

全民健身，舞出时代律动

在山城重庆，千余市民组成“登山大军”，蔚为壮观；在大湖名城合肥，骑行队伍脚踩“风火轮”，在巢湖两岸上演“速度与激情”……8月8日是第十个“全民健身日”，也是北京奥运会开幕十周年，为宣扬运动精神，展现运动风采，全国各地早早“热身”，结合地域特色，创新群众体育活动，给这个时代增添了一抹律动之美。

从2009年首个“全民健身日”启动至今，10年来，“全民健身”的理想正在成为现实。运动软件每日“打卡”，健身达人收获“点赞”，公共健身场所成为社区“标配”；从老年人的长寿“必修课”，到年轻人的时尚“风向标”，从强身健体到“成为更好的自己”……健康、自律、时尚的健身活动，被赋予日益丰富的内涵，俨然成为国人的一种生活方式。

健身文化在全社会蔚然成风，也被数据印证着。近日，国家体育总局发布的《中国群众体育发展报告（2018）》显示，截至2017年底，我国体育场地已接近200万个，人均体育场地面积达1.66平方米。仅2017年“全民健身日”前后，全国全民健身活动的参与量就逼近1亿人次。可以说，全民健身的社会热潮兴起，饱含着人民群众对美好生活的向往。

全民健身热潮的形成，离不开党和国家的大力推动。从1995年我国推行《全民健身计划纲要》，到2009年《全民健身条例》公布实施，再到“广泛开展全民健身活动，加快推进体育强国建设”写入党的十九大报告，二十余年耕耘，全民健身工作逐渐实现长效化、制度化。进入新时代，以“六个身边”工程为重要抓手，政府正不断完善公共体育服务体系，理顺“以人民为中心”的群众体育工作思路，力争到2025年，实现我国人均体育场地面积达到2平方米、经常参加体育锻炼的人数达到5亿。群众体育的未来趋势已然清晰，需要以改革创新精神把群众体育工作提高到一个崭新的水平。

全民健身热情的高涨，既厚植于深厚的传统土壤，又深受现代体育产业的滋养。古时，在“礼乐射御书数”的“六艺”中，就蕴含着骑射的体育因素。体育和德育、智育一起，构成了我国传统教育的三个维度。另一方面，伴随健身运动的智能化、时尚化、全民化趋势，与健身相关的教育培训、装备制造、互联网应用显示出广阔前景，体育产业正在成为国民消费新风口。健身产品和服务的升级，又进一步催生了群众的健身消费诉求，让健身逐渐成为美好生活的“刚需”。

当然，也要看到，全民健身的管理问题和认识误区依然存在。一些社区公共健身器材利用率不高，严重老化、疏于维护，甚至存在安全隐患；一些地方健身活动发展不平衡，面向基层特别是广大农村群众的运动项目亟待开发；一些运动“达人”盲目推崇过量运动，将卡路里视为“天敌”，甚至要“瘦”不要“寿”；一些健身会所经营管理缺乏规范，健身指导人员缺少相应资质……这些问题，都迫切呼唤我们在“健身热”中多一些“冷思考”。

据国家体育总局披露，目前正在研究制定全民健身积分制度，群众通过健身获取积分，就可以兑换相应的物质奖励。每一次运动健身，都是为生命健康和民族活力“积分”。当体育和生活无缝衔接，健身和健康深度融合，群众体育和竞技体育双轮驱动，我们才会离体育强国和健康中国的目标更近。