昔日重来,曾经的全民运动广播体操

浙江24小时APP
扫一扫,看全省培训广播操的视频。

本报记者 杨静

还记得青春年少时,阳光下和同学站在操场上一起举起双臂做广播操的日子吗?很快,浙江的各单位又要大做广播操啦,当年的全民做操热又将重现。

近日,省广播体操、工间操培训班在杭举行。

人人都会的广播体操 培训一次比一次火爆

小时候人人都会的广播体操需要专门开培训班?没错!来参加的还都是全省的运动骨干。近日,由省体育局主办、省排舞协会承办的2019年浙江省广播体操、工间操培训班在杭州举行,来自全省11个地市以及省直机关的运动爱好者分成两期参与培训。主办方表示,全省的大型广播体操、工间操比赛预计于九、十月份左右推出。

这次全省培训分为广播体操和工间操两部分内容,工间操曲目《朝代》由省排舞协会国家级教练余国英和沈宏伟联合创编,属于全新教学,而广播体操更侧重于第九套广播体操的动作纠正。

“广播体操的推广培训其实我们当地去年9月就已经开始了。”金华市健身操协会主席盛俊臣说,当时全市有80多人参加,他们多数是市级机关里的运动骨干,培训后回去组队参加机关运动会中的广播操比赛。前阵子,又举办了第二场广播操培训,结果竟然来了230多人,有机关企业的,也有社区里的,他们计划参加今年8月8日全民健身日将在体育中心举办的全市广播操比赛,“这次市体育局专门派我来省里学习,接下来会有更大的普及和推广。”

束起长发,一身运动打扮,来自绍兴工人文化宫的俞祝琴在队伍中动作做得很标准,“去年起,我们市许多机关单位上午都设置了十来分钟的工间操时间,领导干部带头大家一起锻炼。有的单位做广播体操,有的单位做我们编排的工间操。这三年,就工间操我已经创编了十套。风格各不相同,有的曲目动感、略有点难度,适合年轻人多的单位跳;有的曲目步法移动少,适合场地小的单位运动。”

在丽水青田中医院工作的詹雨露是位户外运动爱好者,她告诉说,单位里每天上午都有工间操时间,由医护人员带着病人们做八段锦,这次参加了广播操和工间操培训,以后的锻炼又可以增添新内容。

曾经的“全民健身启蒙者” 经典必将恒久流传

据了解,就在4月16日,广播体操这个带有年代感的词汇,再次占据了各大媒体的头条。因为国家体育总局、中央和国家机关工委、教育部、卫生健康委、全国总工会、共青团中央、中央广播电视总台七大部委联合下发通知,要求在全国范围内广泛推广普及广播体操。

我国的广播体操于1951年诞生,这60多年间已推出了9套操,每套操都具有各自的特点和时代背景:

1951年11月24日,第一套广播体操正式公布,中央与全国各地近40座人民广播电台开始播放广播体操节目。据不完全统计,当时全国有104.8万人做广播体操,它也是当时全民健身的启蒙者;

1954年,第二套广播体操《初升的太阳》出炉,几乎是人人熟知的稍息、立正等军事化口令,就是从那时起延续至今;

1957年,第三套广播体操融入了更多具备中国特色的武术元素;

第四套广播体操于1963年出品,这套操第一次出现了少数民族语言版;

1981年,在改革开放的背景下,停更了十年的广播体操终于上线,这就是第六套广播体操。此前的广播体操更强调锻炼意义,从第六套开始,美感这个概念开始受到重视;

2011年8月8日,第九套广播体操正式被推出。它的目标人群是针对许多职场人士久坐不动的习惯,特别增加了下肢活动的锻炼……

“广播操是由我国运动专家精心创编的运动,它适合男女老少,门槛低,易学易组织,每套操推出都很经典。现在的上班族长时间伏案工作,亚健康人群增多。上班间隙做做广播操,是很好的锻炼方式。”省体育局副局长胡国平说,今年的全省生态运动会和长三角运动会上,都增加了广播操展示环节,之后还将组织全省的大型广播操比赛。虽然现在有许多运动项目可以选择,但广播操的适应性更广泛,健身效果好。在各方的宣传、普及、推广之下,必会迎来一波新的生命力。

下半年 我省体育赛事不断

本报讯 7月9~10日,全省体育宣传工作会议在嘉善举行,全省11个市和89个县(市、区)体育部门主要负责人齐聚一堂,共同交流和谋划浙江体育宣传工作的大计。省体育局局长郑瑶在会上透露:下半年,浙江大赛不断,精彩纷呈。

7月21日~29日,由奥运冠军孙杨领衔,浙江14名泳将出征韩国光州游泳世锦赛,除了期待他们上演“包游”好戏,这也是东京奥运会前重要的一次“测试考”;8月在山西举行的第二届全国青年运动会值得关注,“少年郎”奋勇拼搏,将检验我省竞技体育可持续发展水平;11月,除上旬如约而至的杭州马拉松赛、3万余人的路跑狂欢节外,11月8日第四届全国智力运动会将在衢州举行,围棋、象棋、桥牌等国内顶尖高手齐聚,展开巅峰对决……除此,全省第三届海洋运动会、全省第二届生态运动会、全省第三届冰雪运动嘉年华仍在进行中,2019女排世俱杯也将如期在绍兴上演。

与此同时,一些与百姓息息相关的内容也被提及。浙江省全民健身公共服务平台正在打造,农村文化礼堂逐渐成了“村民健身房”。此外,杭州亚运会筹备,中国(浙江)国家游泳队建设、社会力量办体育的试点与推广等重大改革项目,以及体育现代化的创建、加强体育协会工作等,也都将陆续展现在大家面前。

本报通讯员 郦琪琛 本报记者 杨静

朱启南、徐东香: 为浙江文体宣传推广“代言”

本报讯 体育明星来为浙江体育文化“吆喝”。7月9日,由省体育记协主办,体坛报社承办的第三届全省体育文化宣传展示推广会在嘉兴嘉善举行。射击奥运冠军朱启南、赛艇世界冠军徐东香,以及诸多知名体育传媒、体育社团、体育企业,从各自角度讲述了浙江体育文化故事,传播浙江体育好声音。

从去年开始,浙江省启动聘请全省体育文化宣传推广大使工程,羽毛球项目王琳和武术项目王地两位世界冠军第一批次“履职”,在全省冰雪运动嘉年华、全省生态运动会等赛事活动中,积极参与、亮相、互动。现在,朱启南、徐东香第二批履新“接棒”。

刚刚接受省委省政府授予全省100名“担当作为好干部”表彰的朱启南表示,要传承和担当,做好浙江体育文化的身体力行者、推广宣传者。

“从运动员到管理者,刚开始遇到了不少难题,是迎难而上的体育精神让我们‘闯关突围’。作为推广大使,要把这份体育精神、体育文化传递给更多人,让体育精神在新时代发挥更大的作用。”徐东香说。

在会上,省游泳协会、华数传媒、动享网等企业、媒体、社团也分享了各自关于体育文化的经验、心得。

本报记者 杨静
通讯员 陆一帅