

内部资料 免费交流  
（闽）内资准字A第048号

# 福州老年体育

（季刊）

2024  
总第115期 2



# 目录 | CONTENTS

## 卷首语

02 生机勃勃老体人 龙行龘龘勤耕耘

## 党建引领

03 福州市老体协开展迎新春主题党日活动

## 全民健身

04 万人健步行 健康迎新春

## 老体年会

06 新年新气象 奋进新征程（上）

## 喜迎新春

12 迎春开“门”红 共进新时代

14 福清市老体协举办首届“迎春杯”桥牌邀请赛

14 新春献艺 共建邻里幸福圈

15 献艺大舞台 展现新风采

15 二月春光美 舞动夕阳红

16 永泰县彩虹太极队开展新春首场太极演练

16 正月初九门球赛 切磋球技送安康

17 文体迎新春

## 工作动态

19 闽侯县老体协召开县第四届老健会总结表彰大会

20 切磋拳技 相约太极

## 场地建设

21 金沙镇新建门球场竣工

## 老体故事

22 我的太极缘

## 理论前沿

23 推动老年人体育工作高质量发展

## 图文简讯





## 生机勃勃老体人 龙行龘龘勤耕耘

玉兔辞旧春华起，祥龙献瑞贺新年。值此龙年新春来临之际，福州市老年人体育协会向全市老年朋友，向关怀协会发展的各级领导、社会各界人士，向情系协会的全体员工，向无私奉献于老年体育的各位工作者致以诚挚的新春祝福！

在新的一年里，我们将充分发挥老体协桥梁纽带作用，把老年体育工作的目标定位得更精准一些，深入把握老年人特点，提高工作标准和工作质量；强化精品意识，在服务给力、工作有力、充满活力上展现新形象、新担当，把老年人的体育生活开展得更加丰富、更有趣味、更显温度。大力推动康乐家园及辅导站建设，广泛开展老体项目培训，积极组织各类交流和展示活动，充分展现福州老年人的蓬勃生机和浓厚的文体氛围。

希望广大老年朋友把老体协作为自己的健身乐园，希望大家热爱运动，科学健身，踊跃参加老体协活动，在健身养心、丰富生活中感受温馨与幸福。我们共同努力，持续推动老年体育工作高质量发展。

薛海玲

2024年2月



## 福州市老体协开展迎新春主题党日活动

1月22日,福州市老体协组织机关全体党员和各县(市)区、市直机关老体协主席开展主题党日活动。

活动首站来到连江县中国工农红军北上抗日先遣队(贵安)陈列馆参观学习,该陈列馆系福建省党史学习教育、爱国主义教育参观学习点,全面展现先遣队在闽浙皖赣的奋战征程。

全体党员聆听了连江县委党校老师声情并茂的讲解,驻足于一段段珍贵的文字、一幅幅泛黄的老照片、一件件承载历史记忆的文物前,忆及当年弥漫战火硝烟、激情燃烧的岁月。中国工农红军北上抗日先遣队为了寻求革命道路不畏艰险,勇往无前的英雄气概深深震撼着大家的心灵。

寻访革命遗迹,追寻初心使命,全体党员进一步坚定了理想信念,大家



纷纷表示要不忘初心,牢记使命,以红色精神激发奋进力量,不断提高老体协的凝聚力和战斗力,奋力谱写老体协工作新篇章。

当天下午,全体党员同志们还冒雨前往连江县山仔水利枢纽工程和位于山仔水库之畔的小沧畲族乡,感受连江县发扬“山仔精神”,践行“绿水青山就是金山银山”理念,加快生态文明建设,走绿色发展之路取得的积极成效。

(周小扬 吴绍魁)



## 万人健步行 健康迎新春



2月3日,2024年“体育大拜年,健康迎新春”全国全民健身大拜年主会场暨福建省直机关、福州市“红红火火过大年”第十九届万人健步行活动在福州飞凤山奥体公园迎新开幕。

