，烟台市老年体协先后举办了健身气功、柔力球、持杖健步走培训，培训重点放在新人上，每项培训，凡过去参加过的，不参加同级培训，只能再参加晋级培训，以扩大各类培训人数。

# 弘扬国粹文化，传承太极精神

## ——记常光明学练太极拳的体会

文 / 本刊作者

常光明，1949年出生，现任东营市东营区老年体协太极拳专项委员会主任、东营市东营区武术协会主席、国家武术五段、国家级一级教练员、社会体育指导员。2012年被省评为“中国体育彩票康乐明星”、“山东省老年体育工作先进个人”和被东营区评为“2012年度十佳文明市民”；2016年被评为“东营市武术工作先进个人”；2015年、2017年分别被评为“山东省老年人体育健身明星带头人”，2017年被评为“山东省老年体育工作先进个人”，2018年被推荐为“山东省最美体育人”。

利油田老年大学，还拜学了很多老师，先后学习了杨式24式、42式、48式、32剑、42剑、太极武当剑、太极功夫扇、健身气功、八段锦、五禽戏、六字诀、易筋经、养生太极杖等等，多次参加了市区的比赛和展演，自2008年开始，基本上能做到每天坚持，每天早上起床5点半，喝上一杯水，广场去锻炼，功前准备做一遍，五功八法细体验，先打拳后练剑，最后再练刀、棍、扇，感觉身上出了汗，然后回家吃早饭，吃了饭，种菜园，沐浴着温暖的阳光，闻着大地的芳香，看着绿色的小苗，吃着绿色的食品，非常的接地气，觉得有回归大自然的感觉，有人问我，你退下来后干点啥？我说也种地，也打拳一天到晚不得闲，打拳锻炼身体，种菜园全部吃的是自己种的绿色食品，没有一点污染，对身体健康非常有利。太极拳博大精深，动静结合，刚柔相济，即能强身健体，又能展现老年人的风采，这些年来，我学习太极拳的体会是四个字即：狠抓一个“学”字，立足一个“练”字，克服一个“难”字，树立一个“高”字。一是狠抓一个“学”字：就是要虚心的向老师们学，向书本学，向拳友们学，多看些全国、全省的高手老师们的录相带子，不会就学，不懂就问，扎扎实实练好基本功，在一招一式上花力气下功夫，尤其是初级阶段，刚上路，才起步，心中没有数的情况下，首先选好老师，我认为选老师的标准是既能讲出道理来，又能做出样子来，在拳理上讲清楚讲明白，在动作上做的标准、规范，既能分解，又能综合，初学阶段，如果动作不规范，将来养成习惯，纠正起来就很难，其次是初级阶段学习不能急于求成，必须从基本功上多下功夫，俗话说“基础不牢，地动山摇”，学好基本功是练好太



我是1949年出生，共和国同龄人，生在新社会，长在红旗下，吃过菜，咽过糠，当过兵，扛过枪，1969年入伍，1983年转业到地方，2009年退休，刚退下来时，从繁忙的工作一下子没事干，觉得心里空落落的，电话明显少了，基本上没人找了，唯独老伴说我在家里表现比过去好了。退下后干点啥好呢？我从小喜欢打乒乓球，活动一段时间后，一是觉得乒乓球活动量大，年龄大了，有点力不从心，二是常期在室内活动空气不新鲜，后来有些朋友介绍我学习太极拳，我就跟着参加了，这些年来，在市老年大学，胜

利油田老年大学，还拜学了很多老师，先后学习了杨式24式、42式、48式、32剑、42剑、太极武当剑、太极功夫扇、健身气功、八段锦、五禽戏、六字诀、易筋经、养生太极杖等等，多次参加了市区的比赛和展演，自2008年开始，基本上能做到每天坚持，每天早上起床5点半，喝上一杯水，广场去锻炼，功前准备做一遍，五功八法细体验，先打拳后练剑，最后再练刀、棍、扇，感觉身上出了汗，然后回家吃早饭，吃了饭，种菜园，沐浴着温暖的阳光，闻着大地的芳香，看着绿色的小苗，吃着绿色的食品，非常的接地气，觉得有回归大自然的感觉，有人问我，你退下来后干点啥？我说也种地，也打拳一天到晚不得闲，打拳锻炼身体，种菜园全部吃的是自己种的绿色食品，没有一点污染，对身体健康非常有利。太极拳博大精深，动静结合，刚柔相济，即能强身健体，又能展现老年人的风采，这些年来，我学习太极拳的体会是四个字即：狠抓一个“学”字，立足一个“练”字，克服一个“难”字，树立一个“高”字。一是狠抓一个“学”字：就是要虚心的向老师们学，向书本学，向拳友们学，多看些全国、全省的高手老师们的录相带子，不会就学，不懂就问，扎扎实实练好基本功，在一招一式上花力气下功夫，尤其是初级阶段，刚上路，才起步，心中没有数的情况下，首先选好老师，我认为选老师的标准是既能讲出道理来，又能做出样子来，在拳理上讲清楚讲明白，在动作上做的标准、规范，既能分解，又能综合，初学阶段，如果动作不规范，将来养成习惯，纠正起来就很难，其次是初级阶段学习不能急于求成，必须从基本功上多下功夫，俗话说“基础不牢，地动山摇”，学好基本功是练好太

