

## “全民健身日”活动启动 广场舞大赛激情上演

延伸阅读

### 全民健身 守好健康关口

本报讯(文/图 记者 杨光) 8月8日是我国第11个“全民健身日”，上午9点，我市“全民健身日”启动仪式暨河南省第二届老年人广场舞大赛(漯河赛区)选拔赛在市体育中心举行。来自全市的350余名健身爱好者以广场舞比赛的形式，迎接这个特殊的日子。

记者了解到，以广场舞比赛的形式来宣传全民健身运动，不仅能够彰显我市中老年人的健身水平，也能够带动广大市民养成体育锻炼的习惯，形成崇尚健身、追求健康文明的生活理念。

#### 16支队伍演绎精彩广场舞

当天上午，市体育中心热闹非凡，广场舞爱好者们打扮得花枝招展，为登台展演做好了准备。在我市“全民健身日”启动仪式上，所有参赛队员一起登场，共同演绎广场舞《欢乐中国欢乐家》，吸引不少市民前来观看。

启动仪式结束后，河南省第二届老年人广场舞大赛(漯河赛区)选拔赛正式登场，来自各个县区的16支代表队350多名健身爱好者精神抖擞，表演的节目各具特色，其中《万树繁花》《点赞新时代》《中国美》《站在草原望北京》等舞蹈，气势恢宏，充满正能量。

临颍县老年人体育运动协会带来的节目是《点赞新时代》。领队吴金凤告诉记者，这些爱好者都是从临颍县的广场舞爱好者中选拔出来的，他们



“全民健身日”启动仪式上，广场舞大赛激情上演。

是临颍县全民健身运动的带头人。为了参加比赛，大家一大早乘车来到市区，虽然最终只取得第六名，但大家还是很高兴，认为通过比赛和交流见识了全市高水平的广场舞队伍，对以后的健身有好处，成绩并不重要。

#### 广场舞引领中老年健身热潮

今年8月8日是我国第11个全民健身日，主题是“健康中国、你我同行”。河南省第二届老年人广场舞大赛(漯河赛区)选拔赛以“重在参与、重在交流、重在健康、重在快

乐”为原则。

“为参加选拔赛，每个代表队都派出4至6名教练员，他们都参加过今年市老年体协举办的广场舞培训班。天气炎热，参赛选手们仍不辞辛苦积极参与，这种精神让人敬佩。”市老年体协秘书长王兆华告诉记者，举办广场舞大赛(选拔赛)，旨在提高全社会对“全民健身日”的认识，动员和引领市民积极参与健身运动的热潮，也希望市民们通过健身，能以健康向上的精神面貌，迎接新中国成立70周年。

本次活动由省体育局、省老年人体育协会主办，市文化

广电和旅游局(体育局)、市老年人体育协会承办。

#### 天气预报

今天 多云间晴，局部有分散性阵雨，25℃~33℃  
明天 多云间阴，有分散性阵雨、雷阵雨，25℃~31℃  
后天 多云间晴，局部有分散性阵雨，25℃~31℃

市气象局提供

新近出台的《国务院关于实施健康中国行动的意见》《健康中国行动组织实施和考核方案》《健康中国行动(2019-2030年)》等一系列文件，明确了卫生健康事业指导思想从“以治病为中心”向“以人民健康为中心”的转变，开启了全民健身人人参与、健康中国你我同行的全新主旋律。

生命在于运动，运动需要科学。《国务院关于实施健康中国行动的意见》提出明确要求，要广泛实施全民健身行动。“为不同人群提供针对性的运动健身方案或运动指导服务。努力打造百姓身边健身组织和‘15分钟健身圈’。推进公共体育设施免费或低收费开放。推动形成体医结合的疾病预防和健康服务模式。把高校学生体质健康状况纳入对高校的考核评价。到2022年和2030年，城乡居民达到《国民体质测定标准》合格以上的人数比例分别不少于90.86%和92.17%，经常参加体育锻炼的人数比例达到37%及以上和40%及以上。”

体育运动有利于健康生活方式的养成，能有效预防疾病，对慢病的防治也大有裨益。未来，在预防为主、关口前移的“大健康”工作思路指导下，越来越多的体医融合试点将在全国各地呈燎原之势，越来越多的人将接受个性化运动处方的科学指导，享受健康中国行动带来的红利。

据新华社

## 社会主义核心价值观

### 和谐

和谐，是中华传统文化的基本理念，集中体现了学有所教、劳有所得、病有所医、老有所养、住有所居的生态局面。它是社会主义现代化国家在社会建设领域的价值诉求，是经济社会稳定、持续健康发展的重要保证。