国家体育总局群体司副司长、一级巡视员高元义,省老体协主席、市人大常委会原副主任王美香,省体育局党组书记、局长叶得盛,省委省直机关工委副书记吴镇江,省委网信办副主

任刘建斌,省体育局党组副书记、副局长董劲松,省委省直机关工委委员、省直机关工会主席陈雁,福州市人民政府副市长孙晓岚,福州市老体协主席、市人大常委会原副主任薛海玲等领导出席开幕式。

活动现场人山人海,共有2000多名健步行爱好者参加活动。大家身着红衣,伴随着一声发令枪响,从起点健步而出,绕山坡而行,远看像一条腾飞



的巨龙，参与者在各个打卡点拍照留念，留下自己的新年祝福，为即将到来的龙年添祝福、添好运。

福州市老体协持杖健走队的队员们一马当先，走在前列。来自市直机关、鼓楼、台江、仓山、晋安、马尾老体协的老年朋友们个个神采奕奕，迈着矫健的步伐沿着山路前行，一边欣赏沿途风光，一边热烈交谈，以饱满的精神状态在长达4公里的路途中感受健步走带来的快乐。

鼓楼区老体协武云太极健身辅导站的队友们在健身步道旁练起了太极

功夫扇，他们的动作沉稳洒脱，非常精彩。大家争相拍照，纷纷竖起大拇指称赞。

开展全民健身，功在当下，利在未来。2024年，我市将陆续开展一系列全民健身进基层活动，将健身活动带进各乡镇，激发体育热情，助推健身热潮，引导我市群众在工作之余走进各大公园和健身步道，帮助他们“健好身，会健身”，让更多人在与大自然的亲近中放松身心，在行走中体验运动带来的特殊魅力，为建设体育强国和健康中国贡献力量。



## 新年新气象 奋进新征程(上)

岁末年初，各县市区、市直机关老体协纷纷召开 2023 年年会及 2024 年工作会议，传达福州市老体协 2023 年年会精神的同时，总结 2023 年工作，表彰先进，部署 2024 年工作，进一步推动基层老年体育工作蓬勃发展。

### 鼓楼

1 月 31 日，鼓楼区老体协召开 2023 年年会。区老体协班子成员、区直机关、街镇老体协负责人及秘书长、各项目辅导站站长以及骨干人员 40 余人出席会议。区老体协老领导何秉钧、严孝义及区文旅体局副局长季爱兵到会指导。

会上，区老体协宣传负责人李海霓介绍了 2024 年信息宣传工作计划。区老体协主席唐庆善总结了 2023 年



鼓楼区老体协工作。他高度赞扬了各街镇、社区老体协和基层辅导站同志多年来积极主动、持之以恒、兢兢业业，为老年体育事业无私奉献的精神。

在大家的共同努力下，越来越多的老年人在公园和广场等场地积极参加适合自己特点的体育健身运动，形成了老年人健身的靓丽风景。

围绕 2024 年工作，唐主席提出：一要提高认识，进一步增强老体协服

务水平；二要贴近老年人实际，加强基层示范点创建工作；三要加强培训交流，注重选拔老年人体育人才；四要积极作为，推进老年人健身场地设施建设；五要健全机制，扎实做好老年人体育宣传工作。

(李海霓 王孝铨 郑秀碧)



2月27日，台江区老体协召开2023年年会，市老体协副主席高珠英、区老体协主席陈贤飞、区文体旅领导邓颖灵、区退管协会会长戴苏闽出席会议，区各系统、街道老体协秘书长、辅导中心站站长、辅导员、各专委会负责人参加会议。

会议为获得2023省级康乐家园示范单位、市康乐家园称号以及市先进单位、先进辅导站的单位授牌。

陈贤飞作2023年工作总结，他回



顾了2023年台江区老体协工作，表示在区文体旅局的领导和市老体协的支持下，2023年台江区在健身辅导站建设和创建老年人健身康乐家园方面都有突破，取得了新的成效，区老体协



各项工作有序进行，呈现出生机勃勃的景象。同时，他也指出了区老体协工作中存在的短板和差距，并对新的一年老体协工作进行了部署，他强调，要紧跟时代潮流，以新姿态、新发展、大格局推动老年体育建设。

高珠英对 2023 年台江区老体协工作给予高度评价，提出希望台江区在 2024 年以更大干劲克服困难，为老年人体育事业多作贡献。

(林泽平)



