

以点带面,菏泽优秀全民健身站点展风采

□牡丹晚报全媒体记者 孟欣\整理

“十三五”以来,菏泽市全民健身组织网络日益完善,全市城乡逐步形成以各级体育总会、体育社团、各单项体育协会、全民健身活动站点点面结合的市县乡村四级全民健身组织网络。全市共有各级各类健身活动站点8300多个,这些健身活动站点分布在全市公园、广场、乡镇村居各个角落,是开展群众体育工作的重要着力点,是全民健身活动组织、宣传、培训和健身等一体的综合性组织,保障了全民健身活动的顺利开展。

为进一步推动菏泽市全民健身活动有序开展,总结推广先进站点工作经验,鼓励和表彰长期为群众科学健身活动作出突出贡献的优秀健身活动站点,自8月8日起,由菏泽市体育局、各县区体育主管部门组织实施的“喜迎二十大,站点展风采”2022年菏泽市全民健身优秀健身站点线上展示活动开启。



牡丹区演武楼太极拳站点,在对练中指导学员



开发区绿荫广场健身气功站,随时传授市民研习健身之道



郓城县唐塔前的一道靓丽风景线

牡丹区演武楼太极拳站以培养优秀运动员为己任

菏泽市牡丹区演武楼太极拳活动中心站点成立于2009年,由市政协副主席、市太极拳协会副会长王文柱创建,为全民健身太极拳运动搭建了一个便利的平台。

2010年,牡丹区演武楼太极拳活动中心站点又下分4个活动站点,演武楼总站、演武楼晚站、传统太极拳辅导站和大剧院站。活动中心建立以来,选派了国家级和省级社会体育辅导和指导员6名,选定各活动站点站长、副站长12名,国家一级教练和一级裁判员20余名,教授学员近4000名之多。

十几年以来,演武楼太极拳活动中心,对教练员的思想教育和技术培训严格要求,同时在普及太极拳进学校、进企业、进机关、进社区、进家庭上做了大量的工作。并参加了市、区每年一届的太极拳锦标赛和各项太极拳及庆典等活动,均取得优异成绩,获集体项目第一名和一等奖30余次,获个人比赛第一名、一等奖金牌300余枚,获得优秀组织奖和道德风尚奖10余次。

演武楼太极拳活动中心成立以来,培养了一大批优秀教练员和运动员,多次代表市、区参加全国、省、市太

极拳大赛和国际邀请赛等赛事。2021年5月疫情期间,代表牡丹区参加全国全民健身线上集体太极拳比赛获得二等奖。2021年9月代表牡丹区参加“全国老年人线上太极拳之乡”集体项和个人单项的比赛,均获得集体一等奖和个人拳、剑一等奖。该站优秀运动员张芹芹自幼习武,参加全国、省、市大小比赛一百多场次,截止到目前共获得金牌93枚。

下一步,该站点将再接再厉,以提高教练水平、组织培养优秀运动员为己任,为普及发展太极拳事业,作出更大贡献。

巨野一中体育场健身站传帮带学追求卓越

在巨野县有这么一支健身队,他们无论是酷热的夏天还是三九严寒始终不间断锻炼,每年平均锻炼天数在330天以上。教练、队长精心组织,骨干队员率先垂范,全员锻炼积极,养成了一个坚持锻炼的良好习惯,为巨野县太极拳和健身气功活动的推广和普及起到积极推动和模范带头作用。他们就是巨野县一中体育场健身站点的队员们。

牡丹晚报全媒体记者了解到,巨野县一中体育场健身站点成立于2000年5月,现有队员30名。自建队20多年来,该站点培养了一批骨干力量,产生了多名教练员和社会体育辅导员,多人获得“国家级武术段位”和“国家级社会体育辅导员”称号。

历年来,该站点多名队员多次代表该县参加全国武术之乡武术比赛,多人多次取得套路比赛的第一名、第二名。健身气功更是英才辈出,该队曾在市健身气功比赛中勇夺第一名,并在全国、省、市的各级比赛都名列前茅。而队员江英、王红珍在全国太极拳公开赛中获得第一名的成绩,江英在国际比赛中(日本、韩国)获得“全能冠军”称号。

在日常训练过程中,该站点采取骨干带普通、“老人”带“新人”的传帮带模式,形成了爱学习、爱探讨、爱钻研的学习氛围。并要求队员像对待比赛一样对待日常训练,从理论上为练好基本功打下坚实基础,积极配合、相互学习、取长补短,做到不断进取、精益求精。

开发区绿荫广场健身气功站蓬勃发展

菏泽开发区绿荫广场健身气功站成立于2004年,是以习练健身气功为主的站点,由菏泽开发区健身气功协会名誉主席李正刚创建,站点现有国家级社会体育指导员2名,一级社会体育指导员4名,二级社会体育指导员8名,设站长3名,教练员1名。

从2009年到2019年,该站点每年组织健身气功队伍代表菏泽市参加山东省健身气功站点联赛,并取得优异成绩。如2017年获得山东省健身气功西部站点联赛太极养生仗集体第一名、气舞集体第二名;2020年参加全国健身气功网络视频系列大赛之八段锦,站点共组织3个家庭、

45名个人参加比赛,共获得一等奖4个、二等奖11个、三等奖30个。

牡丹晚报全媒体记者了解到,该站点常年组织锻炼活动,每位队员均能为集体所想、为他人所想,十几年来站点和睦团结,练功时心平气和,有什么活动一呼百应,积极参加。

郓城唐塔广场太极站点见贤思齐传拳艺

在郓城县唐塔广场上,每天一早总有一群人,身穿统一服饰,整齐划一地练习太极基本功,伴随着响亮的号令,时时引起过往群众的声声赞美,而这支队伍就是唐塔广场太极站点的风清气正行思齐太极队。

据了解,该站点在成立短短6年时间内,以健身引领、修

德先行、惠及大众、见贤思齐的带队方针,积极倡导并践行中华优秀传统文化,号召更多居民参与全民健身,传授太极拳技艺,实现了精神文明和强身健体双丰收,受到社会各界的一致赞扬。

牡丹晚报全媒体记者了解到,截止到目前,该站点已发展队员100余人,竞赛套

路、传统太极、各类器械均有普及,个人表演、团体项目在全国、省、市、县及区域比赛中均有斩获奖项,并多次受邀参加形式多样的慰问表演、公益演出。

而借助此次展演活动,对该县健身站点起到示范和引导作用,营造了居民参与健身、追求健康的良好氛围。

单县财富广场太极拳健身站点志愿者在行动

在单县,财富广场太极拳、健身气功站点颇具“人气”,该站点现有队员168人,国家级、省级社会指导员7人,2015至2019年,连续5年代表单县参加全国武术之乡比赛,并取得优异成绩。2021年该站点代表菏泽市参加了山东省第十一届全民健身运动会健身气功比赛,获得健身气功·气舞项目比赛二等奖、健身气功·大舞比赛三等奖。

除参加各项比赛外,该站点还每年组织爱好者在“七一”建党节、8月8日全民

健身日和“九九”重阳节等节日开展丰富多彩的健身活动,每年多次组织本站点人员到其他站点和乡镇开展功法展示活动,积极开展健身气功进学校、进机关、进社区等志愿活动。

自2018年以来,该站点每年选派20多名健身气功骨干人员,配合该县体育服务中心到下辖22个乡镇办事处进行巡回培训,共培训健身气功爱好者2000余人次,得到广大健身气功爱好者的一致好评。