

近八成丽水人具有健身好习惯

特约记者 廖王晶

近日,丽水市统计局民调中心通过“12340”调查热线,在全市同步开展全民健身参与情况调查,共采集成功样本1800个。调查显示:当前丽水市全民健身习惯良好,参与率较高;健步走、跑步等健身方式最为普及;参与健身运动受时间因素影响最大;公众对丽水市体育基础设施建设及全民健身总体氛围给予肯定。

调查显示,丽水市居民有健身习惯(以每次运动半小时及以上为标准)的比例将近八成,为77.3%,其中坚持每天健身的比例超过两成(24.4%)。分地域看,城乡居民健身参与率存在较大差异,城市居民参与率超过八成,为83.8%,而农村居民的参与率仅为62.2%,两者相差21.6个百分点。

分年龄来看,每周健身人数比例最高的是18岁以下群体,为

85.7%;其次是50-59岁,为77.7%。而60岁以上群体的每周健身人数比例为71.8%,坚持每天健身的比例高达57.7%。

传统健身方式是主流

随着体育健身设施的不断完善,公众健身的方式更加多样化,63.8%和35.1%的受访者选择传统的健步走和跑步的方式健身,“乒乓球、羽毛球、网球”(12.4%)、“广场舞、民族舞、太极拳、气功”(10.9%)、“篮球、足球、排球”(8.3%)以及“游泳”(6.2%)等形式也是不少公众的健身选择,还有12.6%的受访者表示会进行如瑜伽、跳绳、爬山等其他形式的运动。

在健身场所的选择上,“绿道”(46.8%)和“公园(30.3%)”等是首选。当问及受访者“一般什

么时间段进行锻炼”时,“晚上”是最普遍的选择,选项比例高达82.0%,锻炼时长则集中在“半小时至一小时内”(47.0%)和“一小时至两小时内”(39.3%)。

公众参与健身运动的频率受各种因素的影响,其中最主要的因素是缺少时间。当调查问及受访者“影响您参与健身运动的主要因素”时,“缺少时间”的认同率超过半数,为56.6%,其次是“场所限制”(18.1%)和“惰性”(17.7%),此外,“身体原因”(12.1%)、“缺乏组织”(8.2%)以及“健身成本高”(5.0%)也是影响居民健身的因素,另有15.9%的受访者表示会受天气等其他因素影响。

最认同科学建设体育场地

调查显示,丽水市公众认为健身对提升生活品质“重要”

的占77.3%,认为“比较重要”的占16.4%,认为“一般”的占5.1%,三者合计为98.8%。认为健身“不太重要”和“不重要”的比例仅为0.4%和0.8%。

调查结果显示,当问及受访者“您认为进一步推进全市全民健身还应加强哪些工作”时,“合理规划和建设公共体育场地设施”的认同率最高,为57.2%,同时有49.0%的受访者认为应“增加健身设施的数量和种类”,47.4%的受访者希望“增加公共健身场所和设施的资金投入、强化设施建设”。

从调查收集到的意见建议来看,过半数(55.2%)受访者希望“加强科学健身知识的宣传和普及”,40.9%的受访者希望“加强体育骨干队伍建设,指导科学健身”。



一苇渡江

金庸小说里“铁掌水上漂”的轻功神乎其技,在畲乡景宁,也有一群人有着“一苇渡江”绝活。近日,在景宁大均乡梅花圩至善水桥段的瓯江小溪里,畲乡独竹漂队队长雷延华带着两名队员分别脚踩一根“竹竿”在急流中漂行10余公里,展现浪中独步的漂流技艺。