1 月 30 日，仓山区召开老体协暨辅导站 2023 年年会，区老体协领导林兆水、钱庭勋、郑定邦、林金春、张杰及辅导总站正副站长、专委会和中心辅导站负责人等近 40 人出席。



会上，辅导总站站长林玉平作 2023 年工作总结。林兆水荣誉主席对区老体协的建设和发展寄予衷心的建言和美好的期望。

钱庭勋主席充分肯定了区辅导总站在过去一年里为仓山区老年人体育

事业作出的贡献。他表示，2024 年，区老体协将以辅导总站为龙头，着力培训活动骨干，结合省、市赛事举办多种形式的展示交流，抓好太极拳剑、柔力球、门球、健身操等优势项目。发现人才，提升活动层次水平，活跃老年健身

活动,辅导站网络继续覆盖各街、镇、社区、村委会,推进健身场地建设。同时,广开思路,充分利用和扩大辖区内体育健身活动场地,共建共用。继续推动“康乐家园”创建工作,把创建文明单位、美丽乡村,建设纳入康乐家园创建结合起来,确保老体协班子队伍、经

费、活动、场地、管理“六有”标准落实到位,促进更多社区达标。

与会同志们纷纷表示,在新的一年里,大家将众志成城,完成区老体协布置的任务,为老年人体育事业添砖加瓦。

(黄光铃)

## 市直机关



2月6日,市直机关老体协召开2023年度会员代表大会暨2024年迎春茶话会,市直机关老体协主席秦健,市人社局原局长、市直机关老体协原主席叶增铨及班子成员出席会议。市直机关老体协委员、各专委会主任、

辅导站站长、监事会成员等50余人参加会议。

会上,秦主席回顾总结了2023年的工作,对2024年工作进行了部署。他提出,新一年赋予新使命、新目标,带来新任务。老年人体育工作者们要不忘初心、牢记使命、踔厉前行。一要认真学习贯彻好党的二十大精神和省、市政府有关加强老年人体育工作的文件精神,满怀信心、坚定信念,脚踏实地、埋头苦干;二要凝心聚力,攻坚克难,积极备战市

第十二届老健会；三要建立网格化组织，进一步推动辅导站、辅导员队伍建设；四要充分发挥专委会辅导站作用，上下联动形成合力，常态化推进老年人文体交流；五要扩大宣传，加强老体协的社会影响力。

他希望，2024年各基层老体协组织同心协力，以新的发展理念、新的工作作风、新的成绩迎接新年的到来，为福州市的老年体育工作作出新贡献，谱写新篇章。

(杜素冰)



1月31日，福清市老体协召开2023年年会，福州市老体协副主席潞江，福清市老体协荣誉主席方裕开，主席张忠康，班子成员郑坚、孙存宝、梁国华以及福清市文体旅局党组成员、副局长陈宝荣出席会议。



张忠康指出，在福清市委、市政府的关心重视下，在福清市文体旅局和福州市老体协的指导下，2023年福清市老体协各项工作成效明显，受到党委、政府和各级老体协的充分肯定，得到老年人的广泛称赞。

要认真学习贯彻党的二十大精神，再创福清市老年人体育事业新业绩；二是要强化组织建设，不断加强基层老体协工作队伍；三是要坚持以项目为抓手，培训为手段，努力提升老年人体育健身项目发展水平；四要主动作为，扎实推进“老年人健身康乐家园”建设工作；五要积极推进健身场地建设；六要

围绕2024年工作，张忠康强调一



全力抓好福清市第十一届老年人体育健身大会，积极备战福州市第十二届老健会；七要进一步提升宣传、科研队伍素质，及时、准确、高质量地宣传报道市老体协工作成效。

陈宝荣代表福清市文体旅局感谢老体协为福清市群众体育、全民健身工作作出的突出贡献，并就做好新时期老年体育工作提出具体意见。

方裕开强调要充分认识到做好老年体育工作的重要性，积极拓展老年人体育工作的新思路、新领域，努力满足老年人日益增长的多元体育健身需要，更好地发挥老体协的桥梁纽带和助手作用，做好宣传工作，不断提高老

