



专家解读上海构建更高水平全民健身公共服务体系

提升软硬件,大家建、大家享

本报记者 李一平

日前,按照2023年市政府重大行政决策工作安排,市委、市政府审议通过了《上海市关于构建更高水平全民健身公共服务体系的实施意见》(下称《实施意见》),由市民健身(足球改革发展)工作联席会议办公室印发,结合学习贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想主题教育、贯彻落实党的二十大精神和新修订的《中华人民共和国体育法》,与《上海全球著名体育城市建设纲要》《上海市全民健身实施计划(2021-2025年)》等文件保持衔接,立足“十四五”,展望2035年,落实国家要求,体现上海特色,满足群众需求。

家门口的健身设施如何布局、全民健身赛事活动如何开展、运动促进健康新模式如何建立等群众关心的具体内容,本报特别采访了撰写《实施意见》的主要参与专家——上海体育大学教授、博士生导师,国家体育总局“十四五”时期体育决策咨询专家曹可强,针对《实施意见》进行了全方位解读。

今年3月,中共中央办公厅、国务院办公厅印发了《关于构建更高水平的全民健身公共服务体系的意见》(下称《意见》),并发出通知,要求各地区各部门结合实际认真贯彻落实。同时,《意见》也是党的十八大以来全民健身领域最高层次的顶层制度设计文件。

在遵循《意见》的精神,参考上海市实际情况以及对全民健身公共服务体系的规划,上海市委、市政府通过了《实施意见》,确定了到2035年,本市全民健身公共体系的目标、原则、措施。

《实施意见》的推出,更加明确了政府的职能是在党的领导下,为市民提供全民健身服务,强调了政府作为主导者的角色。同时,《实施意见》的



制定也体现了上海市政府以市民需求为导向,践行“人民城市”的理念,贯彻以“人民为中心”的发展思想。

在《实施意见》中,上海市委、市政府提出了明确的发展目标,即要在2025年基本建成与全球著名体育城市和健康上海相适应的全民健身公共服务体系,在2035年基本建成与具有世界影响力的社会主义现代化国际大都市相适应的更高水平全民健身公共服务体系。并且在2035年达到全市人均体育场地面积30平方米,经常参加体育锻炼人数比例达到57%左右,每万人拥有体育健身组织35个,市民体质达标率98%左右。

这四个量化指标是何而来,又有何意义?曹可强教授对此进行了解释。“人均体育场地面积达到30平方米这个数字是通过前期调研,也是结合全国情况做出的一个结论。”作为超大型都市,上海的土地价格始终是寸土寸金,人均体育场地面积也一直是一大痛点。但实际上,近年来上海

的人均体育场地面积已经有了不小的增长。从数据上看,2020年底上海人均体育场地面积为2.35平方米,2021年底为2.43平方米,2022年底为2.51平方米,到2025年底预计将到达2.6平方米。

而经常参加体育锻炼人数比例这一量化指标,其实上海始终处于全国前列,从数据上来看,全国这项指标在2020年底时为37.2%,预计2025年将达到38.5%;上海则为2020年底的46%、2021年底的49%、2022年底的51。2035年预计将达到57%的这一数字,则是经过从过去十年增长趋势测算出的一个数字,其中也表达出了市委、市政府鼓励更多市民参与体育锻炼的想法。

在《实施意见》中提出的每万人拥有体育健身组织这一说法,其实与《意见》中有一定的差别,《意见》特指为经过合法注册的体育社会组织,而上海的《实施意见》则更多鼓励小型化、社区化的体育健身组织成为市民身边的健身

好去处。按照相关数据,2020年上海每万人拥有体育健身组织达到了29个,要在2035年达到35个应当不难。

最后一项量化指标是市民体质达标率,虽然上海在2020年底就达到了98.9%的数据,但这个指标存在一定的反复性,所以在《实施意见》中特别提出,还要做到优良率稳步提高。

除了四个目标性的量化指标外,《实施意见》还提出每平方千米拥有体育面积达到1万平方米左右,这项指标的意义在于以人口为导向,推动全民健身公共服务资源向中心城区、五个新城、重点转型区域、人口相对集中的郊区城镇和规划保留保护村等区域合理倾斜。

曹可强介绍,《实施意见》提出,上海要成为中国式现代化全民健身模范城市,其中实现全民健身治理体系和治理能力现代化就是重中之重。何为治理?与管理主体的单一性不同,治理更加强调整府引导、多元参与,在治理体系中,社会组织、政府、企业、个人

都应当发挥自己的定位和价值,共同为构建中国式现代化全民健身模范城市而努力。

从体育“硬件”和“软件”两个方面,曹可强也分享了上海目前的优势与提升空间。硬件方面,上海由于土地珍贵的特性,拓宽增量较难,但盘活存量也许是一条好的出路。“除了公共的体育场馆资源外,其实上海还有大量的学校资源,机关、企业、营利性场馆的资源。”目前,上海的学校体育场地开放已经开始实施,接下来,上海将进一步鼓励、推动机关、企业、营利性场馆的公益化开放。