级拳的首要前提。二是力足一个“练”字，既是勤学苦练，什么是功夫，功夫就是时间加汗水的结晶，台上一分钟，台下十年功。一年四季，春夏秋冬，都要练习，都要坚持，和太极结缘，就要有一种痴情、执著和不怕苦、不怕累的精神，学不好一个动作就吃不好饭睡不好觉，只有要有这种钻研精神，你的太极之路就会越走越深，你的身体状况和精神面貌就会发生巨大变化。三是克服一个“难”字，既克服“畏难、急躁”情绪。初学者，往往感觉畏难，有些退休的机关干部下来后，很爱面子，扑不下身子，放不下架子，觉得在众人面前学不好怕人笑话，因此练不长时间就放弃，所以学练太极拳，认识很重要，观念很重要，一切工作的收获，首先来源于认识的正确和思想的进步，畏难急躁问题解决不好，是学练不好太极拳的。四是树立一个“高”字，即是高标准严要求，自己对自己要求要严，一招一式，一举一动，都力求标准、规范、准确、到位，否则，不标准、不规范，只是学些皮毛的东西，那就不是太极拳，而是成了“太极操”了。



这些年来，因武结缘，以武会友，与武相伴，先后给拳友们解决服装、鞋、剑、功夫扇等实际问题，协调企业和有关单位资金3万元。从2012年以来，每年都组织和带领大家参加市、区的展演和比赛，自2016年以来，为在全区推广和普及太极拳活动，先后组织举办三期骨干培训班，现在全区已经有260人取得了国家一级教练员、二级和三级社会指导员证书，有35人考上了三段。2017年全区有10个太极拳练习站和10名骨干被评为“山东省老年人体育健身明星辅导站”和“省级明星带头人”，我们抓的南王屋村和史

口镇的吕家村太极拳活动，经省、市、区老年体协和武术协会考查验收后，也给预了很高的评价。为了更好地弘扬中华武术精神，传承中国传统文化，多次到市老年大学和油田老年大学讲课和组织活动。今年5月份，在无资金、无办公场所的情况下，我们自筹资金，多方协调、多方联系，在各级领导的关怀和拳友们的大力支持下，终于成立了东营区武术协会，为我们今后更好地开展武术活动，为学习、交流、友谊、健康、快乐提供了一个良好的平台。武术协会成立后，5月19日，我们先后组织参加了市体育局、市老年体协组织的千人太极拳、千人太极功夫扇展演。6月10日，为纪念毛泽东主席题词，“发展体育运动，增强人民体质”66周年，我们组织了100人的太极拳、太极功夫扇展演，那一天上午下着小雨，大家齐心协力，没有一人离开，拳友们说“红扇齐开纪题词，白衣同打二十四，天降细雨来助兴，百人共谱武协诗。”为庆祝建党97周年，我们组织了“喜迎建党97周年，我为党献礼”专场演出，热情讴歌党的光辉历程和伟大成就，以全面健身的实际行动，展示武术人热爱党和伟大祖国的热情。



太极文化给我们带来了幸福，带来了健康和快乐，武术已成为我一生的寄托。弘扬国粹文化，传承太极精神，永远是我们太极人的使命和责任！宣传，普及太极拳，全民健身是国家的要求，我们要把使命放在心里，把责任扛在肩上，为全民健康做出自己应有的贡献！

# 服务群众 乐享人生

## ——临沂市“工惠乐学”太极拳和健身气功主讲讲师

文 / 本刊作者



王雪梅、女，1963年11月出生，国家级社会体育指导员，中国武术七段，国家武术一级裁判，中国武术段位制考评员、指导员，国家健身气功一级裁判，省2013年群先代表，临沂市体育局二级社会体育指导员培训讲师。临沂市总工会“工惠乐学”太极拳和健身气功主讲讲师。2018推荐为“最美社会体育人”。

### 积极开展群众体育活动

多年来，在市体育局的正确领导下，在体总及群体科的具体指导下，积极组织 and 参与群众体育活动，义务为广大市民和市直机关及各单位普及健身技能和



健身功法，带领的全民健身队伍不断发展壮大，并多次组织人员参加省、市体育局举办的科技

健身培训、健身气功骨干培训和社会体育指导员培训，使他们也和我一样成为了全民健身的骨干力量，他们的技艺在全民健身这个大家庭里得到充分的发挥和施展。我作为其中的一员，由于多年来的努力学习和进步，获得了许多省级和国家颁发的认定证书。2009年在天津体育学院参加国家级社会指导员培训，荣获国家级社会指导员称号。2010年至2017年连续七年荣获山东省武术段位制推广工作先进个人荣誉称号。2010至今参加山东省全民健身武术比赛和太极拳锦标赛裁判工作并担任裁判长和副总裁判长。连续五年被省武协选送去海南、云南、贵州、山西、陕西、四川、浙江、河南等地参加中国武术段位制骨干培训。我因此受益良多，学到了很多健身的技能和知识。连续多年参加省、市武术比赛和健身气功比赛的裁判工作，担任山东省武术段位制专家组考评工作，连续三年被香港国际武术节组委会选调裁判。2013年被省武协推荐带队去韩国进行武术交流等等。多年来我深深体会到，有付出就有回报，在我的生活里得到的总比付出的多，在全民健身这个大群体里，我收获的是健康和快乐，得到了家人的理解和支持，得到了广大健身爱好者和社会团体的支持和信任，这是难能可贵无以伦比的荣誉，是“我参与、我快乐、我健康、我幸福”的全民健身运动的具体写照。





