

平均年龄38岁 打造服务全民健身“精兵强将”

黄浦区体育指导员“提档升级”

平均年龄从65岁下降到38岁,指导能力更强、指导内容更丰富,上岗平台不断增多,凝聚力逐渐增强……2018年至2020年,黄浦区社区体育指导员协会在上海市体育局、黄浦区体育局的指导下,社会体育指导员队伍正从原来松散型的“游击队”转变为服务全民健身的“精兵强将”。

本版撰稿 本报记者 丁荣

培训考核机制更新迭代 腾笼换鸟汇聚精兵强将

2017年,黄浦区社会体育指导员协会选举产生了第二届理事会,新一届黄浦区社会体育指导员协会理事会由上海体育学院博士由会贞担任会长,由长期从事社区体育工作的付晓娟担任专职秘书长,再由部分热爱体育专业人员组成了协会专职班子,真正体现了“专业人做专业事”。

2019年1月,黄浦区体育指导员协会小程序正式上线,通过这一小程序,逐步实现了指导员信息登录、培训考核、上岗打卡的平台化管理。黄浦区社会体育指导员协会在黄浦区体育社会组织服务中心的统筹下,与区网球、篮球、舞蹈等单项体育协会形成合作,为社会体育指导员搭建专业培训赋能的舞台,区社会体育指导工作从“孤军奋战”转变为各协会协同的“合力会战”。同时,黄浦区社会体育指导员协会积极引进专业社会力量参与壮大指导员队伍,华山医院、星太极、瑜伽社等外部机构为黄浦区社会体育指导员队伍带来了“生力军”:专业教练、大学生、专家教授。

经过持续两年的推广与运用,黄浦区社会体育指导员队伍实现了“腾笼换鸟”:对800余名因旧区改造等原因早已不在原籍居住的指导员进行数

据更新,1000多名有一定体育专业技能的年轻社会体育指导员通过培训考核持证上岗,大大推动了区内社会体育指导员向年轻化发展。据了解,目前黄浦区社会体育指导员共有2113人,其中国家级指导员48名,一级指



导员83名,二级指导员484名,三级指导员1498名,平均年龄从原本的65岁下降到了38岁,这支队伍足足“年轻了”27岁,且大部分都处于活跃状态,一支老百姓身边的科学健身指导“精兵强将”队伍已然形成。



整合资源拓展服务广度 让指导员找到用武之地

此前,为破解指导员“活跃度低、上岗率低”的问题,在黄浦区体育局扶持下,黄浦区社会体育指导员协会通过创新上岗模式,让社会体育指导员更多地参与科学指导、赛事活动、体育培训、体质检测、楼宇体育、设施巡查、共享空间日常管理等工作内容,有效提升了社会体育指导员的上岗率。

近年来,黄浦区社会体育指导员协会与淮海755商务楼达成合作,由协会委派社会体育指导员进入楼宇每周开展一次白领瑜伽、尊巴等项目的午间课程配送。协会还与兰生大厦合作,配送白领减肥的科学指导项目;与淮海中路街道市民健身房合作,科学运营管理市民健身房,指导市民如何

科学使用健身器材。今年,黄浦区社会体育指导员协会已与黄浦区10个街道楼宇达成合作,将更广泛地为楼宇职工人群配送体育服务。

在黄浦区体育局指导下,区社会体育指导员协会从2020年7月1日起正式实施设施全面巡查工作,来自黄浦区10个街道的社会体育指导员每周轮流上岗负责各健身苑点的日常签到和报修。截至2021年1月24日,通过社区体育设施巡查上岗的指导员已达360人次,累计巡视签到7350个社区健身苑点。除了深入社区楼宇健身指导、巡检社区体育设施外,黄浦区各项全民健身赛事中也有社会体育指导员服务的身影。

宣讲树典型服务双认证 提升指导员队伍归属感

社会体育指导员队伍并非专职人员,因此在推动区域社会体育指导员转型升级的过程中,黄浦区体育局尤其重视提升指导员队伍的凝聚力与归属感。对此,黄浦区体育局给区社会体育指导员安了个“家”:2021年黄浦区社会体育指导员协会受黄浦区体育局委托,负责新落成的黄浦区体育社会组织共享服务中心部分运营工作。黄浦区社会体育指导员协会制定了《黄浦区体育社会组织共享空间日常管理方案》,黄浦区体育社会组织共享服务中心的有利资源成为了黄浦区社会体育指导员交流工作、沟通经验的“家”。

