

# 我市举办老年人太极拳比赛

□牡丹晚报全媒体记者 孟欣

为丰富我市老年人精神生活,提高老年人健身运动的素质和质量,5月21日,由菏泽市体育局、牡丹区人民政府主办,为期两天的“2022菏泽市老年人太极拳比赛”在牡丹区委党校举行,来自各县区的8支代表队参加比赛。经过激烈角逐,牡丹区一队、定陶代表队、牡丹区二队、成武代表队、巨野代表队同获比赛金奖,市体育局党组成员、副局长房惠敏莅临比赛现场并宣布比赛开始。

“能够参加这次全市的太极拳圈内比赛,感到十分荣幸和开心,也通过观察兄弟代表队的展示,学到很多以往‘闭门造车’没有意识到的细节把控,收获满满。”单县代表队领队贾玉田告诉记者,

“下步,我们会根据在此次大赛上学到、交流到的经验,进一步完善我县太极拳健身运动,希望带动更多人加入太极健身运动中来。”

牡丹晚报全媒体记者了解到,此次比赛共计两天,分为集体项目和个人项目,同时,太极拳和太极器械分男女组和竞赛套路与传统套路分别比赛,8支来自各县区代表队的77名选手在优美的传统音乐中精彩演绎。

太极拳是世界级非物质文化遗产,是以中国传统儒、道哲学中的太极、阴阳辩证理念为核心思想,集颐养性情、强身健体、技击对抗等多种功能为一体的健身运动。随着我市太极拳健身运动的兴起,各县区大大小小的休闲广场



总能见到或三五成群或独自一人研习太极拳的身影,尤其是老年人对太极拳的热爱日渐风靡。

截至目前,菏泽城区太极拳习练站点已有83个,经常锻炼人群达20000余人,传统流派纷呈,一大批优秀选手在全国武术之乡比

赛、厦门国际武术节、全国老年太极拳锦标赛等比赛中均取得优异成绩,多人被中国武术协会授予7段以上称号,菏泽2021年被省老年体协评选为“全省老年太极拳之乡”。

近年来,菏泽市高度重视体育事业发展,在“全民”上下功夫,

在“健身”上做文章,把群众体育作为满足群众美好生活需求的突破点、衡量群众获得感和幸福感的主标尺,推动全民健身与全民健康深度融合,努力构建全民健身服务体系,健身人群规模 and 水平始终在全省保持较高水准。

## 助推新时代文明实践 各体育协会志愿服务在行动

□通讯员 徐甜 胡世广 牡丹晚报全媒体记者 孟欣

为弘扬新时代文明实践志愿服务精神,推动市民健身科学化、生活体育化,菏泽市体育局依托各单项体育协会组成菏泽市新时代文明实践全民健身志愿服务队,由各协会挑选优秀教练员、裁判员和社会体育指导员组成全民健身志愿者队伍,为广大群众传播科学健身知识、传授健身技能等。



### 轮滑志愿服务进校园, 儿童体脑俱锻炼

为响应市体育局关于开展新时代文明实践全民健身志愿服务的号召,5月19日,菏泽市轮滑协会志愿服务队组织专业教练员,来到金都华庭幼儿园,为4到7岁的100余名儿童进行专业轮滑知识的普及(下图)。

牡丹晚报全媒体记者了解到,轮滑运动不仅动作飒爽、好看,更能促进运动人员的呼吸系统、心脑血管系统机能改善,增强臂、腿、腰、腹等肌肉的力量和身体各个关节的灵活性,对增强幼儿身体平衡、支撑能力以及小脑的发育等都有很大帮助。

经市轮滑协会精心选

拔,参加此次志愿行动的志愿者均是专业一线的轮滑教练。市轮滑协会会长谷阔表示:“不少儿童缺乏有效、科学的锻炼,通过本次志愿活动,小朋友对轮滑产生浓厚的兴趣,活动期间,他们愿意自己动手穿轮滑鞋、戴护具,通过多次、反复练习,进步非常明显。”

此次新时代文明实践全民健身志愿服务活动,得到越来越多的轮滑团体及个人从业者的积极参与和关注支持,市轮滑协会将继续挑选优秀教练深入学校、社区、街道、乡镇开展轮滑公益服务活动,带动更多的青少年喜欢轮滑运动,提高青少年的身心素质,享受阳光体育带来的快乐。