### 把普及全民健身当作自己的追求

群众体育，就是如何更多地发动群众参与体育运动，增强人民体质。正是自己在健身活动中吸收的营养，使得自己受益终生，所以才引领更多的人参与到健身中来。因此，在历年来的全民健身运动会、沂河体育节、全民健身月、全民健身日等比赛活动中，我也积极响应市体育局领导的号召，组织带领广大全民健身爱好者、社会体育指导员等千余人无偿参加各项开幕式垫场表演、项目展演活动

等。带动更多的群众投入到体育运动之中，提高他们自觉参与全民健身的意识和习惯。让他们明白有了健康的体魄、才能有快乐的生活，锻炼的是自己的身体，带来的是健康幸福、是正能量的传递。自从投身到全民健身大潮中以来，连续多年组织人员积极参加省、市举办的全民健身服务进社区、乡镇、企业、机关、校园等志愿服务活动 30 多项次。2013 年很荣幸被市体育局推荐，评为省群众体育先进代表。



作为全民健身活动的受益者，作为一名普通市民，我决心把得来的荣誉和学到的知识无私的奉献给社会，我最大的愿望是实现“全民体育”，让全社会的群众都加入到体育运动的行列中来。因此，我把发展群众体育，带动全民健身当成自己的追求。现在，全民健身活动有了“十三五”计划，我国也将全民健身上升为国家战略，全民健康已经成为国家综合实力的重要体现，也是经济社会发展进步的重要标志。“健康就是幸福，健康就是力量”的全新健康观已经形成，全民健身活动已经来到每位普通市民的身边。“让体育进入每个人的生活”，这不仅是自己的追求，也是每个社会体育人毕生的追求。



# 新时代体育工作的几点思考

文 / 田三生

在全国不断深化机构改革、加快供给侧改革的关键时期，各级体育部门应认识有为才有位，主动适应形势、主动担当作为，不断增强政治站位，紧紧围绕党中央、国务院重点、中心、热点开展工作，做到体育工作为全民小康、改善民生、社会稳定、经济发展服务，才能更好地助力实现中国梦。

**一是要主动担当勤管理。**作为体育行政主管部门，顶层要打破行业垄断思维，基层要摒弃不知者不为罪、多一事不如少一事的老旧思维，直面体育系统和体育市场存在的问题，弱化办赛等具体事务、强化行政职能，在行政过程中“敢担当”，统筹做好体育事业发展规划、细致做好体育行政管理。要成立队伍、安排人员，依法做好高危项目、体彩市场、公共体育设施、健身气功站点、兴奋剂、社会团体、竞技枪支、运动员登记、标准赛事等管理工作；要主动牵头研究，针对新兴体育产业产品标准、产品质量、价格体系、行业竞争、从业资质、服务质量、市场诚信等新问题，提出应对办法、管理措施，切实保护消费者利益，彻底扭转体育部门负责办赛事、夺金牌等社会公益事业的固有思维和社会认知。

**二是要放开市场办群体。**当经济发展到一定阶段，群众体育将具备高度自觉、实现市场化和供求平衡。国家体育总局要彻底打破现有发展体制，取消各项目管理中心、单项协会收取的赛事服务费、申办费等一切垄断性行为收费，打通推广发展体育运动和体育产业市场的壁垒；各级体育部门应在群众体育方面深化“放管服”，彻底放开全民健身市场，充分发挥协会、俱乐部、市场主体主观能动性，将更多精力用在提升群众健身意识、引导社会组织发展、规范市场上来；应逐渐转变健身设施和健身活动全面普及思路，注重差异化需求，引导多样化、层次化、差异化服务，将更多体彩公益金用于营造城市体育氛围、建设中小型公共体育场馆、发展社会组织和公益从业人员、补贴群众健身消费。

**三是要面向社会搞竞技。**竞技体育要重新定义“举国体制”，彻底打破现有体制、现有铁饭碗，大改革、大换血，实现多条腿走路，切实构建金字塔体系，最终目标是面向社会搞竞技、举国参与发展竞技。要保留但缩小国家、省、市高精尖专业运动队伍规模，专业队伍仅限于进一步

巩固和提升竞技水平、代表参赛；国家、省、市体育部门要打破专业队和竞技体校铁饭碗，建立优秀运动（队）员培养成本核算体系，面向全社会公开优秀运动（队）员培养成本、补贴和奖励办法，鼓励和吸引学校、企业、社会组织培养优秀运动（队）员，形成市场竞争机制；要彻底改革运动员注册办法和各级运动会项目设置，放开参赛人员年龄、是否注册、运动员归属单位等限制条件，切实选拔出最高竞技水平的运动员，而不是从现有注册运动员中筛选最高竞技水平；要建立各类运动项目全国联赛、大学生联赛、青少年联赛3级联赛机制和人才供应体系，并逐渐实现市场化；呼吁有关部门建立完善体育特长生、自主招生监管体制，倡导各大专院校全面从严体质检测、增加体育特长生名额、培养至少3支高水平运动队伍；县级及以下体育部门要大力推行“体教结合”，引导中小学生全面养成体育习惯、形成至少1项体育特长、培养一批体育项目尖子，夯实竞技体育发展基础。