体协地位，激活老体工作活力，为老年人健身提供更优质便利的服务。

潞江代表福州市老体协对大会的召开表示热烈祝贺，她希望，福清市老体协继续发挥团结协作精神，扎实基础，做好普及与提高，培养更多人才，创立更多品牌，争当全国老年体育事业的标兵。

与会领导为获评福州市老年人健身康乐家园，福建省老体协工作先进单位(个人)、先进辅导站(优秀辅导员、教练员)，福建省老体协老年人健身康乐家园示范单位及福州市老年人体育健身先进辅导站颁奖。

(周小扬 吴绍魁 林敦吾)





## 迎春开“门”红 共进新时代

1月28日,由市体育总会指导,福建省体育彩票管理中心支持,市门球协会、市老体协主办,市老体协门球专委会承办的2024年福州市“迎新春”门球比赛在市奥体中心门球场举行。来自各县市区、市直机关老体协门球专委会及门球协会的13支队伍、150余名运动员、教练员、裁判员参加。

比赛为5人制团体赛。13支队伍分成三组在3个球场同时进行循环赛,以积分排列名次;三个小组第一名的队伍进行循环赛决出前三名。

赛场上,队员们热情高涨,精神饱满,送球、击球、过门,展现了高超的球技,保持了良好的赛风赛纪,每一场比赛都高潮迭起,精彩纷呈。充分展现了老年人健康向上,老有所乐、老有所为的精神面貌。经过25场的激烈角逐,



仓山区代表队技高一筹夺得冠军,福清市、罗源县代表队分列二、三名。

中国门球协会市场与发展委员会主任、市门球协会荣誉会长薛理振,市

门球协会会长王瑞、监事长翁秀娟全程观看比赛并为获奖队伍颁奖。

下午，市门协、市老体协门球专委会召开 2024 年工作会议。市老体协副主席、门球专委会主任高慧萍总结了 2023 年门球专委会工作，提出 2024 年工作思路。王瑞传达了 2024 年度中国门球协会工作会议精神，部署了 2024 年协会工作要点。各位委员，理事代表对 2024 年的工作深入交流。

薛理振表示，市门协成立以来和市老体协门球专委会一同为构建全生命周期门球运动新格局做出了实际行动，参加全国、全省门球赛事取得优异成绩，值得肯定。希望大家有信心、有动力，在新的一年里再接再厉，发挥福

州省会城市的人才优势，着力扩大群众赛事的参与度，让门球运动惠及更多人民群众。

市老体协副主席林恩健表示，门球是福州市老年人活动最多的一个项目，也是市老体协着重投入的项目。新的一年，市老体协门球专委会要和市门球协会一同形成合力，加强对门球运动的指导，大力宣传普及门球知识，吸纳组织群众参加门球运动。同时通过培训和赛事交流活动，培养储备门球人才，提升门球队伍的技战术水平。也希望各县(市)区门球专委会与门球协会优势互补、相互促进，共同探索出一条具有福州特色的门球事业发展新路径，推动门球运动更好发展。





## 福清市老体协举办首届“迎春杯”桥牌邀请赛



1月27日至28日，福清市老体协举办首届“迎春杯”桥牌邀请赛，来自福州市桥协、省直机关老体协、福清市老体协等10支队伍的65名桥牌高手参赛。

福清市老体协主席张忠康对选手们的到来表示欢迎，希望通过比赛，促进福清市桥牌运动的普及和发展，提高福清市桥牌运动的竞技水平。

比赛现场，大家沉着应战，默契配合。牌场风云变幻，高手们往往能在千钧一发之际巧施良策绝地反击，转危为安。最终，福建汉石队、破格队、魔镜山庄队分获前三名。

(周小扬 吴绍魁)

## 新春献艺 共建邻里幸福圈

1月26日，市直机关老体协于山总站参加于山社区春节活动，表演了闽调福州话快板《七溜八溜不离福州》、彩带龙《欢聚一堂》、闽剧《贻顺哥烛蒂·说媒》等精彩节目，展现了积极向上和积极向善的精神风貌。



(赵立言 杨通)

