



联合主办:
厦门市老年人体育协会
海西晨报社

逐层推广 为千人大展示培养队伍

市老体协举办2024年厦门市老年人健身功气球推广基层巡回培训活动

晨报讯(记者 晋君 通讯员 马昭群)最近,厦门市老体协拳功专委会秘书长聂万福经常早起,安顿好孙子、简单吃过早饭后,自驾前往各区老体协健身功气球推广基层巡回培训班授课。“到翔安区授课,不到六点就要起来,开车要一个小时。”聂万福说。

据悉,健身功气球是厦门市老体协的创新项目。根据年度工作计划安排,今年3月至4月,市老体协举办2024年厦门市老年人健身功气球推广基层巡回培训活动,旨在积极推动这一运动项目在厦门市普及,同时也为举办“庆祝中华人民共和国成立75周年健身功气球千人大展示活动”培养队伍。

此次培训内容为健身功气球规定套路28式,由聂万福创编。聂万福介绍:“创编

时我将健身功气球的8个基本技法都融入套路之中,包括转球、抱球、搓球、旋球等,适合初学者由浅到深、循序渐进地学习,也便于居家练习。”据了解,健身功气球规定套路28式相比以往适用于比赛和表演的套路更为简单,易于练习,在学员中收获良好反响。

市老体协对此次培训活动十分重视,除了聂万福,还委派了黄若衡、叶虹、胡宝凤、张春燕、陈玉梅、陈柳青、詹小玲等教练,分为3个组,到翔安区、海沧区等地及市老体协登山委等单位授课。

据介绍,培训结束后,参加培训的社区骨干学员将回到基层组建健身功气球队伍,逐层推广,持续开展基层培训活动。市老体协拳功专委会也将委派教练,规范和指导各社区队伍的动作。



教练带领学员练习健身功气球套路。
记者 晋君 摄

特写

学员热情高 追着教练问

近日,记者来到湖里区老体协健身功气球推广基层巡回培训班的授课现场,看到聂万福和几位教练正在为近50名学员的动作进行指导,大家的练功服都被汗水浸湿了。

据介绍,当天培训是上

午八点半开始的,但大家早早地就来到现场,根据教练的指导,一招一式地进行学习。他们不放过任何一个可以向教练请教的机会,哪怕是在休息时间,也会围在教练身边频频发问。

来自金山街道金山社区

的邱阿姨是第一次接触健身功气球,她对记者说:“我一天下来流了很多汗,感觉很舒服。我有练习太极拳和舞蹈的功底,学起来也比较容易。”邱阿姨还告诉记者,几位教练都特别有耐心、负责任,也很专业。(记者 晋君)

积极谋划组织首届翔安区老健会

翔安区老体协组织召开2024年全区老年人体育工作会议暨创建康乐家园培训会

晨报记者 晋君
通讯员 林银燕 陈心馨

近日,翔安区老体协组织召开2024年全区老年人体育工作会议暨创建康乐家园培训会,市老体协、翔安区文旅局相关领导以及翔安区各镇街、社区代表参会。

本次会议由翔安区老体协办公室主任叶培如主持。与会人员认真学习了国家关于老龄工作和体育工作的重要精神,传达了厦门市老体协2024年工作会议精神。

厦门市老体协副主席陈国荣在会上为下一步翔安区老年人体育工作开展提出了意见,要求翔安区老体协强化政治意识、基层意识、活动意识和组织意识,把好的做法、好的作风、好的传统延续下去。

翔安区老体协主席林振强调,翔安区老体协要提高政



翔安区老体协组织开展的培训活动吸引了众多老年朋友参与。

记者 晋君 摄

治站位,加强基层建设,加强辅导员培训,广泛开展适老活动,继续踔厉奋发、勇毅前行,扎实推进翔安区老年人体育工作。

为区级康乐家园授牌

会上,翔安区文旅局副局长、二级调研员张世强宣布了翔安区2023年获得区级“老

年人健身康乐家园”称号的单位名单,包括新店街道陈塘社区和曾坂社区、马巷街道黎安社区、新圩镇乌山村、内厝镇黄厝村等,与会领导为这些单位授牌。

张世强还充分肯定了2023年翔安区老体协取得的成绩,表示将一如既往地关心支持翔安区老体协的工作。

找准新方位 展现新作为

翔安区老体协常务副主席吴加建在会上作2023年翔安区老体协工作总结,并对2024年翔安区老体协工作作出部署。据介绍,翔安区老体协将找准新方位、展现新作为,切实做好2024年全区老年人体育工作;加强组织建设,做好换届选举工作,推进各镇街老体协的建立和完善,进一步强化工作统筹能力。

今年,翔安区老体协还将积极谋划组织首届翔安区老健会,开展健康向上的“老年人运动会”;紧盯项目建设,逐步改善老年人体育活动设施;积极创建“老年人健身康乐家园”,促进翔安区老年人体育事业迈上新台阶。

开展康乐家园专题讲座

近年来,马巷街道以及2023年创建“老年人健身康

乐家园”的典型——新店街道东兴社区,在老年人体育工作开展方面表现较为突出。会上,他们的代表进行了发言。

当天,翔安区老体协还面向与会代表开展了“加大工作力度,创建省、市、区‘老年人健身康乐家园’”专题讲座。主讲老师朱文传从“创建‘老年人健身康乐家园’的目的和意义、明确老年体育工作要求”“找准定位、加强组织领导”“认真做好省、市、区级康乐家园申报工作”等三个方面,引导、鼓励大家全心全意地投入到创建“老年人健身康乐家园”中来。在小组交流环节,部分社区代表展开了热烈的讨论。他们纷纷表示,此次专题讲座非常有必要,让他们对接下来如何开展老年人体育工作、更好地提升康乐家园创建水平,有了更清晰的认识和明确的目标。