**四是要盘活产业促经济。**体育产业已经成为发达国家支柱产业，逐渐引起发展中国家重视。我国体育产业刚刚起步，但发展空间巨大，有助于调结构、稳增长。体育部门要切实担起责任，不断摸索和探讨发展模式，在发展体育产业、促进经济发展中“善作为”。要健全机构、吸纳人才，建立从上到下完整的体育产业管理体制，夯实基础；要注重顶层设计，从国家、省级层面完善和细化土地、财税、水电优惠政策，各地要针对本地特色和重点发展版块，出台从业优惠、奖励、补贴政策，吸引社会资本投入；市级以上要在财政公共预算内设立体育产业发展引导资金，要通过体彩公益金奠基、投融资机构参与、投资企业反哺、社会捐赠补充的形式，建立和发展壮大体育产业发展基金，扶持体育产业项目做大做强；要鼓励体育人才商业化、商业人才体育化，大力引进和培养人才，产生一批体育产业组织、策划、运行的金牌团队、金点子；要鼓励科技人才体育化、体育企业科技化，扶持和培养一批高科技体育产业企业；要不断丰富体育博彩玩法、做大市场，更加重视发展体育竞赛表演、体育健身服务、体育医学康复、体育休闲旅游等本体产业，引导体育产业制造业良性发展，形成科技引领、人才支撑、市场繁荣、产品丰富、规模宏大的体育产业市场，助力经济结构转型和稳增长。

# 烟台深化教体融合迈出新步伐

文 / 刘 晋

“少年强则国强”。在我国，教体结合虽然已经开展了30多年，却一直存在不少问题。从相加到相融，教体究竟应该如何迈过融合这道坎？烟台市体育局敢于担当、主动作为，在教体融合上迈出了新步伐。

在今年3月初的全市体育后备人才体系建设工作会议上，烟台市体育局局长郑俊杰提出了秉持“大体育”理念，以开放的思路，激发教育、体育改革活力，促进教体深度融合，以建设体育后备人才体系为抓手，充分发挥体育服务功能，促进青少年健康成长，扩大青少年体育人口规模，构建金字塔式人才培养体系。

建设青少年体育后备人才体系是落实全民健身计划的内在要求。多年来，烟台市体育局始终坚持以市级训练单位为龙头，以县市区体校为骨干，以中小学校、幼儿园为基础，以协会和俱乐部等社会力量为补充的后备人才体系建设，目前烟台市体育系统辖4个市级训练单位，10所县级竞技体校，市县两级教练员230多人，文化教师280人，在训运动员3600多人，开展省运会所设31个项目，其中部分项目采取市队县办、校办模式。2016年，烟台开展了市级特色学校（幼儿园）创建工作，目的就是为补齐人才体系建设的短板，打牢人才体系建设的基础，促进学校体育健康可持续发展，也为竞技体育的发展储备更多更好的人才。近两年，烟台市体育局将橄榄球、击剑、幼儿体操等特色项目在普通中小学、幼儿园里进行推广普及，促进了学校体育和竞技体育共同发展，市县两级体校建设不断得到加强。

承担芝罘区体校小年龄段孩子文化教学的建昌街小学，多年来为区体校输送了大批体育人才。学校从培养体育人才的全局高度出发，学校班子每月集中调度所有运动员在校表现，及时发现并解决实际问题，指派专人主抓队员的在校管理，予以贴心服务。为了保障运动员文化学习，在编班以及教师配备上学校予以重点倾斜。在运动员学习辅导上，补习内容、学习效果都由校领导亲自把关。高新区第三实验小学建校以来，针对学校学生“小胖子”多、体质有待提升的现状，围绕“容融”文化，将“健康身心”确定为学

生的七大核心素养之一，将“锻炼好体魄”定为学生“八好”培养目标之基础目标。建校两年半，学校被评为烟台市足球特色学校。

教体究竟应该如何迈过融合这道坎？郑俊杰坦言，要充分发挥体育和教育部门在青少年体育工作方面的优势和特长，实现资源共享、优势互补。“教育部门有生源的优势，有文化教学、学生管理等方面的优势，而体育部门则有体育专业技术和竞赛组织方面的优势。实施体教融合，可以充分调动体教两部门全方位结合的积极性，促进体育、教育事业科学发展，实现双赢共进。”

下一步，烟台市体育局将以体育特色学校（幼儿园）创建工作为抓手，厚植人才体系建设的根基。鼓励各级各类中小学校、幼儿园、协会和俱乐部，积极开展青少年体育活动，对场地设施完善、体育活动规范、人才效益突出的单位，由市体育局命名挂牌，争取到明年全市体育特色学校和幼儿园达到50所，打造具有烟台特色的体育后备人才基地。

