

上海健身环境是否让人满意?上海人的国民体质是否继续领先?《2012年上海市全民健身发展公告》今日广而告之。

2012年上海市全民健身发展指数(简称“300指数”),耗时两年、全国首创。依托详实的数据资源,这套评估体系就健身环境、运动参与、体质健康三项指标,对上海的全民健身综合发展水平进行了一次全方位的测评,2012年的300指数得分为224分。数据显示,2012年上海市全民健身事业总体发展情况“比较满意”。

环境最受追捧

2012年上海市“健身环境”发展指数为87分。在三方面评估内容中,脱颖而出,成为排名最高的一项。

经过政府和社会各界的努力,本市健身环境得到较大的改善。2004年-2012年,上海体育场地面积增加了9679412平方米。虽然常住人口在过去八年里激增,造成人均体育场地面积有所减少,但学校体育场地设施开放率高达84.8%,社区健身苑点、公共运动场和综合性体育馆让市民们有了更多的健身去处。市民们普遍反映:“如今健身越来越便利了。希望离家不远就能找到体育健身锻炼的场所。”

群众的心声,政府来呼应。“30分钟体育生活圈”是明天的蓝图。今年,徐汇、普陀、杨浦、静安、嘉定、松江和宝山7个区正在试点建设“生活圈”,实现区域内体育资源整合,完善多功能都市体育生活服务圈。上海市体育局局长李毓毅信心十足:“在上海,体育可以成为一种生活方式。”为了实现这一目标,即使相关部门吃些小亏,也一定要保证市民们的健身利益。2012年,市体育宫、市划船俱乐部、市航空运动学校等7家公共体育场馆清退21家租赁单位逾1.2万平方米,回归体育用途。“今年,还会加大力度,退租还体,还体于民。”

体育渗透生活

体育渗透生活,体育养成生活。2012年,全市全民健身活动和体育赛事总数为5458次,平均每个街镇举办26.1次,这其中还包括国家

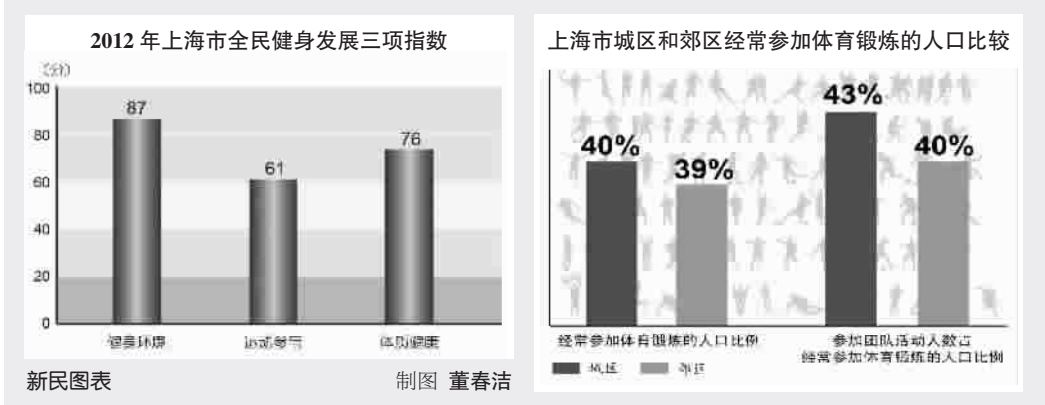
锻炼健康 快乐在身边 生活更精彩

申城今日发布《2012年上海市全民健身发展公告》



晨跑,已成为上海市民最常见健身的方法之一

本报记者 周国强 摄



级、国际级的体育赛事。本市全民健身活动已形成政府倡导、基层主办、层次多样、注重品牌为特征的体育赛事和活动组织模式。根据抽样调查,去年上海市经常参加体育锻炼的人口比例为39.6%。

“体育生活化”,正在慢慢变成上海人的一种行为状态。“我们倡导市民学会一项运动,喜爱一项运动,参与一项运动。在运动中,你可以感受到健康带来的快乐。”“天天运动,

人人健康”,是一句口号,更该是我们的生活指引。

三五成群健身去,上海人享受流汗的快感。而这座城市,也向我们提供了更多的健身平台。“海派体育”丰富着大众的生活。龙舟、海派秧歌、舞龙舞狮、风筝、排舞、九子运动、轮滑、沙滩排球项目,诠释着上海健身的传统与现代。而景观体育、楼宇体育、草根体育与世界现代一流体育赛事并存发展,更展示着上