## 献艺大舞台 展现新风采

2月1日,马尾区老体协多个辅导站参加在青州渔人广场举办的“百姓大舞台”舞蹈展演颁奖仪式,她们以婀娜的舞蹈、深情的表演为大家带来美的享受,展现了马尾区人对党、对祖国的深情厚爱。



(吴星)

## 二月春光美 舞动夕阳红

2月11日,市直机关老体协白马河雷锋公园站点十多名队员早早来到晨练点,互致新春的问候,开启了甲辰龙年的第一场健身气功锻炼。

大家根据活动站的安排,每天习练健身气功易、五、六、八、大舞、马王堆、十二法、养生杖、成人板明目功等功法以及木兰拳、太极拳,展现了队员



们热爱生活、喜欢运动,崇尚健康、积极向上的精神风貌。

(王美珠)

## 永泰县彩虹太极队开展新春首场太极演练



2月15日,永泰县老体协太极专委会彩虹太极队在江滨南湖公园开展龙年首场太极拳剑演练活动。

16名队员穿着红色服装,伴随悠扬的乐曲,起步、迈步,熟练连贯且有节奏地开始演练。《24式太极拳》《32式太极拳》《42式太极拳》动作舒展,轻盈自如;《32式太极剑》《42式太极剑》《武当太极剑》动静开合,刚柔并济;活动营造了欢乐祥和的龙年新春节日氛围,为永泰县太极拳健身活动起到推广作用。

(施平 鄢智敏)

## 正月初九门球赛 切磋球技送安康

2月18日(正月初九),罗源县文体旅局在九大中心门球场举办门球友谊赛。罗源东风队、余家塘队、教协队等8支球队参赛。

这是龙年罗源县的第一场球赛,县门协在球场挂上了红灯笼,各位球友新春再聚,嘘寒问暖,有说不完的话,割不断的情,现场年味十足。



最终,福州好友队、东风2队分别获得A、B组第一。

(星光)



## 喜迎新春



1月21日,连江县丹阳镇新洋村老体协举办迎新春门球邀请赛。



1月26日,市直机关教育系统老体协组织“迎春茶话会”。



1月27日,晋安区举办2024年铁路退休职工“迎新春”门球赛。



1月30日,福清市龙江街道朝阳村老体协举办“挥墨飘香暖人心 迎春纳福送春联”活动。



1月31日,台江区义洲街道老体协参加两岸青年新春祈福启动仪式。





2月1日，鼓楼区五凤街道老体协举办“翰墨传福韵 祥龙迎新春”写春联活动。



正月，连江县琯头镇老体协举办多项目展示联欢活动。



2月1日，闽清县坂东镇老体协举办“妙笔书盛世 祝福凝真情”迎春送福义写春联活动。



2月15日，福清市老体协举办“迎新春 贺龙年”门球交流活动。

## 闽侯县老体协召开县第四届老健会总结表彰大会

1月29日，闽侯县老体协召开县第四届老健会总结表彰大会，县老体协班子成员、各乡镇老体协负责人以及各项体育比赛的优胜单位和个人参加会议。

会上，县老体协副主席兼秘书长邹丰盛宣读了县第四届老健会各项目获奖名单，与会领导向各获奖单位颁发了奖金。常务副主席刘积林全面总结了县第四届老健会的开展情况。本届县老健会共设十二个项目，其中团体八项，个人四项。各乡镇、街道参加赛事人数，创历届运动会新高，有效推动了闽侯县老年人健康事业发展。

胡光礼主席表示，本次县老健会有三个好：一是准备工作做得好，筹划时间长，项目筛选认真，与省、市老健



会运动项目数相近，县、乡两级下功夫全方位把运动员的运动水平、技能发挥出来。二是运动会效果比较好。社会参与面广，运动员们踊跃参赛，淋漓尽致地体现出了运动会的拼搏精神。三是后勤保障好。县老体协集中人力、财力举办本届运动会，主动承担任务。他指出，赛事中也发现了老年人健身活动发展不平衡的问题，提出希望大家齐心协力，为打响“有福之州，幸福老人”品牌贡献力量。

(刘景香 陈俐)