创建烟台市级体育人才基地，既能够选拔优秀体育人才，又促进学校体育的开展，提升中小学生的体质，实现竞技体育和学校体育双赢的目标。对于符合条件被命名的学校，市体育局将在经费、器材、培训方面给予相应扶持，并将开展项目纳入市级竞赛体系，促进项目长远发展。对命名为基地的学校，项目管理单位要定期考察项目开展情况，听取校方意见，对不符合要求的学校给予正确指导，力争培育出数量多、项目优的青少年体育人才基地，丰富业余训练模式，将该项工作打造成为烟台青少年体育工作的一张亮丽名片。同时，要充分发挥体育协会、俱乐部的组织指导和服务作用，进一步培育和激发各级各类体育社会组织的主观能动性，引导和支持社会力量参与竞技体育后备人才培养工作，拓宽青少年体育发展途径，为烟台学校体育和竞技体育的发展提高贡献力量。

我宁愿我的学生打网球来消磨时间，至少还可以使身体得到锻炼。

——卢梭

# 济宁金乡： 体育助力乡村振兴 干出名堂

文 / 王金山

乡村振兴,离不开乡村文化的复兴与繁荣。体育是实现文化自信的重要支撑,在乡村振兴战略实施中,体育的力量正在迸发。例如济宁金乡县,通过深入推进“文体惠民”工程,通过办好一项赛事,为构建和谐乡村提供了精神保障,也营造出了良好的干事创业氛围。

近日,以“百姓大舞台·全民来参与”为主题的金乡县第七届“舞动蒜乡”全民广场舞电视大赛在金水湖广场启动,来自鱼山街道的15支代表队携自编自导的广场舞竞相登台。各镇街纷纷响应,精心组织本赛区初赛,选拔队伍进行集训,参加全县总决赛,把广场舞大赛作为提高群众满意度和加快精神文明建设的有力抓手,助力乡村振兴。

“广场舞等大家喜闻乐见的文体活动,是丰富农民群众业余生活、展现群众精神风貌的重要载体,是我们街道培育农村文艺人才、推动乡村文化振兴的重要抓手。而‘梨花节’自举办以来,已成为鱼山街道一张响亮的生态旅游名片。今年将这两项活动合并开展,为群众奉上了更多的文化享受。”鱼山街道人大工作室副主任李勇说。近年来,鱼山街道将文化阵地建设作为提高民生福祉、促进乡村振兴的重要载体,不断完善农村文体基础设施建设,鼓励支持农村自主成立文体表演队伍,广泛开展广场舞大赛、“梨花节”、农民文化艺术节、农民运动会等形式多样的文体活动,极大地激发了群众的参与热情。

3月26日下午,全民广场舞电视大赛霄云镇分赛区初赛在云村文化广场举行。共有19支参赛队伍的220余名广场舞爱好者身着鲜艳的服装,伴着音乐的节奏,挥舞着彩扇、彩绸翩翩起舞,尽情抒发着内心的喜悦,用优美的舞姿展现着诚信蒜都人良好的精神风貌和美好生活。据了解,霄云镇同样狠抓文化体育阵地建设,持续关注群众文体生活,不断完善基础设施,积极开展广场舞、太极拳、戏曲、歌舞等各类群众性文体活动,努力营造和谐向上的文化氛围,激发了群众参与健身娱乐活动的激情。如今,广场文体活动在全镇范围内的蓬勃发展,为构建和谐乡村提供了精神保障,也营造出了良好的干事创业氛围。

与霄云镇同日,化雨镇组织举行了全民广场舞电视大赛分赛区初赛,来自化雨镇的9支代表队的100余名队员参加了比赛。据化雨镇宣传委员刘姗姗介绍,近年来,化雨镇高度重视文体事业发展,投入资金高标准建设集宣传文化、普法教育、文体娱乐、文物展览等于一体的村级综合性文化服务中心,改造提升村级文化广场,为村民开展文化体育活动提供良好的场所;先后组建村级文体队伍16支,每年组织开展各类文体活动不少于200次,并定期举办全镇广场舞大赛和秧歌舞大赛,文体事业的不断发展,村民的幸福指数不断攀升,群众满意度连年位居金乡县前列。

据了解,金乡县全民广场舞电视大赛启动后,王丕街道、马庙镇、司马镇等镇街也相继举办了本赛区初赛,引导激发群众参与广场舞活动的热情,让全镇各村的健身团队之间互相学习,加强交流,为经济和各项事业的蓬勃发展营造了健康、文明、和谐的文化氛围。

近年来,金乡县委、县政府深入推进“文体惠民”工程,规划建设文体广场500余处、文化大院600余处、村(社区)综合文化服务中心600余个,组建基层文化体育队伍1000余支,并以文体广场为依托,广泛开展群众性精神文化活动,积极推进全民健身运动。一年一度的“舞动蒜乡”全民广场舞电视大赛已成为文化体育品牌赛事活动,每届系列配套活动30余场次,深受广大基层群众的欢迎,全县开展广场舞活动蔚然成风。多姿多彩的广场文化体育活动不仅提升了广大群众的身体素质,丰富了广大群众的精神文化体育生活,同时也成为了宣传移风易俗争做文明先锋、提升城市文化品位的重要载体,成为了深化创建全国文明城市、国家卫生县城的重要组成部分。

