

内蒙古全民健身

运动场



球迷现场观看女五亚洲杯。
本报记者 柴思源 摄

体育场馆内,总有体育爱好者练习球动作;单位体育设施上,总有人利用闲暇锻炼的身影和比赛的场面;社区公共空间场地上,早晚常有练习广场舞、拍手操、轮滑、平衡车等项目的锻炼者;小区空地上,甚至还有家长搬来简易篮球架和乒乓球桌,让孩子们投篮和挥拍。

北疆大地随处可见的体育健身场景,见证着从青少年到中老年体育健身热潮在持续升温,折射出健康内蒙古不断筑牢群众基础、厚积内生动能。

前不久,内蒙古自治区体育局发布的《2024年内蒙古自治区体育场地统计公告》显示,截至2024年底,我区体育场地数量达到7.31万个,体育场地面积6997.01万平方米,人均体育场地面积达到2.93平方米。

遍布城市各个角落的体育场地,不仅为市民提供了休闲娱乐场所,更在推动全民健身、提升城市形象、促进体育产业发展等方面发挥着重要作用。

5月12日,记者在阿拉善盟体育公园看到,球场内,年轻人挥洒汗水,健身路径上,老年人使用健身器材锻炼身体;不少孩子在秋千、淘气堡、沙坑等儿童游乐设施上开心玩耍……“以前出门锻炼,就是沿路走走,现在能用这些健身设施锻炼了,挺好!”谈起阿拉善盟体育公园,巴彦浩特居民魏焕和笑着说道。

去年12月7日,阿拉善盟体育公园正式开园,它是2024年阿拉善盟民生实事项目之一。公园位于巴彦浩特镇新世纪广场南侧,占地面积110219平方米,总投资2500万元,设有球类运动、儿童活动、体能拓展、大众健身、文化活动等场地,配备智能体测亭、智慧健身步道等。

阿拉善盟教体局相关负责人介绍,阿拉善盟体育公园的设计和规划充分考虑实际功能和群众需求,合理利用现有资源,打造一座兼具全民性、全时性、全季性特点,融合航天文化、沙漠文化等特有元素,集运动健身、休闲休憩、竞技比赛、娱乐观景为一体的现代化体育公园,为群众增添休闲娱乐、运动健身的好去处。

体育场地持续“上新”

本报记者 柴思源



乒乓球爱好者在万和体育公园锻炼。
牛天甲 摄

安装3套室外智能健身房,修建2处健身步道,全年累计安装50套健身路径。群众身边的健身公共资源持续“上新”。

截至2024年底,我区全民健身路径达2.16万个,健身房2238个,健身步道1021个,长度3037.81公里。各地持续新建改扩建体育公园,满足了广大人民群众多样化的健身需求。在基础设施方面,我区拥有田径场地3340个,场地面积2671.70万平方米;游泳场地272个,场地面积39.04万平方米;大型体育场馆包括自治区大型游泳馆3个、大型体育场18处、大型体育馆33处。

体育场地不仅是居民体育健身、休闲娱乐的好去处,也可以汇聚各种商业活动,承办丰富多彩的大赛活动,让人们家门口的场地接触体育、参与体育,在运动中收获健康、在健康中享受快乐,同时助力城市内涵式发展,提升市民生活品质。

5月6日至17日,一场亚洲顶尖女子五人制足球对决在青城球迷大饱眼福。2025亚足联中国女子五人制足球亚洲杯决赛阶段的比赛在呼和浩特体育中心综合馆进行,每逢中国队比赛,便有近2000名热情的球迷现身,为球队呐喊助威。“呼和浩特承办这样的大型赛事给广大球迷带来了福利,第一次现场观看五人制足球,节奏快、进球多,太过瘾了!”市民杜杰说。

5月4日至11日,2025年ITF国际男子网球巡回赛·包头站在包头市体育中心网球馆进行。此次赛事汇聚了来自10多个国家和地区的百余名职业网球选手。



市民舞动空竹龙,乐享健康生活。
牛天甲 摄



呼和浩特市体育局业余足球联赛。
本报记者 柴思源 摄

比赛正值“五一”假期,不少市民现场为网球选手呐喊助威,领略国际职业网球赛事的魅力。包头市体育局相关负责人说:“有效利用体育场地,举办高水平、专业化的赛事活动,可以有效推动体育竞赛表演产业的发展,扩大城市知名度,进一步加强对外体育文化交流。”

全社会热爱体育、崇尚健身、关心健康的新的风尚正在形成,发展群众体育,推动全民健身,增加设施供给是前提。据了解,去年,我区统筹实施全民健身设施补短板工程,新建改扩建体育公园23个、群众滑冰场40个、“乒乓球进社区”项目400个,超额完成自治区政府工作报告部署的体育领域民生工作任务。支持我区144个公共体育场馆免费或低收费向社会开放,覆盖了70%以上的旗县(市、区)。