### 传统武术指导在身边

5月18日清晨,菏泽市武术运动协会的志愿者们来到演武楼和古园小区活动广场,现场对武术爱好者的晨练进行健身指导(上图),受到市民的热烈欢迎。

牡丹晚报全媒体记者了解到,自市体育局启动菏泽市新时代文明实践全民健身志愿服务队组建工作以来,市武术运动协会积极响应,在全市挑选资深老拳师、流派主要传承人和技能全面的著名教练员组成全民健身志愿服务队,走上街头、走进广场,传播中华传统武术文化知识的同时,为武术爱好者传授健身技能。

菏泽武术文化历史积淀深厚,是中华武术重要发源地之一,更是全国著名的武术之乡。流传的武术拳种门类众多,且流派套路保存完整,拳术、器械、对练、攻防技术等应有尽有,兼具竞技观赏、陶冶情操和对外交流的功能。

市武术运动协会相关负责人表示,下步,该协会将持续推进新时代文明实践志愿服务,让市民健身科学化、生活体育化,更好地满足市民的健身和健康需求,促进菏泽市全民健身事业更高水平发展。

## 菏泽市举办省运会霹雳舞项目选拔赛

本报讯 (通讯员 牛保健)5月22日,菏泽市参加第二十五届省运会霹雳舞项目选拔赛在市国际标准舞协会训练馆举办。

据了解,霹雳舞先后首次被列入2024年巴黎奥运会、2022年杭州亚运会、2021年陕西全运会竞技体育比赛项目。在第十四届全运会霹雳舞项目上,共有来自全国各地18支代表队的57名运动员参加,霹雳舞正式从街头运动走向竞技体育。而作为体育强省的山东省,也于今年首次将霹雳舞项目列入2022年山东省第二十五届运动会。

霹雳舞分为 TopRock(摇滚

步)、Footwork(腿部动作)、Freeze(空中定格)、Power Move(整体移动,一般为空翻)四大内容,大量手撑地的快速脚步移动、各种倒立定格动作以及在地板上或者空中匪夷所思的高难度旋转,使这种舞蹈充满了视觉冲击力。

近年来,霹雳舞在菏泽市广泛流行,群众基础较好,为了选拔更优秀的运动员代表菏泽参加第二十五届省运会,市体育局特邀请专业裁判员并秉持公平公正的原则从前期初选的运动员中优中选优,选拔出优秀的符合条件的运动员。

## 东明开展武术行业安全宣传教育培训



本报讯(通讯员 杨保学 牡丹晚报全媒体记者 孟欣)武术馆校、俱乐部等习武场所事关武术研习者的身体健康和生命安全,为进一步提升习武场所经营者的安全意识和经营管理能力,昨日,牡丹晚报全媒体记者获悉,东明县利用整个5月份对辖区内涉及传统武术、综合格斗、自由搏击、泰拳等项目的场馆负责人持续开展线上安全培训,并以“武术行业安全宣传教育培训月”活动为契机,持续推动该县体育事业健康良性发展。

据了解,为开展好此次活动,东明县体育事业发展中心成立“武术行业安全宣传教育培训月”活动领导小组,指导各武术馆校、俱乐部重点学习《办赛指南》《参赛指引》《武术学校及习武场所安全管理指南》《课外体育培训行为规范》以及市体育局下发的有关安全管理方面的文

件。

近年来,东明县始终坚持从提升居民参与体育健身的“满足感”“幸福感”为目标,实施城乡体育场所提档升级工程,持续改善人民群众的健身环境。广泛开展群众喜闻乐见的体育活动,丰富群众的体育生活。截至目前,在该县主城区内新建改扩建体育公园、德润足球场、南华公园体育场等9处大中型群众体育活动场地,习武风气日渐风靡。

通过开展此次“武术行业安全宣传教育培训月”活动,进一步提高了该县武术行业从业人员对“管行业必须管安全”“抓业务必须抓安全”重要性的认识,明确了管理人员应负的责任,使每个管理人员切实做到居安思危、思而有备、有备无患。同时,培训人员还了解了赛事活动、武术培训活动的安全标准规范和安全管理事项等。