海的城市文明。生活在上海,精彩就在身边。

运动建设健康

健康,需要建设。监测我们的健康,坚守我们的幸福。市、区县、街镇三级市民体质测试服务网络仍在建设完善中。目前已建成10个区级体制监测中心,覆盖率达58.8%。区级体制监测中心和社区监测站共有专职人员178人,兼职人员294名。体

相关链接

“300指数”

2011年,上海市体育局会同上海交通大学、上海体育学院、市体科所等专家共同制定了全民健身发展指数评估体系,并在2012年委托上海体育学院第一次进行评估,周期为2012年1月1日至12月31日。

“上海市全民健身发展指数”借鉴国际研究领域内公认的投入、产出和结果三个层面的政府绩效考核模式,确定了健身环境、运动参与和体质健康三个方面进行评估,满分为300分,每个方面指数各100分,简称“300指数”。

300指数共有35个量化指标,本次评估中,与青少年体质健康相关的7个指标数据未纳入统计。被确认的28个评估指标中,24个客观量化指标由街镇和区、县体育局分别申报,区、县体育局确认,并由市体育局审核,第三方上海体育学院全程跟踪管理、综合评估;另有4个主观感受指标由上海体育学院通过对市民随机抽样问卷调查获取。

为直观表达评估结果,首次公布的300指数采用绿、蓝、黄、橙、红五种颜色,以市民主观感受为核心的“满意”的表述方式,设置从满意到不满意五个层级,对综合指数和各单项指数发展水平进行区分。

今后,上海将每年发布一次上海市全民健身发展指数。

测、评估、指导,三位一体的服务模式,让市民们有针对性地进行体育锻炼,“指导自己缺什么,然后补什么,这样有的放矢地为身体充电,才会达到健身效果。”李毓毅的面前有一组数据:2012年,全市各级体制测试服务点共为78127名市民进行体质测试服务,其中75196人获得了“体质达标证书”,达标率为96%。继2005年、2010年连续两次位居全国国民体质检测综合指数首位以来,上海人继续保持着良好的健康状态。“比起两年前,体质达标的比率又有了提高。这说明,我们的市民从锻炼中获得了切实的好处,大家的体质健康状况获得了持续改善。”

据上海体育局副局长李伟听透露,今后,申城的“300指数”每年都将公之于众。“300指数”的发布,意味着上海的全民健身事业迈出了社会化、科学化和信息化发展的新路。体育,不仅仅是奥运,不仅仅是金牌,体育是普通百姓的切实民生。生命不息,运动不止,有健康,生活更多彩。

本报记者 华心怡



詹姆斯(左)在严密的防守下,有点不知所措

图 CFP

赢了数据 输了地位

詹姆斯在关键比赛中难以证明自己

NBA赛场,数据代替不了表现。昨天NBA总决赛第六战,热浪主将“小皇帝”詹姆斯打出了32分、10个篮板和11次助攻的三双数据,热浪赢下了这一战,将总比分扳成3比3平。北京时间明天上午9时,两队将迎来最终的决战。

昨天,恰恰是詹姆斯的6次失误,令热浪一度陷入失败边缘。若不是热浪的雷·阿伦在第四节结束前5.9秒投中三分球将比分扳平,若不是波什在加时赛的两个关键盖帽,热浪难逃一劫。

总决赛之前,外界还在讨论詹

姆斯能否比肩乔丹。目前看来,詹姆斯还是难以证明自己。

这一季总决赛,马刺的替补球员迪奥出了名,他被誉为是詹姆斯的终结者。昨天的比赛中,詹姆斯上半场发挥低迷,面对迪奥的防守,他有点不知所措。以至于到了下半场,每次詹姆斯触球,热浪球迷都在替詹姆斯打气,高喊着进攻。

尽管詹姆斯在季后赛场均得到31.5分,超越了乔丹高居NBA历史第一位,但他昨天在第四节险些功亏一篑。最后2分钟,他犯下了两次莫名其妙的失误,再加上仓促的投篮不

中,一下子让热浪在最后1分钟内又落后了5分。詹姆斯不是身体素质不好,不是体能跟不上,而是心理素质不够硬。他却没有章法的胡乱投篮和犹豫不决的表现,甚至令现场的热浪球迷都感到绝望,纷纷提前离场。

实际上,詹姆斯在关键时刻手软已不是个别现象了。东部决赛第二场比赛,詹姆斯拿到36分,但最后一分钟也出现了两次致命失误,导致了热浪的失败,让步行者将比分扳成1比1平。

昨天赛后,魔术师约翰逊说:“在得分方面,詹姆斯必须更坚决,尤其是上半场,我希望他更像科比和乔丹,而不是更像我。”显然,迄今为止的总决赛,詹姆斯没能比肩乔丹,反而给自己的形象减了分。

本报记者 陶邢莹