

全民健身庆新春 体育狂欢大拜年

——我市2025全民健身大拜年活动掠影

本报记者 夏泽辉

篮球、毽球、羽毛球比赛群雄争霸，激情四射；围棋、象棋、扑克牌比赛精英汇聚，智慧交锋；台球、乒乓球、冬泳比赛绽放活力，展示魅力……春节期间，崤函大地上，不论城市还是农村，不论运动场还是棋牌桌，全民健身风潮涌起，各类竞技比赛、文体活动精彩上演，为群众带来无限欢乐。这场以“运动迎新春 健康谱新篇”为主题的全民健身盛典，不仅为市民群众献上了节日体育文化盛宴，更以创新形式展现了我市落实全民健身国家战略、迈向“十四五”体育强市目标的坚定步伐。

精心组织 规模空前

政府搭台、社会助力、全民参与。2025全民健身大拜年活动由市体育局、市文明办、市农业农村局共同主办，旨在贯彻落实《加快建设体育河南实施方案》和《加快建设体育三门峡实施方案》，广泛开展全民健身活动，丰富我市城乡群众春节期间的

体育文化活动，切实增强群众的获得感、幸福感。

活动自筹备之初便得到了各级体育组织和社会各界的积极响应与支持。经过市体育局的精心策划与周密组织，以篮球、毽球、羽毛球等为主的10多个项目的体育赛事活动热闹举行。此外，全市7个大型体育场馆免费、低收费对外开放，为广大体育爱好者提供了展示技艺、交流学习的平台，让大家度过了一个有意义的新春佳节。

为方便群众参加活动，活动地点遍布全市各大公园、体育馆以及社区健身广场等场所，为群众提供了便捷的参与条件。活动形式丰富多样，既有专业运动员的精彩表演，也有面向大众的趣味比赛和健身指导。活动时间从1月30日持续至2月21日。据悉，春节期间，我市组队参加省级赛事4项，承办省级赛事1项，举办市级赛事10项、县级赛事33项，各级各类比赛场次400余场，直接参与本次体育赛事的市民达1.5万人次，观赛人数超过30万人次。

亮点纷呈 反响热烈

汗水与笑容交织，让运动爱好者真切感受到健康生活的无限魅力。1月30日至2月11日，“金海·星河湾杯”豫西农民篮球赛分别在灵宝市焦村镇体育公园和卯屯村篮球场进行。赛场上，运动员精准的三分远投、流畅的快攻配合赢得现场观众阵阵喝彩，展现出了运动员的蓬勃朝气，也让群众过了一个体育年。

2月8日至9日，2025年三门峡市春节毽球比赛在国际文博城举行，来自湖滨区、陕州区、卢氏县的15支网毽和20支团体花毽代表队的近200名毽球爱好者齐聚一堂、论“毽”比拼。赛场激情四射，充满了力量和技巧的攻守转换，不仅让观众直呼精彩，也让大家感受到了体育运动的魅力和团队合作的力量。

与此同时，2025年三门峡市春节羽毛球比赛也在国际文博城举行，10余支团体代表队和180余名羽毛球爱好者参加了活动。赛场上，选手们身着轻便的运动装，身姿矫健，眼神专注。赛场边，教练员神情专注，目光紧随着羽毛球的轨迹，不时地向场上选手比画着战术手势，大声喊着指导话语。观众的热情也被点燃，欢呼声、加油声交织在一起，似汹涌的浪潮此起彼伏。

除了传统球类比赛，相关协会组织的围棋、象棋、扑克牌比赛也是精彩纷呈。老中青选手齐上阵，小小棋牌桌上“杀气腾腾、硝烟弥漫”，一番厮杀后，大家都直呼过瘾。

组织象棋比赛的市象棋协会秘书长唐金权表示，比赛为象棋爱好者提供了一个展示自我、交流切磋的平台，进一步推动了象棋文化在我市的普及和发展，营造了新春佳节的欢乐氛围。

赛出水平、赛出风格、赛出欢乐，成效显著的全民健身大拜年活动得到了社会各界的广泛赞誉，参与者纷纷表示：“大

拜年活动既锻炼了身体，又激发了全民对体育的兴趣和热情，让新年过得更加有意义了。”

全民健身 蓬勃发展

如今的三门峡，正以运动之名，书写着新时代的黄河故事。近年来，我市不断完善全民健身公共服务体系，体育三门峡的群众基础更加坚实。

全民健身设施供给不断提升。我市加速推进城市社区10分钟健身圈建设，全市新增各类体育场地782个。市城乡一体化示范区溜美体育公园项目、湖滨区七里沟滑雪场一期相继建成，现代服务业开发区体育公园开工建设。推进“国球进社区（公园）”，全市新增乒乓球台90张；开展乡镇（街道）全民健身设施补短板提升项目5个，增加全民健身路径15套。全市新建住宅小区按标准配备体育场地和设施（室内人均0.1平方米、室外人均0.3平方米）。截至目前，我市人均体育面积达2.66平方米。持续推进大型体育场馆免费、低收费开放，全年7家大型体育场馆累计接待健身群众700余万人次。

群众赛事活动不断丰富。举办各级各类体育赛事活动300余场次，经常参加体育锻炼人口80余万，占全市总人口的



毽球比赛现场 宋杰 摄

40.9%。2024中国·三门峡渡黄河母亲河活动、沿黄国际自行车邀请赛、U21全国男子篮球锦标赛、三门峡马拉松等沿黄品牌赛事成功举办。2024年“体育大拜年 健康迎新春”系列赛事、“天鹅号杯”全国乒乓球邀请赛、中国中西部“红色照金”杯青少年篮球锦标赛等比赛先后开展。“一县一品·精品赛事”效果显著。2024年，陕州区举办“陕州地坑院杯”自行车邀请赛和2024中国桨板超级联赛（三门峡站）暨第二届“陕州·黄河杯”桨板挑战赛，灵宝市承办了河南省第十四届万村千乡农民篮球赛争霸赛和河南省滑翔伞锦标赛暨精英选手争霸赛，卢氏县举办了首届大学生漂流文化月活动，义马市承办了河南省第十八届中原大舞台武术展演。