今年,我区将围绕体育场地设施补短板、促均衡,完成“十四五”旗县级全民健身中心全覆盖、行政村健身设施全覆盖的目标任务。实施体育惠民项目,在全区支持改扩建体育公园20个,新建多功能运动场30个、乒乓球运动场400个、百姓健身房20个、群众室外滑冰场50个。做好公共体育场馆免费或低收费向社会开放工作,各地将加快解决公共体育场馆消防、竣工验收等手续不完备的问题,争取让更多场馆享受补贴。

15岁“女拳王”的双面青春

□本报记者 蔡冬梅 通讯员 孟婧美

拳法精湛,招式灵活。在自由搏击擂台上,15岁的她眉宇间透露出严肃的气息,力量贯穿拳头,直击对手;而在家长、老师、同学的眼中,她却是一个瘦瘦小小、坚韧不拔、努力为班级增光添彩的小女孩儿。

就读于包头市第二十九中学初三年级的张馨月,及笄之年,便拥有14战14胜的职业战绩,先后成为包头市注册女子拳击运动员、全国注册女子散打运动员,是内蒙古自治区青少年自由搏击界公认的“小女拳王”。

今年2月,中泰国际金腰带挑战赛57公斤级比赛在泰国举办,有来自泰国、缅甸、英国、老挝等各个国家的选手参赛,唯一代表中国出战的选手张馨月连胜追击,一举击败老挝选手,夺得金腰带。

看着赛场上汗流浃背,但依然坚持打完每一场比赛的张馨月,妈妈吕懿婷心疼又自豪。“为了增强孩子的体质,我带着她来到搏击俱乐部上了一节试听课,没想到她非常喜欢自由搏击这项运动,并坚持到了现在。”吕懿婷向记者透露了孩子接触拳击的初衷。

在训练和比赛的过程中,受伤是常有的事,张馨月的手部骨头出现了轻微变形,肩膀也多次拉伤。“家人都在犹豫要不要让她放弃自由搏击。但是一想到这是孩子的兴趣爱好,她自己从不喊苦喊累,未来还要面对社会生活中的激烈竞争,我们也就遂了她的意愿,在背后默默支持着她。”吕懿婷心疼地说。

5月5日下午,记者来到包头市雄峰搏击俱乐部,看到张馨月正在教练的指导下刻苦训练。张馨月身着运动服,头发扎成一个“小揪”,打出的每一拳、踢出的每一脚都彰显着不屈的精神。谈起张馨月的成长过程,教练任科吉说:“张馨月刚来的时候个子不太高,现在的她不仅身高和年龄增长了,心态也成熟了。她能快速调整心态,战胜自己内心的恐惧感,这种无所畏惧的个性是她最可贵的品质。”

目前,张馨月利用每周末休息时间训练,每次训练1小时,训练之余会去公园跑步、骑车。同时,在学习方面也不让自己有丝毫松懈。“张馨月在学校特别乖,甚至有点腼腆,但真到了赛场上,又是另外一番景象,她是班级的骄傲,更是学校的骄傲。”包头市第二十九中学化学老师赵翠娥说,“张馨月身上具有一种体育精神,对于偶尔落下的功课,她不会轻易急躁,而是按部就班,缺哪儿补哪儿,利用下课时间主动向老师请教,真正做到了学习和训练两不误,学习成绩也一直保持在班级前列。”

除了即将到来的中考外,张馨月还将代表包头市征战2026年内蒙古自治区第十六届运动会。她表示:“最近我正在加强训练,希望可以在比赛中拿到一个好名次。”

“体彩睦邻之家”传递温暖

□本报记者 柴思源

清晨的阳光透过玻璃窗洒进崭新的活动室,几位老人正在专业教练的带领下练习太极拳;隔壁的心理咨询室里,心理咨询师正在耐心倾听居民的烦恼;走廊尽头的文创手工坊内,几位妇女围坐在一起学习刺绣技艺……这是记者在兴安盟首家“体彩睦邻之家”看到的温馨场景。

这个占地300余平方米的社区综合服务中心,由兴安盟体彩中心联合当地多部门共同打造,总投资约20万元,4月15日正式启用以来,已成为周边居民日常活动的热门去处。

据了解,为进一步拓宽体彩“三个阵地”(民族团结阵地、红色教育阵地、为民服务阵地)的触达领域及品牌知名度,兴安盟体彩中心牵头打造了兴安盟首家“四地联动”为民服务阵地——“体彩睦邻之家”,旨在用实际行动诠释中国体育彩票对社会责任的积极践行,提升体育彩票的公益品牌形象,促进体育彩票与基层社区、文化、旅游事业的深度融合发展。

在养老服务方面,阵地内设有专门的居家养老服务及多功能活动区域,为离退休人员及孤寡老人提供休闲娱乐、健康管理等贴心服务。同时,中心还设有快乐健身活动室,为老年人营造一个“乐享晚年”的运动空间。

