



上海体育局一级巡视员赵光圣、市卫生健康委一级巡视员吴乾渝、市总工会副主席桂晓燕、上海体育学院党委书记李崑等出席上海市运动促进健康新闻发布会
本报记者 李一平 摄

上海实施全国首个运动促进健康三年行动计划

12项举措助力健康上海建设

本报记者 丁荣

10月29日,上海市运动促进健康新闻发布会在全新启动的张江镇社区市民健身中心举行。市体育局党组书记、局长徐彬介绍《上海市运动促进健康三年行动计划(2021-2023年)》(以下简称《三年行动计划》)相关情况。

2021年是“十四五”规划的开局之年。当前,在常态化疫情防控的形势和背景下,为贯彻落实习近平总书记“推动健康关口前移,建立体育和卫生健康等部门协同、全社会共同参与的运动促进健康新模式”重要讲话精神,建立上海特色的运动促进健康新模式,市体育局、市卫生健康委、市民政局、市总工会近期联合印发了《上海市运动促进健康三年行动计划(2021-2023年)》,这是全国首个探索运动促进健康新模式的专项计划。

探索运动促进健康新模式

《三年行动计划》发展目标为:到

2023年,上海人均体育场地面积达到2.5平方米左右,经常参加体育锻炼的人数比例达到46%左右,市民体质达标率稳居全国前列,市民人均期望寿命保持世界发达国家和地区领先水平。上海全民健身与全民健康融合发展取得新成效,初步建立能够满足青少年、职工、老年人等各类人群需求的运动促进健康新模式,更好适应建设全球著名体育城市和全球健康城市的新形势和新要求。

围绕发展目标,《三年行动计划》提出12项重点任务:制定市民体育健身设施升级计划;制定长者运动健康之家建设计划;制定运动健康促进中心创建计划;制定智慧健康驿站服务提升计划;制定市民运动健身公益补贴计划;制定全民健身电子地图赋能计划;制定社区体育服务配送全覆盖计划;制定社区健康运动会推广计划;制定青少年课外体育活动促进计划,帮助青少年掌握2-3项运动技能,培养终身体育意识和习惯;制定运动健康

师试点培育计划,推出覆盖面更广、专业性更强的运动健康师项目;制定社会体育指导员创优计划,推进社会体育指导员队伍专业化、年轻化;制定新周期全民健身发展指数评估计划,为全民健身事业发展提供更加科学有力的支持。

面向未来,上海市民的“15分钟社区体育生活圈”将更加完善、更加便捷——社区居民步行5分钟可以抵达市民益智健身苑点、市民健身步道等小区健身设施,步行10分钟可以抵达市民多功能运动场、市民健身驿站、长者运动健康之家、社区足球场等专项化健身设施,步行15分钟可以抵达社区市民健身中心、都市运动中心、体育公园以及市、区级公共体育场馆等综合性健身设施,基本形成“处处可健身”的城市环境。到2025年,上海人均体育场地面积将达到2.6平方米左右,新增体育场地面积约600万平方米,计划新建和改建各类健身设施项目不少于8000个。

上海首创首发 56人获颁全国首张《运动健康师证书》

人才是第一资源,培养运动促进健康的专业人才,上海迈出了“敢为人先”的第一步:经过6天培训和20次运动健康社会服务实践,近日,首批56名“运动健康师”获颁全国第一张《运动健康师证书》。

《运动健康师证书》由《运动健康师(初级)证书》《运动健康师(中级)证书》《运动健康师(高级)证书》构成。在上海市体育局指导下,由上海体育学院、上海市社区体育协会、上海市康复医学会共同颁发。目前,已经研发了《运动健康师(中级)证书》,培训课程46学时,分为理论课30学时(运动营养、运动防护、身体素质锻炼、运动心理四个模块),实践课16学时。凡有志于运动健康促进工作、具有大学本科及其以上学历人员均可参加培训,培训合格并参加运动健康促进有关的社

会服务实践,获发《运动健康师(中级)证书》。

今年,“运动健康师”项目得到了上海市体育局的大力支持,设立专项经费资助运动健康师培训。《运动健康师(中级)证书》实现了与社会体育指导员(二级)证书的互认互通,计划全年培训“运动健康师”超过200人。首期“运动健康师”培训于2021年4月25日开始以来,来自上海市杨浦区各街道、体育活动中心、体育俱乐部的专业教练和体育工作者,以及上海体育学院在校学生共79人参加,其中不乏足球前国脚、举重退役运动员、羽毛球和击剑运动员等,学员平均年龄为30岁,有力地推进了社会体育参与人员向年轻化、专业化、高学历化等方向发展。参加首期培训的学员中有56人通过了培训考试和20次运动健康社会服务,达到“运动健康师”行业标准,于2021年9月10日获颁全国第一张《运动健康师证书》。

一起向未来



订报有礼

超值回馈

订阅 2022 年《东方体育日报》

即送 价值 128 元 日化品牌套装

凭邮局报刊收费凭证(不含集订分送单)到报社(威海路 755 号 38 楼)领取礼品
领取时间:工作日 9:00-17:00
(截止日期:2021 年 12 月 20 日)
咨询电话:62476156 13501600171



订阅方式



扫码立即订阅
东方体育日报

- 电话订阅 拨打 11185 上门收订
- 移动订阅 东体官方微信、东方体育APP
- 网站订阅 www.osportsmedia.com
- 邮局订阅 邮发代号 3-77
- 现场订阅 威海路 755 号 38 楼