



锻炼出咱崂山居民生活幸福感

社区健身设施覆盖率达到100%，全民健身实现“举步可就”

□半岛全媒体记者 刘金震

推动全民健身是一项国家战略，拥有一副好体魄是健康生活的基础。面对日益增长的体育锻炼需求，近年来崂山区大力推动全民健身体系建设，形成了具有“山海”特色的实践路径，基本建成覆盖城乡、比较健全的全民健身公共服务体系。如今，生活在崂山区拥有满满的幸福感，越来越多的人来到崂山置业安家，向着更加幸福美好的人生迈进。

【工作】 社区健身设施百分之百覆盖

“身体健康是幸福生活的基础，尤其是今年突然发生的疫情，让越来越多人看到锻炼的重要。”年近70岁的陈先生，始终保持着锻炼习惯，也练就了一副好体魄。他告诉记者，如今社区锻炼设施越来越丰富，参与锻炼的人也多起来。退休生活一点不单调，家门口就能享受运动快乐。

他口中越来越丰富的锻炼机会，与崂山区推进全民健身息息相关。一组数据表明，崂山区现有500余套室内外健身设施，55处笼式场地，5处智能健身吧，社区健身设施覆盖率达到100%。中小学校室外体育场地100%免费对市民开放。如今，城市会客厅（沿海一线）建成18.5公里健身步道，配备笼式多功能场地和健身设施；浮山生态园、金岭山公园、深圳路体育公园“颜值高”“气质好”，成为运动爱好者的“网红打卡地”。

不止于锻炼场所的充足，崂山区每年组织60余项群众喜闻乐见的篮、排、足、帆船等全民健身活动，参与活动人数达3万余人次。每年组织国民体质监测活动，为800余名群众送上健身指导与运动处方。依托现有体育协会、俱乐部和体育专业公司，举办“金融区篮球赛”“崂山100山地越野赛”等体育品牌赛事，协助做好国际柔道大师赛、中国男子篮球职业联赛（CBA）等赛事。开展“帆船五进”活动，每年直接参与帆船体验达5000余人次，激发广大居民参与帆船运动的积极性和主动性。

【创新】 多个创新之举走在全市前列

记者了解到，崂山区在全市率先以购买服务的方式对辖区内健身设施进行巡检、维护，对辖区内高危险性体育项目经营场馆进行巡检。编制完成《崂山区公共体育设施布局专项规划》，是青岛市第一个完成专项规划的区市，该规划以打造和完善区级体育公园，街办级体育活动中心、街道公园，社区级活动中心、社区游园相结合的公共体育服务体系，



系，全力打造“8分钟”健身圈，使广大居民健身能够实现“举步可就”。

从今年惠民工程上看，崂山区启动了“公共健身设施更新、新建工程”，对辖区内121个社区约2000件健身器材进行更新，并新建40处健身路径。在“太极拳五进”基础上，开展了创建“全国老年太极拳之乡”工作，完成183个小区和17个社会辅导站点的场地、场馆建设，全区骨干成员增至3800人，在册练习太极拳老年人增至10000人。以“体育+”“+体育”融入区域经济发展大局，打造体育产业增长极，推动体育产业高质量发展，提升山海名城宜居程度。

更值得称赞的是，崂山区今年启动了“互联网+智能健身”工程，建设崂山区“全民健身”智能网络信息平台，将为崂山区44万群众提供统一线上体育平台，包括健身场馆等的查询、赛事

报名、协会俱乐部的管理、体育信息的政策解读及时事新闻等，提升了居民锻炼热情，增强崂山区居民幸福感。

【计划】 建设山海品质新城全民健身体系

为了满足人民群众日益增长的体育健身需求，提高全区老百姓的身体素质和健康水平，记者从崂山区教育和体育局了解到，崂山区接下来将全力打造品牌赛事。结合崂山区实际情况，争取国家、省、市体育部门支持，积极引进大型赛事，通过赛事举办拉动体育产业的发展，助力时尚体育建设。探讨在石老人海水浴场设立全国沙滩足球（排球）基地，举办沙滩足球、沙滩排球、沙滩橄榄球、帆板、冲浪等沙滩系列体育赛事，促进崂

山区体育事业更快发展。

此外，崂山区还将继续致力高端体育休闲公园建设。结合《崂山区公共体育设施布局专项规划》，为进一步拓展市民运动休闲空间，助力青岛打造国际时尚城市建设，崂山区将结合城市发展，在相关规划地块建设运动体验、自认体验、时尚体验和休闲体验的高端体育休闲公园，进一步促进全民健身运动，使体育发展成果惠及全体人民。

“我们将通过立体构建、整合推进、动态实施，统筹建设全民健身公共服务体系和产业链、生态圈，提升全民健身现代治理能力。”崂山区教育和体育局相关负责人说，崂山区将着眼“战略北进”、再次创业新征程，以增强人民体质、提高健康水平为目标，努力建设与崂山这座开放创新宜居的山海品质新城相匹配的全民健身体系。