在心理健康服务方面,中心引入专业的心理咨询师,接通理性彩心理咨询热线,为有需求的居民提供心理辅导和情绪疏导。同时,还设有调解室,为邻里纠纷提供专业的调解服务,化解矛盾,维护社区和谐。

相关负责人介绍:“2024年,兴安盟体彩在各代销网点建设红色教育阵地、民族团结阵地、为民服务阵地14家,但在服务方面相对较为分散,各类服务设施较为独立,难以形成合力。而‘体彩睦邻之家’的成立,则打破了这一局限,实现了资源的整合与优化配置。这不仅方便了居民的日常生活,也极大丰富了他们的精神文化生活。”

今年,“体彩睦邻之家”将以“凝聚温暖邻里”为宗旨,持续推出一系列贴近居民需求的丰富活动。丰富多彩的邻里联谊活动将成为社区生活的亮点。据了解,“体彩睦邻之家”将把握自身的行业属性和社会功能,策划特色主题党日、邻里棋牌运动会、端午(中秋)联欢会等,鼓励居民积极参与,促进邻里之间的交流互动,增进邻里感情。同时,也积极组织书画、剪纸、缝纫、针织、刺绣等接地气的文化活动,切实把“体彩睦邻之家”打造成为凝聚各族群众的重要纽带。

视点

体育社团活力满分

□文/图 牛天甲



拔河比赛展现团队力量。

随着全民健身理念深入人心,无论是社区还是公园里,成群结队的健身团体随处可见,展现运动活力。在大学校园里,丰富多彩的社团活动不仅成为学生强身健体的重要途径,更为校园生活注入鲜活色彩,让青春风采得以尽情绽放。

会、群众体育的盛会”,期盼四海宾朋共赴民族体育之约,共享文体旅农商融合发展之宴。

在竞赛方面,各盟市也积极行动,通过各项目选拔赛,挑选精兵强将出战第十一届全区少数民族传统体育运动会。

在兴安盟,第十一届全区少数民族传统体育运动会马术竞赛项目选拔赛在科右中旗赛马场进行。来自兴安盟各地50余名骑手,100余马匹参加速度赛马、走马、民族传统走马等项目选拔。我们不仅为参赛者提供了专业的训练场地、器材和马房,还邀请了经验丰富的教练团队进行指导。通过此次比赛选拔出技艺精湛、成绩突出的运动员和马匹代表兴安盟参赛。”科右中旗文化旅游体育局相关负责人说。

鄂尔多斯市利用3天时间,通过第十一届全区少数民族传统体育运动会马术竞赛项目选拔赛在科右中旗赛马场进行。来自兴安盟各地50余名骑手,100余马匹参加速度赛马、走马、民族传统走马等项目选拔。我们不仅为参赛者提供了专业的训练场地、器材和马房,还邀请了经验丰富的教练团队进行指导。通过此次比赛选拔出技艺精湛、成绩突出的运动员和马匹代表兴安盟参赛。”科右中旗文化旅游体育局相关负责人说。

体育圈

我区加速筹备少数民族传统体育运动会

□本报记者 柴思源

据了解,本届运动会将通过市场化运作方式,充分开发运动会有形和无形的资源价值,构建“政府主办、社会支持、全民参与”的办赛格局,动员更多企业参与运动会的保障工作,把本届运动会办成“主线突出、特色鲜明、精彩纷呈、影响深远”的民族团结盛会,办成致力于弘扬中华优秀传统文化,构筑中华民族共有精神家园,有形有感有效铸牢中华民族共同体意识,推动各民族交往交流交融的盛会。

在赤峰市巴林右旗阿敦塔拉赛马场内,标准化的竞赛场地正在逐步完善建设,工人往来穿梭,忙得不亦乐乎。巴林右旗文旅体局相关负责人介绍:“阿敦塔拉赛马场内圈赛道1200米,外圈跑道长达1400米,赛道宽度为20米,能够为选手提供专业宽敞的竞技平台。场地还建有能够容纳876名观众的室外

标准观众看台,让大家尽情享受赛事魅力。”

运动会期间,阿敦塔拉赛马场将进行赛马、赛骆驼、赛驼、男儿三艺项目的角逐。目前,场地跑道已经完成铺沙,将继续完成跑道安装、观众看台翻新等工作,预计5月底阿敦塔拉赛马场以及基础设施的改造工作将全部完成。

赤峰市体育局群众体育科相关负责人说:“截至目前,各竞赛场馆改造提升、器材采购租赁、赛场设置、赛程安排等工作正在有序落实,预计6月上旬,消防、防水系统及火炬塔维修等工作将全部完成。”

随着比赛日益临近,赤峰市将以“精益求精,万无一失”的工作态度和决心,全面推动各项工作落实落地。赤峰市将举全市之力、尽各方所能,把运动会办成“民族团结的盛