## 切磋拳技 相约太极

1月24日,仓山区老体协邀请闽清县老体协太极站队员来榕,在仓山区上渡门球场共话太极。

交流过程中,两地队员们不畏寒冷,精神抖擞地把平时锻炼过的太极拳套路都打了一遍,24式太极拳、42式太极拳、32式太极剑、42式太极剑以及近年新编的老年人陈式26拳、杨

式26拳,杨式40拳等,每个套路打完,大家互相点评交流,及时纠正不到位动作,共同总结提高技艺的方法和要领,用太极传统文化点燃生命激情。本次切磋既交流出水平,又交流出友谊,充分展示了两地老年人积极向上的精神风貌和健康体魄

(黄光铃)



## 金沙镇新建门球场竣工

一直以来，闽清县金沙镇高度重视老年人健身场所建设问题。为满足辖区老年人参加门球运动的需求，提供一个相互切磋、交流球技的平台，金沙镇老体协在镇党委、政府及上级老体协的大力支持下从多方筹措资金，新建了一处健身门球场。

门球场的休闲活动室是镇政府利用闲置的方舱活动板房加以改造，供打球的老年人小憩，堪称“物尽其用，完美升级”。为弥补资金的紧缺，镇老体协发动门球队队员力所能及地参加义务劳动，为门球场的建设献言献策。

据悉，该工程共投资 40 多万元，占地 660 平方米。按规划设计施工，从开挖基础浇灌混凝土入手，经过一个多月的努力，新门球场于 2 月 18 日竣工并交付使用。新建成的门球场全天



候开放，供新老门球爱好者前来健身锻炼。

新门球场的建成，将带动越来越多的群众参与健身活动，同时，也为承办兄弟队门球赛事和友谊交流活动提供了一个新的活动平台。今后，金沙镇老体协将继续广泛宣传全民健身的健康理念，带动更多的群众参与健身活动，让老年朋友们在体育锻炼中享受快乐，增强体质，养成健康文明的生活方式。

(林济杰)



十年前的一个早晨，我偶然路过福州市直机关老体协体育馆辅导站晨练场，被一群老年人行云流水、整齐划一的太极拳动作所吸引，情不自禁地沉浸在这欢乐和谐的健身氛围中，遂决定加入他们的行列。

我开始对太极拳一窍不通，只能观察、模仿动作。后来在老师和拳友们的耐心教导下，我逐渐领悟到太极拳的精髓和无穷魅力，更加深爱这项运动，终于成长为一名合格的太极拳、健身气功学员。在练习过程中，我虚心求教，苦练基本功，不断提升自己的功法技巧。与队友们团结合作，经常参加比赛或展演活动，荣获省直机关太极拳比赛金奖是对我努力的最大肯定。

感恩老师和拳友们的言传身教，不仅让我在身体上得到锻炼，更让我



精神得以升华，我对太极拳的点滴进步都来源于体育馆站。我深爱这个有23年历史的专业辅导站，如今，我已经成为这个团队的积极分子。我将以开展全民健身，志愿服务为宗旨，把太极拳作为终身爱好，以自己的经历，鼓励更多的人加入体育馆辅导站的太极拳运动，共同感受它的魅力。我坚信，只要有决心，每个人都能在太极拳中找到健康和乐趣，为全民健身、健康中国贡献自己的一份力量。

(卢庆华)





### 中国老年人体育协会主席 雷军

老年人体育工作作为国家体育事业和老龄事业的重要组成部分，是推进体育强国和健康中国建设的重要力量。老年人体育工作必须坚持以满足老年人健身需求、促进老年人身心健康发展为目标，不断推动构建更高水平的老年人健身与健康服务体系，让老年人身心更健康、生活更美好。要在团结协作和组织规范中凝聚合力，落实老年人体育工作格局，踔厉奋发，努力开创新时代老年人体育工作新局面。

近日，国务院办公厅印发《关于发展银发经济增进老年人福祉的意见》（以下简称《意见》），具体提出了 4 个方面 26 项措施，这是我国第一个关于

银发经济的政策性文件，也是新时代推动我国经济发展，特别是银发经济发展的纲领性文件。《意见》的出台，不仅是实现人民美好生活向往的现实需要、推动高质量发展的有力举措、中国式现代化建设的重要支撑，也是我们做好老年人体育工作、构建高水平老年人健身公共服务体系、推动老年人体育工作高质量发展的机遇和引擎。