人的健全,不但靠饮食,尤靠运动。 ——蔡元培

# 健步走七个黄金标准

文 / 本刊作者

走路是最简单的健身方法。本期,上海体育科学研究所研究员刘欣教授为大家推荐了一套“健走黄金标准”。

## 场所:塑胶场地,草地最好

健走要选择空气清新、视野开阔、安全的场所,最好有塑胶场地、草地;要避免在车流量大、空气质量差的公路快走,柏油路、水泥路面太坚硬,对膝盖和脚踝冲击力较大。

## 鞋衣:运动鞋护脊柱,衣服得透气

鞋子要选择弹性好、有足弓垫的运动鞋,能有效保护脊柱。衣服最好材质透气、宽松,颜色以鲜艳的为主,或有反光条装饰,可减少交通意外的发生。

## 动作:姿势协调,脚趾内收

健走标准姿势:目平视,躯干自然伸直,身体重心稍前倾,两臂前后摆动,与肘关节成90度夹角。手臂摆动能带动左右肩活动,还能运动腰腹,活动腿脚的同时还能锻炼上肢力量。走路时,尽量用腹式呼吸,与地面接触的一只脚要有个“抓地”的动作(脚趾内收),能缓冲足弓压力,促进腿脚微循环。

## 步频:每分钟100步

走路速度太慢很难起到锻炼效果,太快又容易带来疼痛和损伤,老年人尤其如此。一般情况下,健走的步速以每分钟100步为宜,身体感觉是微微出汗、可以用正常节律说完完整的句子但不能唱歌。



## 步数:最少连续10分钟,走够6000步

健步走推荐量为每天1小时,按每分钟100步算,每天6000步是比较合适的。有减肥需求的人,可适当增量到8000~10000步。但也不要盲目追求步数,尤其是老年人或身体状态不好者。如果做不到抽出整块时间锻炼,也可在工作间隙分次完成,但每次最好连续走够10分钟以上,否则没有健身价值。

## 时间:夏避中午,冬避清晨

这样能预防夏季中暑,冬天10点后出门可避免冷空气导致血管急剧收缩。春秋两季,气温适宜,时间可灵活选择。建议糖尿病患者一般在饭后1~1.5小时左右锻炼,以防低血糖。

## 热身:运动前后都不能省

运动前可先做些伸展活动,比如活动膝关节和脚腕、原地慢跑等,运动后也不要立即停止活动,应逐渐放松,重复运动前的热身动作,可缓解疲劳。

# 志愿服务队伍不断壮大



近年来，体育彩票把学习雷锋精神转化为日常的志愿服务。各地体彩陆续成立志愿者服务组织，常年活跃在所辖区域的街道社区和乡村，传播全民健身理念、绿色生活理念，为有需要帮助的人送去及时的帮助。体彩的志愿服务形式多样，有团队行动，也有个人行动；有主动“出击”，也有按需服务。不断壮大的“体彩雷锋之队”，用志愿服务的形式，向雷锋精神致敬，为责任彩票的建设再添一块砖。

## 连年获奖体彩志愿服务看日照

山东省成立体彩志愿服务组织的时间较早，其中日照体彩志愿者协会是比较活跃的队伍之一。日照市体彩志愿者协会成立于2016年7月8日，目前已成立二十多支服务大队，常年开展公益志愿活动，曾荣获2017年“山东省直机关最佳志愿服务组织”荣誉称号、2018年山东省青年志愿服务大赛银奖。

日照市体彩志愿者协会进行的常规活动有植树节义务植树活动、高考爱心服务点、慰问敬老院等。他们还根据村民需求，助其销售滞销的桃子、山楂等农作物。由日照市体彩志愿者协会支持的“顶呱刮爱心

书库”项目，在第三届山东省志愿服务项目大赛暨2018青年志愿服务交流会上获得山东省青年志愿服务大赛银奖。该项目是2016年12月发起的一项公益志愿活动。“顶呱刮爱心书库”的目标是“522爱心工程”——计划在日照市50所小学建成50个爱心书库，捐赠两万册精美图书，惠及两万名乡村学子。

值得一提的是，日照市体彩志愿者协会于2018年开通了捐书平台，如果市民家中有闲置并且适合中小学生学习阅读的书籍，可以就近送到带有捐书标志的体彩网点。

日照市体彩志愿者协会会在图书收集、整理之后，送往有需要的乡村小学，以此达到传播科学文化知识和图书资源共享的目的。每一本爱心图书都进行了扫码入库，流向随时可查。此举方便了爱心人士随时就近捐书。日照市体彩志愿者协会不仅是山东省体彩系统学习和推广的先进典型，也值得全国的体彩志愿服务组织学习。成立不到三年时间，日照市体彩志愿者协会不断扩大，目前已拥有二十多支志愿服务大队，而且这个数字还在不断增加中。他们实施了“顶呱刮爱心书库”这样的品牌活动，也在植树节、重阳节、高考等节点推出相关服务，还会根据果农菜农遇到的困难，随时上门帮助他们打开销路。他们的服务之所以受到服务对象的欢迎，是因为他们提供的服务对上了服务对象的“胃口”。实实在在的帮助，谁不需要呢？

