

全民健身日 活动丰富多彩

科学健身助力健康中国

新华社记者 吴俊宽 王浩宇



8月8日，2019年全国全民健身日活动北京分会场北京市第十二届全民健身体育节系列活动——北京市第九套广播体操展示大赛在北京地坛体育馆举行。共有来自北京市直机关、市总工会和全市各地区的48支广播体操代表队共计1200人参加。这是比赛现场（8月8日摄）。

新华社发（任超摄）

2019年8月8日是国家第11个“全民健身日”。过去十年间，中国的全民健身事业经历长足发展，各地健身场地设施建设不断完善，百姓健身热情愈发高涨，科学健身的理念逐渐深入人心。

今年的“全民健身日”恰逢第二届全国青年运动会开幕，青少年群体的广泛参与为全民健身事业未来的发展注入无限希望与活力。新近出台的《国务院关于实施健康中国行动的意见》《健康中国行动组织实施和考核方案》《健康中国行动（2019—2030年）》等一系列文件，明确了卫生健康事业指导思想从“以治病为中

心”向“以人民健康为中心”的转变，开启了全民健身人人参与、健康中国你我同行的全新主旋律。

“全民健身日”活动形式丰富、参与广泛。

今年的“全民健身日”是星期四，为方便全体群众广泛参与，“全民健身日”特色示范活动在8月3日至11日集中开展，各项活动坚持以人民群众日益增长的健身需求为出发点，坚持“便民惠民”原则，通过组织开展群众身边丰富多彩的全民健身活动，增强人们的获得感和幸福感。

“全民健身日”主会场广播体操、工间操集中展演暨“健康

中国行动”主题推进活动3日在陕西西安举行，780名来自全国各地的参演代表集体做第九套广播体操。活动现场还进行了千人健身气功表演、越野滑雪滑轮、旱地冰壶、旱地冰球等全民健身展示展演活动。

同一天，2019全国大众欢乐冰雪周在沈阳奥林匹克公园启动。全国大众欢乐冰雪周主要参与人群以青少年和学生为主，秉承“走进城市，走近百姓”的思路，活动期间，国家队训练公开日、冰雪项目体能大比武全民挑战赛、全民冰雪公开课等一系列丰富多彩、形式多样的冰雪主题活动来到群众身边。

在黑龙江，少数民族门球赛上各族运动员通过比赛切磋球技，结交友谊，促进民族团结；在海南，当地结合海岸沙滩自然生态优势，推进沙滩排球、沙滩足球等亲水运动在群众中的普及；在线上，向上吧，中国！全国全民引体向上大赛线上挑战活动为期近1个月，同时进行科学知识的传播和科学健身故事征文，传递向上的力量；在甘肃、浙江、广东、青海等地，中国残联以残疾人为主体的因地制宜开展丰富多彩的体育比赛活动，丰富残疾人的生活，培养昂扬向上的精神风貌。今年的“全民健身日”系列活动开展范围遍

及全国，开展项目涵盖冬夏，参与人群全面覆盖，力争不断拓展活动影响的时空范围。

中国全民健身实践吸引世界瞩目。

2008年北京奥运会之后，国人对于体育的理解和认知开始发生巨大变化，越来越多的人从体育运动的观赏者进阶为亲身参与者。2009年第一个“全民健身日”的启动，更是为这种健身意识的觉醒提供了强力催化剂，对人们的生活方式、健康意识产生了深远影响。

“全民健身日”虽是一天的节日，但引领效果贯穿整年，影响范围辐射全国。

（下转5版）

教育
专刊

小手拉大手
家校齐联动
五万名孩子携手
家长推进创卫工作

3版



注意！
市中心城区乱鸣喇叭将面临处罚

4版

七夕，他们的节日

5版