今年黄浦区社会体育指导员协会将与黄浦区志愿者协会合作,共同打造黄浦区体育指导员志愿者队伍。让黄浦区社会体育指导员协会不仅是指导员之家,更成为承担着管理、招聘、指导服务的区全民健身志愿者组织。未来,黄浦区的社会体育指导员可以与黄浦区的志愿者进行“双向认证”,同样可以通过参与全民健身服务来获取积分并获取社会评价认可,从而形成长效机制,进一步提升社会体育指导员工作的积极性与能动性。



曾美英八段受邀赴上海报业集团传授飞云扇 精武武术进企业促进职工健康

3月29日中午,精武武术进企业系列飞云扇教学在上海报业集团43楼罗马厅举行,中国武术八段曾美英受邀传授精武飞云扇功法,来自精武静安辅导中心和上海报业集团的80余名武术爱好者参与培训。

本次活动由上海报业集团工会和精武静安辅导中心联合举办,也是上海报业集团与上海精武体育总会合作举办的第三场“精武武术进企业”活动。去年全民健身日前夕,上海报业集团成为“精武武术进企业”的首批授牌单位,上报集团工会主席刘可在授牌仪式上提出,今后上报辅导站要积极参与精武的各项全民健身活动,做精武精神的践行者、全民健身的参与者、精武文化的传播者。此后,上海报业集团太极拳队积极参与了多项精武武术推广系列活动。

曾美英八段是精武飞云扇功法的创始人,中国武术国家级裁判,长期从事武术教学、训练、裁判工作。该功法创编于2020年3月,在传统套路基础上融入了少林拳、拳拳动作,扇法多变,刚柔相济,身形矫健,步法灵活,男女老少皆宜。据曾美英介绍,该扇法既可以用拳

拳刚猛的步伐锻炼,也可以改用舒缓的太极步进行锻炼,这样的兼容设计可以适合各年龄段武术爱好者健身。

去年10月,上海精武体育总会特地举办“首届飞云扇师资培训班”,来自全市的60名武术教练员接受了培训。今年,在精武各区辅导中心推动下,这一功法正迅速在上海各社区普及。上海报业集团的武术爱好者们之前也在精武静安辅导中心接受了飞云扇功法的初步培训,大家都非常喜爱这一新的全民健身功法。曾美英表示:“上海报业集团的职工爱好者有一定的基础,通过点拨很快就有了进步。上报集团工会为职工搭建了良好的习武健身平台,希望职工能够继续坚持锻炼,促进身体健康。”

来自新闻晨报的黄月红第一次接触到飞云扇就喜欢上了。“平常在社区里经常看到居民练扇子舞,今天第一次接触飞云扇,感觉动作既有美感又有力度,练起来英姿飒爽,步法轻盈灵动。今天开了一个好头,今后我会继续坚持利用中午的时间练习。”

上海报业集团工会太极拳社自2017年成立以来,集团工会通过整合

资源、搭建平台,邀请一系列武术名家为职工进行教学,达到了强身健体的良好效果。来自上报集团职能部门的张娟自2017年3月参加太极拳社以来,通过坚持每周练习,已经学会了24式太极拳、42式太极拳、太极八法五步、八段锦、陈氏太极拳、精武迷踪拳、精武武术操、飞云扇等一系列武术功法。“自从练习武术后,我的精气神全面提升了,中午锻炼后下午就不会困,能够把好的状态保持到下班。”

张娟还与上报集团的拳友们一起“走出去”,参加了市民运动会、上海精武体育总会的一系列武术活动,通过参与相关活动她的武术水平得到进一步提升。通过上海精武体育总会武术段位制晋考,张娟取得中国武术三段资格。“通过积极参与,我学会了多种有柔有刚的武术,将来我要继续努力,争取达到中国武术四段。”

上海精武体育总会常务副会长薛海荣表示:“精武武术不仅要进社区传承,同时也需要在楼宇让广大职工群体传承,上海报业集团精武辅导站的成立与发展,是精武武术走进企业的成功实践。”



精武武术进企业系列飞云扇教学在上海报业集团43楼罗马厅举行