## 坚持不懈志愿服务一直在路上

江苏镇江体彩志愿者服务队成立于2014年，积极开展“不忘初心日行微善”志愿服务。连续5年致力于大型体育赛事、大型文化活动的公益志愿服务，组织结对帮扶、爱心助学、敬老养老等公益志愿服务活动。

青海体彩于2017年11月面向网点征召志愿服务

# 彩票践行雷锋精神

文 / 葛运伟

驿站，首批 150 家志愿服务驿站已经挂牌服务。志愿服务驿站以“体彩销售人员 + 志愿者”的服务模式，合力创建体彩志愿服务活动品牌，延伸精神文明建设前沿阵地。青海体彩为加入志愿服务的网点配备了饮水机、水杯、急救箱、针线包、充气筒、充电器、接线板、雨伞、青海省交通旅游地图等。

2018 年 3 月 8 日，青海体彩志愿者服务队以社区高龄老人、残疾人士、困难家庭等重点群体为服务对象，以牵手帮扶、亲情陪护等方式，进基层、进社区、进家庭，开展志愿服务活动。2018 年 1 月，合肥市“体彩志愿者公益联盟”正式成立，01588 体彩网点业主李伟成为第一任联盟负责人。联盟以“搭建大众平台，宣传体彩公益，凝聚团队力量”为目的，采取自愿原则，吸纳更多网点业主、销售员、购彩者等加入进来。联盟不定期开展活动，联盟成员自愿捐助钱款、书籍、学习用品，旧衣物家电等，宣传公益体彩、捐助贫困对象、参与团队活动，帮扶落后网点，加强学习交流。

## 个人行动将雷锋精神融入日常

2018 年，浙江体彩推出“最美体彩人”评选活动，其中的很多当选者都是志愿者，都把雷锋精神融入日常的工作中。

“最美体彩人”之一的黄志英是浙江金华 56531 体彩门店业主，她的网点也是“金华志愿站”“志愿驿站”“红十字应急救援服务点”“环卫工人休息点”。2012 年，黄志英在浙江省人体器官捐献办公室、中华骨髓库、省防盲中心进行了器官捐献、造血干细胞登记、眼角膜捐献登记。

黄志英不仅一个人撑起一家门店的销售工作，同时还要照顾患有先天性重度神经性耳聋的女儿，虽然女儿的治疗费用很高，但她还是全身心地投入到公益事业中。黄志英的网点和别的店有些不同，不但有定期的公益宣传，店里还有急救箱，并且免费给环卫工人提供冷

热饮和休息场地，为独居老人提供上门服务，网点旁边还有一只专门回收旧衣物的“熊猫箱”……黄志英还请来专业人士在店内开展急救培训，“我的网点在婺江边上，有不少市民在江边散步，宣传急救常识，可以让市民万一遇到危险时不至于手忙脚乱。”她邀请了金华市金东区红十字会志愿者急救培训师在网点举行了两场急救培训活动，不仅吸引了彩民积极参与，还有许多附近居民闻讯赶来。黄志英的网点已经成为公益大本营。

浙江宁波 17066 体彩门店业主史晓燕也是一位志愿者。她成立了当地首个以小区名字命名的志愿服务团队，并请来中国女排主教练郎平担任代言人，在当地一时传为佳话。史晓燕在开体彩店之前就是一个热心人，多次资助失学儿童。2000 年，她开始资助安徽一贫困县的查姓小学生读书。这个孩子的父母双亡，与年迈的爷爷生活在一起，史晓燕每年资助其 800 元学费。后来，史晓燕还长期资助过一个带着 6 岁孩子的单身母亲，现在这个孩子已经考上重点高中，家境也有所好转。

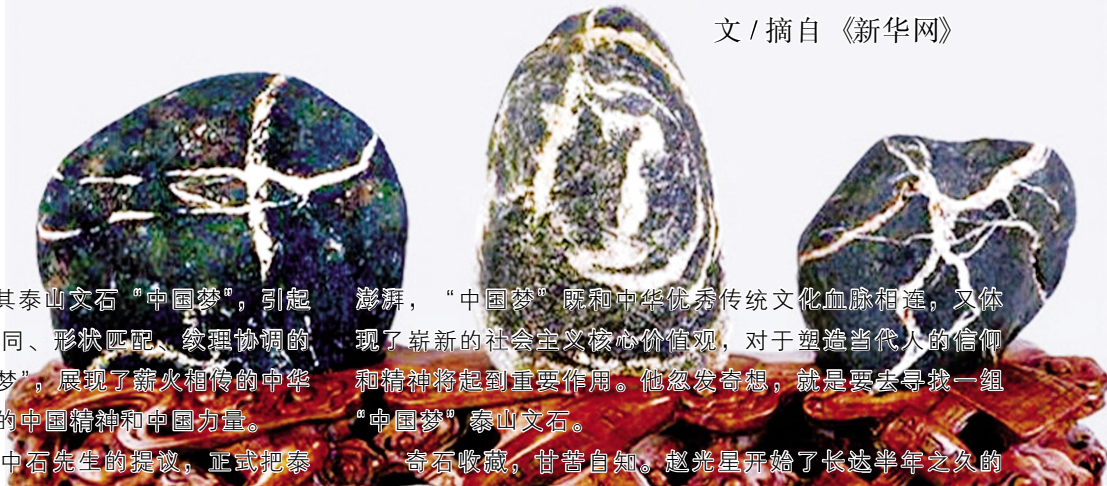
开体彩店后，史晓燕更是把雷锋精神融入日常工作。她成立了“里仁为美志愿服务团”，她担任志愿服务团团长。成立当天，就有 460 多位居民报名参加志愿者，其中包括 40 个小朋友、28 位外籍居民。在过去的两年时间里，史晓燕带领团队为居民提供垃圾分类指导、积极参与绿化维护、举办中秋灯谜会等。此外，服务团还走出里仁花园小区，面向社会开展各项公益活动。

