

香港文匯報·人民政協專刊綜合報道 全民健身是全體人民增強體魄、健康生活的基礎和保障。早前，全國政協教科衛體委員會「完善全民健身公共服務體系」專題調研組赴天津開展調研，為進一步完善全民健身公共服務體系謀良方、獻實策，為推動全民健身事業高質量發展貢獻政協智慧與力量。



●調研組考察天津市和平區三大球公園建設使用情況。

(人民政協報)

增強體魄健康生活 完善全民健身公共服務體系

推動全民健身向「優」發展 提升全民健身活躍度

隨着全民健身國家戰略深入實施，「體育讓生活更美好」的理念深入人心，全民健身事業蓬勃發展，全民健身工作展現出前所未有的新氣象。「全民健身已經深深融入人民群眾生活和中國式現代化的改革發展實踐之中，要進一步提高政治站位，充分認識全民健身的重要意義，落實好全民健身謀篇布局。」這是委員們在調研中的共識。

天津市深入貫徹落實黨中央決策部署，積極建設體育強市，以「運動之都」為牽引，在構建更高水平的全民健身公共服務體系上積極探索實踐。

在調研座談會上，天津市政府副市長張玲介紹的一組資料讓調研組印象深刻。——「十四五」期間，天津市已累計投入建設資金20多億元，建設各類體育場地4,400餘個；截至2024年底，天津市人均體育場地面積3.02平方米，高於全國平均水平；每年舉辦各級各類賽事活動近7,000場，近60萬人次參與；天津市達到《國民體質測定標準》合格以上的人數比例穩定在95%以上……

利用閒置廢舊廠房改造而來的天津麥穗體育館，如今已成為備受群眾歡迎的體育健身場地，建成以來累計接待服務超50萬人次，成為「城市盤活存量的生動縮影」。「這樣的創新探索為高效開展全民健身工作提供了良好範例。」委員們一致稱讚。

全國政協委員鮑明曉表示，天津市應該以打造全民健身標杆城市為目標，繼續高位推動全民健身工作走深走實，在全國層面發揮好示範引領作用，持續推動全民健身向「優」發展。

隨着調研的深入開展，調研組也進一步了解到當前開展高質量全民健身工作堵點難點所在——全民健身公共服務總量不足、質量有待提高，公共服務資源布局有待優化，公共體育供



●全民健身是全體人民增強體魄、健康生活的基礎和保障。(新華社)

給與需求未精準匹配，全民健身設施載體有待更新。

在全國政協教科衛體委員會主任陳寶生看來，完善全民健身公共服務體系，推動全民健身事業高質量發展，要在優化健身場地、豐富健身設施、完善科學健身人才隊伍建設上持續下功夫，進一步盤活存量、做優增量、提高質量、匯聚力量，為全民健身工作增動力、添活力，激發群眾健身運動熱情，提升全民健身活躍度。

「落實好全民健身國家戰略，要完善全民健身場地設施提升體系，建立同社會發展、人口變化趨勢相協調的場地設施供給機制；以需求為導向、根據經濟社會發展和人口變化趨勢配置全民健身公共服務資源；豐富全民健身公共服務供給，不斷提高全民健身公共服務的及性、均衡性和人民群眾參與度。」在互動交流中委員進一步凝聚了共識。

把牢正確方向 推動全民健身與全民健康深度融合

人民健康是民族昌盛和國家強盛的重要標誌。

習近平總書記指出，「要倡導健康文明的生活方式，樹立大衛生、大健康的觀念，把以治病為中心轉變為以人民健康為中心，建立健全健康教育體系，提升全民健康素養，推動全民健身和全民健康深度融合。」

「肥胖超重、身體姿態不良等亞健康問題在人群中普遍存在。」「中小學生小『眼鏡』、『小胖墩』、脊柱側彎、心理健康等問題較為突出。」「糖尿病、高血壓、心血管病、骨關節炎、骨質疏鬆等多種慢病影響着老百姓的身體健康。」……帶着破解這些問題的思考，調研組與相關專業人士深入交流探討，共謀推進全民健身和全民健康深度融合的好辦法和金點子。

調研組來到天津體育學院數字化體能實驗中心，「運動處方」吸引了調研組的注意。「只需要在儀器上蹦一下，就能即時得到詳細的各項體能資料，專業體能訓練指導員就可以根據這個資料制定出針對性的『運動處方』。」天津體育學院相關負責人介紹道，運動處方包括運動內容、運動強度、運動時間和頻率，以及運動中的注意事項，可有效達到科學地、有計劃地進行康復治療或預防健身的目的。