2024 年是加快体育强国和健康中国建设、全力推动老年人体育工作高质量发展的关键之年。中国老年人体育协会作为服务老年人健身的社会组织，作为党和政府联系老年人的桥梁纽带，作为建设体育强国和健康中国的有力助手，将继续深入学习贯彻

党的二十大和二十届二中全会精神，以习近平新时代中国特色社会主义思想以及习近平总书记关于体育工作和老龄工作重要论述精神为指引，围绕全民健身和积极应对人口老龄化以及乡村振兴国家战略实施，全力做好老年人体育工作，助力中国式现代化强国建设和中国式老龄化社会建设。

一、坚持贯彻党和国家关于全民健身和老龄工作各项方针、政策，加强学习，提高认识，深入调查研究，拓展完善老年人体育工作发展思路，加强对老年人体育工作服从服务国家战略等相关政策和措施的研究实践。

二、坚持传承创新，继续围绕新形势下老年人健身的多元需求，以老年人健身活动为主要抓手，以加大老年人健身供给为目的，坚持“重在参与、重在快乐、重在健康、重在交流”的宗旨和“安全多样、小型分散、贴近老年人”的原则，组织开展多层次、多类型、多形式的老年人健身比赛和交流推广活动。做好“3+2”老年人健身品牌活动。“3”是持杖健步走、太极拳、广场舞

3项全国大联动，把老年人喜闻乐见、乐于参与的活动，通过健全各级老年体育组织网络、大联动的形式，在同一时间段举办，把多年来形成的品牌活动持续做优做强。“2”是两个主题活动：第一个是2023年12月31日启动的“迎新年·贺新春”全民健身线上运动会全国老年人体育健身系列活动。第二个是“九九重阳”全民健身主题系列活动，把全民健身活动与中国传统节日有机融合。

三、继续加强老年人科学健身的引领指导工作，组织开展形式多样的老年人健身科学指导活动，不断构建更高水平的老年人健身服务平台。

四、探索老年人健身产业发展的研究实践，服从服务国家银发经济发展，积极动员社会各方力量参与和支持老年人体育工作。

五、坚持加大对老年人体育工作宣传力度，主动拓宽老年人体育工作宣传渠道，努力在全社会营造关爱老年人健身和健康的氛围。

摘自：中国体育报



2月1日,福清市玉屏街道老体协召开2023年度工作年会。



2月4日,福清市老体协组织参加福清市“融行天下 龙腾玉融”健步行活动。



2月4日,市直机关老体协琴缘电声乐队、梵音文体队参加“迎新春百姓文化活动”。



2月15日,闽侯县老体协花担踩街舞队亮相千年侯官古街,中央电视台向全国观众现场直播。



2月10日,闽清县金沙镇老体协举办镇区内门球友谊赛。



# 图文简讯



2月17日,市直机关老体协五一辅导站举办迎新春团拜活动。



2月15日,罗源县凤山镇老体协梅岭辅导站举办春节团拜活动。



2月15日,福清市老体协在福清市文化体育公园气排球馆举办男子气排球友谊赛。



2月16日,鼓楼区老体协组织区门球队参观中科院福建物质结构研究所人工晶体博物馆。



2月26日,长乐区直机关老体协举办各系统门球友谊赛。



曼舞迎春 向美而行

#### 编辑委员会

主任：薛海玲

副主任：陈明建

执行主任：卢湘玉

策划：刘明辉

编辑：朱斌

封面摄影：林岳铿

编印单位：福州市老年人体育协会

印刷单位：福州麟造印刷有限公司

印刷日期：2024年3月10日

#### 编辑部

地址：福州市鼓楼区海潮路51号

福州市老年人体育活动中心

邮编：350001

电话：0591-22030035

传真：0591-22030032

投稿邮箱：fzsltx2020@163.com

发送对象：福州市各级老体协

印刷数量：1300册