特约记者 廖王晶 通讯员 李 烨 林 明 李肃人

优秀！丽水姑娘林荧入选U17女足国家队

本报讯 近日,中国足协发布了U17国家女子足球队集训补充征调队员的通知,丽水莲都区处州中学女足队员林荧入选。

林荧是处州中学今年九年级毕业生。此前,她代表浙江省中学生女足参加了全国第十四届学运会女足比赛,因发挥出色被U17女足国家队主教练看中。

处州中学女足教练金伟建说:“和之前入选国青和国少的处州中学女足队员不同,林荧是没有经过省队的训练而直接从学校队中被选拔进‘国字号’球队的队员,充分体现了她足球上的天赋和优秀的专业技能。”

在处州中学的三年,林荧训练认真刻苦,表现出色,曾代表处州中学女足和丽水市女足参加省比赛。2020年10月,处州中学女足卫冕省校园联赛总决赛冠军,林荧获得最佳球员和最佳阵容球员称号。

据了解,林荧不但在足球方面天赋很高,而且文化成绩也非常优异。今年中考,她以文化课589分的出色成绩考入丽水中学,真正体现了处州中学“读好书、踢好球、做好人”的足球精神。作为队长,在队员中具有很高的威望,是队员们暖心的伙伴,更是队员们学习的榜样。

据悉,通过在国家队近一周的训练和比赛,主教练王安治对林荧的能力非常认可,并为她制定了后续的训练计划,鼓励她继续努力,将来为国争光。

(通讯员 楚 宗)

松阳“乡村15分钟健身圈”雏形初现

特约记者 郭 真 通讯员 王雯静 宋 词

“以前要是想要用这些器材健身,就得花钱去健身房,想不到现在在村里就能免费用上,感觉很好!”日前,在松阳县望松街道新望社区的“百姓健身房”内,望松村村民金小峰忍不住感叹。在他身旁,跑步机、动感单车、椭圆机等时下流行的健身器械一应俱全。作为省民生实事项目,新望社区“百姓健身房”于2020年8月通过验收并对外开放。开放时间内,村民可以免费使用健身房内的健身场地和各类器械,享受城市健身项目带来的快乐。

近年来,松阳县在打造“城区10分钟健身圈”的基础上,充分将全民健身的触角延伸到农村,让各乡镇百姓也能享受到便捷优质的健身服务。尤其去年以来,松阳县通过整体谋划布局,以体育公园、“小康体育村”等项目为抓手,积极完善提升乡村健身硬件

设施,打通村民健身“最后一公里”。目前,全县各行政村的“乡村15分钟健身圈”已初现雏形。

在松阳,如今越来越多的村民走进健身房,感受运动带来的快乐。“周一到周五,百姓健身房都是开放的,考虑到有的村民白天要外出务工,所以我们晚上也会为他们开放。”望松街道新望社区党支部书记周俊杰说,今年以来,社区一直将“百姓健身房”作为“我为群众办实事”实践活动的重要抓手,积极引导村民开展形式多样的全民健身活动,社区的健身氛围越来越浓厚。

在松阳大东坝镇大东坝村,村里的体育公园项目也在热火朝天建设中。据介绍,该项目为松阳县首个户外体育公园,规划建设游泳池、5人制足球场、篮球场、羽毛球场和民间特色活动区等健身区块,计划于9月底完工。“村体育

公园建成后,将免费向村民开放,村里的大妈大婶可以来跳舞,小伙子姑娘可以来打球、游泳,这样的生活可一点不比城里差。”该村党总支书记叶春景说。

目前,松阳县已实现各行政村“小康体育村”项目全覆盖,同时还建有4个省级中心村全民健身广场、4个省级中心村体育休闲公园、46个省级农村体育俱乐部。今年以来,当地还谋划建设了一批百姓健身房、社区多功能球场、体育公园等项目,极大改善了乡村群众健身场地不足的现状,为村民强身健体提供了更多的空间和便利。

“下一步,松阳将根据省、市的统一部署,进一步完善‘乡村15分钟健身圈’,努力通过体育设施进乡村工程,实现便民利民惠民的全民健身体系。”松阳县文广旅体局体育中心主任潘清说。