隨着健康中國和全民健身國家戰略的實施，大眾對健康的認識不斷深入，運動促進健康，從「治已病」向「治未病」轉變



●人民健康是民族昌盛和國家強盛的重要標誌。圖為長跑愛好者在公園晨練。(新華社)

成為共識，對運動處方的需求與日俱增。「運動處方的高效執行還需要與專業醫療機構建立合作，讓專業醫生開具專業性的『處方』，增強『處方』的可信性；體育健身機構提供專業健身運動服務，讓『運動處方』成為真正『健康處方』。」鮑明曉分享了自己的思考。

「群眾體育活動是一種普遍可行的健康促進方式。」全國政協委員王奕表示，群眾體育活動具有社交屬性和宣洩情緒的作用，開展群體性運動有助於建立起新的社交關係，對完善自身發展、促進心理健康十分有益。

作為一名教育工作者，全國政協委員劉小軍表示，中小學校安排課間活動十分必要，有利於學生調節情緒、放鬆身心、增強體質和防控近視。「但是，學生的課間活動存在一定運動風險，導致很多學校對學生運動進行不同程度的限制。因此，完善全民健身公共服務體系需針對校園運動完善相關法律、保險、治安等規章制度，讓學校敢於放開校園運動。」劉小軍表示。

全國政協委員謝敏豪一直以來都十分關注全民健身與全民健康深度融合的話題，他認為，實施健康中國戰略，不僅要採用基本醫保和大病保險保障這樣的醫療方案，還應該強化主動健康思想，把疾病防治的關口前移，要多措並舉，讓廣大民眾培養體育鍛煉的習慣，將全民健身作為主動健康的手段。

調研組表示，全民健身要結合幼有所育、老有所養、病有所醫等基本保障內容，探索建立體育和衛生健康等部門協同、全社會共同參與的運動促進健康模式；推進體衛融合理論、科技和實踐創新，讓「多鍛煉、少生病」從社會共識變成行動自覺，真正推動全民健身和全民健康深度融合。

適應全民健身公共服務供給新變化 滿足群眾新需求

「旅遊景區裏可以跑半程馬拉松」「籃球比賽可以舉辦在大型商場裏」「趣味運動會可以上演在社區小廣場上」……健身運動舞台豐富多彩，運動場地打破常規不設限。

跟着「賽事」去旅行成為新風尚，冰雪運動、水上運動、山地戶外運動等時尚運動專案和旅遊元素相結合，體育旅遊精品路線帶給大眾全新體驗。

調研組表示，全民健身「新」意滿滿，新元素為發展體育事業、普及體育文化帶來新機遇，也對高質量開展全民健身工作提出新的要求，要積極適應全民健身公共服務供給新變化，更好地滿足人民群眾日益多層次多樣化的運動健身需求。

天津市濱海新區社區「戶外健身房」以其科技化、智慧化吸引了委員們的關注。「每項運動器材上都有二維碼，運動結束，一掃碼立刻就能知道自己的各項體能資料。」工作人員邊

說邊進行演示。

「智能化的健身器材可增強運動的趣味性、互動性，更能滿足公眾快樂健身的需求。」全國政協委員金泳德這樣點評。「開展全民健身工作，不能再生搬硬套老舊的辦法和標準，新增的健身場地和設施，應該增加新元素，符合人民新的需求、新的期待。」鮑明曉對此深有同感。

對於如何進一步滿足人民群眾對於健身運動的新需求，全國政協委員王勇峰分享自己的觀點，「我國山地戶外資源豐富，積極培育戶外運動、智慧體育等體育產業，催生更多新產品、新業態、新模式。持續完善戶外運動場地設施的空間布局、加強戶外運動場地設施的資金支援、打造戶外運動場地設施的示範工程，推動山地戶外運動可持續、高質量發展，滿足人民群眾戶外健身運動新需求。」

「適應全民健身公共服務供給新變化，要以實際需求為導向精準匹配資源。」調研組建議，要進一步優化產業結構，加快形成以健身休閒和競賽表演為龍頭、高端製造業與現代服務業融合發展的現代體育產業體系。要主動擁抱數字化浪潮，推動科技創新與全民健身深度融合，用好用人工智能、大數據、雲計算等先進技術，打造智慧體育傳播平台。要用好城鎮金角銀邊，建設人民群眾喜愛的專項運動便民場地設施，培養群眾更廣泛的運動愛好。

「構建更高水平的全民健身公共服務體系，不是一句口號，只有真抓實幹，進一步盤活存量、做優增量、提高質量、匯聚力量，以『人民需求』為核心，通過設施擴容、活動創新、科技賦能、政策保障等綜合施策，構建覆蓋面更廣、公平可及、可持續的全民健身生態。」委員們一致表示。