而软件层面,上海市委、市政府重视体育服务,上海市体育局也是全国体育相关机关中的“全民健身排头兵”,着力构建“处处可健身、天天想健身、人人会健身”的全民健身氛围。社会体育指导员队伍的改革也是上海的特色之一,目前上海有社会体育指导员6万2千多人,在与单项运动协会合作后,还进一步推动了社会体育指导员的专业化、年轻化。此外,上海的全民健身赛事丰富多彩,从市级的城市业余联赛,到区级的“约战普陀”“黄浦我来赛”等区级赛事IP,再到街镇、社区的社区健康运动会、社区体育联盟赛,已经形成了成熟的赛事体系。

曹可强表示,《实施意见》向市民传达了鼓励体育健身的信息,上海市委、市政府也将在公共服务范围内满足市民日益增长的多元化体育需求,引导、鼓励广大市民参与全民健身,达到让老百姓全年龄段、全周期、24小时能找到健身场所、健身服务。

上海作为国际化大都市,全民健身公共服务体系的治理也离不开体育企业,希望体育企业能行使社会责任,提供途径,上海市委、市政府也会帮助各类的体育组织、体育企业在未来体系构建中找到自己的位置,找到自己的角色,实现上海全民健身公共服务体系大家建、大家享。

“招人待见”的团建是什么样的?当这个职场老话题遇上越来越红的都市运动,不少人似乎找到了新的平衡点。

专题撰稿 本报记者 章丽倩



上班族挑战100公里“铁三”

让上班族们挑战100公里,这听起来是否难度颇高?不过,在刚过去的这个周末里,来自上海九大城区、横跨近20个行业的42支企业队伍,就在东方体育中心里共同挑战了这场“团建大戏”。

“不要被100公里劝退,因为这是一场团队赛。”科思创勇拓队的成员们点出了上海城市业余联赛聚力前滩·东体铁人三项企业挑战赛的核心。第一届获得亚军,第二届时圆了冠军梦,今年已是这支队伍第三次参加该项赛事。

游泳、自行车和跑步,这是铁人三项的核心三元素,不过,当它的面向对象换成普通大众后,自然得有因地制宜的改变。为了把门槛调到普通健身爱好者也能参与的程度,东体铁三赛

采用团队接力的方式来进行。100公里的挑战被分为三个板块,分别是五公里游泳、65公里自行车和30公里跑步。除了规定每支队伍都至少要有一名女队员和三个板块各有关门时间外,如泳姿、每名队员负责的距离等都可以较为轻松地自由选择。

在拥有了之前两届的成功办赛经验后,今年这项堪称是申城“团建大戏”的赛事还迎来了参赛规模上的扩容——参赛队伍数从30多支增至42支。即便如此,具体到每支队伍里的每个名额也依旧抢手。“去年我们公司组队参加过的,成绩不错。今年员工们的参与积极性更高了,队员名额都不够分了,要竞争上岗了。”一位参赛者分享道。

而在科思创勇拓队的主力队员亨

利看来,平时日积月累的运动基础和像东体铁三这样的大项赛事,它们之于运动爱好者来说就像是“日常餐”和“大餐”,而在叠加了“企业团队赛”的标签后,则有助于职工体育和企业内合作氛围的提升。

为了让更多之前没有接触过铁三项目的上班族们更好地入门,此次赛前在8月份的每个周末,东方体育中心内都开展铁三体验营,邀请上海铁三协会的专业教练对参赛者进行针对性指导,帮助参赛者快速积累铁三经验、熟练掌握铁三技巧、适应运动装备等以顺利完赛。同时,本次赛事还首次与前滩地区商圈深度合作,推出东体铁三专属消费券,用体育赛事拉动周边商圈消费,激发新的消费活力。

团建遇见都市运动

发展趋势:越“团”越受宠

早些年,在与体育元素相关的团建中,乒乓球、羽毛球等项目还是颇受欢迎的。不过如今,随着理念的更新,相关趋势已是越“团”越受宠。

举个例子,与一对一或者二对二的乒乓球、羽毛球相比,像以团队接力形式开展的铁人三项,或者天生自带“同舟共济”属性的龙舟、赛艇等项目,它们真就是在当下背景中可享有加成。并且,在越“团”越受宠的趋势下,这些新兴的都市运动又与以足球、篮球为代表的老牌传统项目渐渐分成了两条“跑道”。

“足球和篮球肯定会继续拥有长久的生命力和吸引力,但当我们单位在开展一次主旨是要吸引更多

员工参与进来的活动时,它们有时就不是最佳选择。跟足球、篮球相比,大家在龙舟、赛艇上的起步点可能更接近,更容易在一起尝鲜、一起训练。”一位负责企业工会工作的体育爱好者分享道。

近年来,以赛艇、桨板为代表的都市水上运动有了明显的崛起势头。据记者了解,就分布于申城各水系中的水上俱乐部来说,承接来自企业的体验活动基本都已成为各家的日常重要业务之一。“这些体验活动的氛围都是比较有趣的,在有过前一两次的起步后,确实当中有部分参与者就成了我们的会员。”开在滴水湖的一家水上俱乐部的负责人向记者介绍道。