还有浙江杭州的体彩销售员姚利芳，多年来几乎每天都利用早晨上班前的一段时间参与爱心厨房公益服务活动，为环卫工人等群体制作免费早餐。2018 年，她还因此获得余杭区慈善总会授予的“爱心积极分子”称号。

像黄志英、史晓燕、姚利芳这样的体彩销售人员在全国还有很多，他们把参与志愿服务当作生活的一部分，把学雷锋做好事融入日常，在为受助者带去帮助的同时，也展示着公益体彩的良好形象。

# 赵光星和他的 泰山文石作品 “中国梦”

文 / 摘自《新华网》



最近，收藏家赵光星展示其泰山文石“中国梦”，引起社会较大反响。这三块质地相同、形状匹配、纹理协调的泰山文石上，狂草般的“中国梦”，展现了薪火相传的中华文明，以及“中国梦”催生出的中国精神和中国力量。

前不久，赵光星根据欧阳中石先生的提议，正式把泰山奇石命名为“泰山文石”，从此，泰山奇石有了一个有别于世界上任何奇石的响亮名字。文，既是文字纹理，更是文化文明。五岳独尊的泰山被称为“国山”，其自然景观雄伟壮丽，历史文化底蕴厚重，是中华民族精神的象征。泰山文石更蕴含着“平安、稳定、和谐”的民族文化心理。凡是与石头收藏有缘的人，都有一双识珠慧眼，并能够沉下心来，与石头进行灵魂和生命的对话。1952年出生于泰山脚下的赵光星，是在泰山气息熏陶下成长起来的，所以对收藏泰山奇石有着特殊感情，数十年间，他走遍泰山，收藏了数千块泰山奇石，并专门储藏在自己家的两个房间里。现在是山东省花卉盆景奇石艺术家协会顾问、东岳泰山石文化研究院院长的赵光星，最大的梦想就是建设“泰山文石博物馆”并为泰山文石著书立传。他说，泰山文石是一个历史、文化和自然的长廊，展示了从文明起源到民族复兴、民族崛起的恢弘画卷，体现了中华民族灿烂文化的博大精深、生生不息。

正因为如此，赵光星赋予泰山文石以崭新的时代含义，他以敏锐的眼光，善于抓住重大活动和重要主题，进行主题收藏和展览，以泰山石作为优秀民族文化遗产的载体。这些年来，他的奇石走进了北京人民大会堂、奥运会、上海世博会、第十一届全运会、第一届国际集藏文化博览会、山东国际大众艺术节、济南国际园艺博览会等重要活动和场合，其体育系列奇石，被山东省档案馆专题陈列，这对弘扬齐鲁文化和泰山文化，起到了积极作用。

习近平总书记提出“中国梦”的论述后，赵光星心潮

澎湃，“中国梦”既和中华优秀传统文化血脉相连，又体现了崭新的社会主义核心价值观，对于塑造当代人的信仰和精神将起到重要作用。他忽发奇想，就是要去寻找一组“中国梦”泰山文石。

奇石收藏，甘苦自知。赵光星开始了长达半年之久的搜集过程。

“中”字相对好找，赵光星家里和藏友手中很多，但是最满意的一块，是他自己从红门附近的一家奇石店淘换来的。接着，他去寻找“国”字，先后找到30多块，但是效果不是非常理想。有一天，他来到泰山西麓的桃花峪，走累了便在溪水旁休息，刚坐下，一道亮光照射过来，溪水中一块泰山石的白色线条跃入眼中，他费了很大劲才把石头搬上岸来，用清水洗了一下，这不就是一个漂亮的“国”字吗？真是天助我也！寻“梦”的历程更加传奇，在半年时间内，赵光星见到过多块石头，总感觉不是自己要找的“梦”。那天，他开车从济南回泰安，在泰山东边的大津口乡，遇到一位推着独轮车的白发老人，哼着小曲，从地里出来往家赶。这里是传说中“石敢当”的故乡，赵光星在老人的小推车上看到几块泰山石，走近一看，惊奇地发现他昼思夜想的“梦”字出现了，不禁大喊起来“圆梦了，圆梦了！”弄清原委，老人把这块泰山石无偿送给赵光星。

赵光星终于圆了自己的“中国梦”。这半年，他走访了泰山附近几十个村落，到过几百家收藏泰山石的农家，真是功夫不负有心人！“中国梦”三块泰山石收集全后，如何配好底座又成了大难题。赵光星找遍了当地有名的行家，经过六次创意设计、更改完善，最终寓意“年年有余”“龙腾盛世”“科技腾飞”“卫星上天”等中国传统文化与现代科技元素相融合的奇石底座，将“中国梦”稳稳托起。