体育社团组织不断壮大。体育社会组织在开展全民健身赛事活动中的主力军地位日益突显。截至目前，全市各类单项体育协会有57个，民办非企业体育俱乐部有33个。全年共开展体育活动110余场，参与人数达7000人次。举办社会体育指导员培训班3期，培训240人，新增国家级社会体育指导员称号8人、一级社会体育指导员称号33人。此外，我市积极开展国民体质监测，检测样本量3655人，合格率达96%。

风劲潮涌，自当扬帆破浪；任重道远，更需策马扬鞭。2025全民健身大拜年活动充分展示了崤函儿女的运动热情和对美好生活的向往和追求，是一次全社会共建体育三门峡的生动实践。在市委、市政府的领导下，在市体育局的努力下，我市必将构建更高水平的全民健身服务体系，让运动之风劲吹三门峡。



围棋比赛现场 夏泽辉 摄

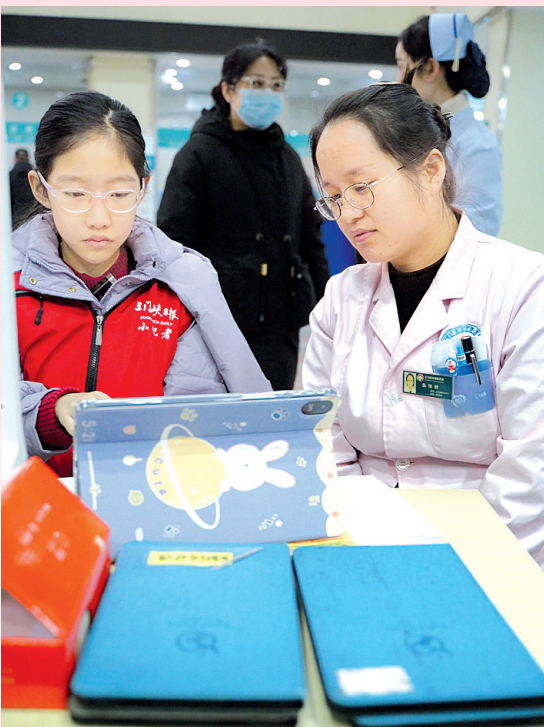
小记者探秘市中心医院

小小牙医初体验



5—12岁是小朋友换牙的高峰期，也是牙齿成型的关键时期。这一时期，口腔健康对孩子的成长有十分重要的影响。为了让小记者了解口腔结构和健康知识，增强口腔保健意识，培养良好的卫生习惯，2月15日，三门峡日报小记者走进市中心医院儿童口腔科，开展“小小牙医”初体验活动。口腔科医生为小记者科普爱牙知识，小记者学习到了正确的刷牙方法，并运用所学知识分辨黄灯、红灯、绿灯零食。

孙慧洋 摄



健康集市学知识

2月12日、13日，市中心医院六大健康集市开市，20余位专家齐上阵，8位资深专家现场义诊。三门峡日报小记者走进市中心医院，逛健康集市、学健康知识，还在活动现场采访了专家，收获满满。 梁明 摄



致敬无偿献血者

为了加深小记者对感恩、奉献、救助他人和回报社会的理解，2月16日，三门峡日报小记者中心联合市中心血站共同举办“感谢您，献血者”主题活动，小记者走进市中心血站参观学习，对无偿献血和血液相关知识有了更加深入的了解。图为小记者关心正在无偿献血的妈妈。 王玉琼 摄

小记者佳作

幸福的一天

陕州区第一小学小学部四（2）班 张艺馨

在我们的生活中有很多美妙的一天，比如春节、元旦节、中秋节，但最令我感到幸福的还是我的生日。因为这不仅让我收获很多的礼物，而且让我感觉非常快乐。

生日那天，放学后，我像往常一样走回家。当我打开门的那一刻，发现我的爸爸妈妈已经为我布置好了房间，有漂亮的气球，有非常大的玩偶，也有我最喜欢的漂亮裙子，这让我感觉非常开心。随着一声礼花的绽放，妈妈笑着说：“恭喜你，宝贝儿，你又长大了一岁。

希望你在未来的日子里，能快快乐乐成长，也能有一个好成绩。”

随后，我跟妈妈来到厨房，做起我最喜欢吃鱼。我们先把鱼鳞刮掉，从鱼肚子里把内脏拿出来。接着，用清水洗了又洗。洗好鱼以后，给它放入锅中炖煮，并撒上葱、姜来去除腥味。炖鱼的同时，妈妈又做了很多菜，打造了一顿丰盛的生日晚餐。

有惊喜、有礼物，还有和妈妈一起下厨做的美食，真是令我开心幸福的一天啊！



醒狮福

三门峡市甘棠学校二（2）班 黄庚格 辅导老师 任江岩

智慧演说展风采

为了提升小记者的演讲、阅读、写作、科学能力，2月15日，三门峡日报小记者综合实践基地举办“智慧演说+筑梦科学”活动，让小记者在玩中学、在学中乐，激发小记者的兴趣，感受充满趣味性、灵活性的学习氛围。图为小记者上台演说。 韩旭莹 摄

动动小手做香皂

近日，三门峡日报小记者在老师的指导下，上了一堂有趣的科学实验课，深入了解了香皂的特性，认识了表面活性剂，并运用所学知识动手制作香皂。 孙慧洋 摄