

24个大项 历时8个月 参赛规模预计超2万人 重庆市第十三届全民健身运动会明日启幕

“大家注意节奏，动作要干净利落。很好，配合音乐再走一遍。”连日来，在巴南区体育馆内，300余名展演队员在导演组指挥下彩排，伴着音乐节拍快速跑位。

这是重庆市第十三届全民健身运动会启动仪式的全要素彩排现场，展演团队正紧锣密鼓地进行排练，力争奉上一场精彩的体育视觉盛宴。

重庆市第十三届全民健身运动会暨2024年重庆市“全民健身月”主题活动启动仪式将于明日启幕，由重庆市体育局、中共重庆市委直属机关工作委员会、重庆市总工会、巴南区人民政府主办，重庆市社会体育指导中心、巴南区体育局、中共重庆市委巴南区直属机关工作委员会、巴南区总工会承办，将通过全民健身项目展演和多项目健身互动挑战活动，营造火热的健身氛围。

启动仪式三大看点抢先“剧透” 是盛会，也是百姓体育大舞台

一年一度的全民健身运动会不仅是全市人民精神文化生活中的一件大事，更是对全市群众体育事业发展水平的一次大检阅。本届运动会启动仪式将于4月11日上午在巴南区体育馆举行，通过全新的方式展现新时代重庆体育的精神风貌。

看点一：“花式”展演，氛围拉满。启动仪式不仅吸引了各项目参赛选手，还汇集了15个体育项目的优秀社会指导员队伍参与。整个展演环节包含了橄榄球和轮滑冰球等巴南发展较好的体育项目，还将通过“串烧”的方式融合篮球、棒球、跆拳道等多个项目，让幼、少、青、中、老不同年龄段群体同台互动，全方位呈现群众昂扬向上的体育精神，营造热闹、时尚、青春、活力的全民健身氛围。

看点二：开放共享，人人参赛。活动现场还设置了全民健身项目群众“微赛场”，通过招募而来的1000余名



巴南区全民健身赛事活动蓬勃开展

群众可以现场体验陆地冰壶、瑜伽、射箭、足球、篮球、轮滑、跳踢、飞盘等体育运动项目，切实将全民健身运动会“开放共享”的理念转化为市民可感可享的幸福感和参与感。

看点三：普及项目，共享成果。在巴南区体育馆外广场及体育馆入口两侧，市民还可观看全民健身成果展，详细了解第十三届全民健身运动会各项项目的举办时间、地点、基本情况和具体的参赛观赛办法，同时，还能进一步的了解巴南体育为民惠民的相关措施、全民健身事业发展的成效及特色亮点，共享全市体育发展成果。

24个大项、历时8个月 营造“月月有比赛，人人可参赛”的健身氛围

重庆市全民健身运动会自2009年首届开始，已经连续举办了12届，已成为我市规格最高、示范性最强、参与人数最多、项目设置最全的综合性

群众体育重要品牌活动之一。近年来，更通过增加竞赛项目、吸引社会力量参与等方式，办赛形式不断丰富，覆盖地域逐步扩大，参与人次逐年提升。

本届全民健身运动会设置了24个大项，均为群众基础好、参与普及度高、趣味性强、深受老百姓喜爱的体育运动，基本覆盖了广大群众日常的运动健身需求，其中既有广播体操、太极拳、乒乓球、足球等群众体育传统优势项目，也有年轻人喜爱的轮滑、攀岩、陆地冰壶等新兴时尚体育项目。

同时，本届运动会历时较长，将从4月持续至11月，为市民提供8个月的赛事活动供给，预计将有超2万余名群众在全民健身运动会的赛场上展身手，形成“月月有比赛，人人可参赛，场场都精彩”的全民健身新局面。

“把比赛办到田间地头，办到老百姓的家门口，办到乡村、社区，才能让更多人享受体育运动的快乐。”市体育局相关负责人表示，本届运动会将在全市近20个区县举办，办赛地点既有

体育公园、体育馆等运动地标，也有校园、酒店等场所，也有乡镇、村社等基层地区，将进一步推动参赛对象下沉到最基层、惠及群众更广。

迎接我市第6个“全民健身月” 体育惠民活动精彩不断

近年来，全民健身运动会的蓬勃开展，让健身运动成为市民生活不可或缺的一部分，这背后是我市全民健身事业取得高质量发展的生动写照，也是全民健身理念扎根生长的生动注脚。

据了解，2023年全年，我市共开展市级以上群众体育赛事活动100余场次、区县级以上2300余场次，有效增强了市民的体育获得感。同时，我市围绕惠民有感，积极推进群众身边场地设施建设，截至2023年底，全市体育场地面积总量突破8500万平方米，人均体育场地面积将超过2.6平方米。

今年4月是《重庆市全民健身条例》颁布后的第6个“全民健身月”，此次活动作为2024年重庆市“全民健身月”主题活动，将充分发挥引领示范作用，不断掀起全民健身运动新热潮。

接下来，我市还将陆续举办重庆垫江铁人三项公开赛、“智跑重庆”城市定向赛等一系列全民健身主题赛事，积极开展全民健身志愿服务和科学健身指导活动，切实做好公共体育场馆优惠开放，并利用主流媒体和新媒体加强宣传，营造浓厚的全民健身氛围。

巴南准确把握“五个度” 深入推进体育强区建设

近年来，巴南区持续加快推进体育强区建设，在全民健身事业方面不断取得新成效。以2023年为例，巴南区全年举办各级各类体育赛事活动达300余场次，包含重庆半程马拉松赛、区运动会、天坪山自行车赛等一批参与人数多、影响力大的品牌赛事，参与群众达50余万人次；在体育设施方

面，建成共计5条智慧健身长廊、26个体育文化公园、12个镇街健身广场、4464处公共体育设施，公共体育面积达274.64万平方米、人均场地面积达2.89平方米；在组织力量方面，巴南区率先建立市级社会体育指导员健身服务示范点，全区现有社会体育指导员3095人，各级社会指导员活跃在全区各机关、企事业单位和乡镇街道（村社），广泛开展科学健身指导活动。

接下来，巴南区将以与市体育局签订的战略合作方案为基础，以稳存量创增量为牵引，开展一批具有巴南辨识度的赛事活动，积极营造浓郁的健身氛围，全力打造消费试点城区，构建人民满意的公共体育服务体系。准确把握“五个度”，在全民健身上拓广度、在品牌赛事上增亮度、在体育产业上增速度、在竞技体育上加力度、在设施建设上提进度，深入推进《巴南体育强区建设三年行动计划实施方案》落地落实，让体育发展更有温度，让人民幸福更有质感。

韩成栋 向霞蔚



重庆市全民健身运动会广播体操比赛

开好办好思政课

立德立行

树新人

回眸五年生动实践 思想掌舵向新而行

重庆三峡职业学院 思政“金课”让“真理的味道”浸润心田

下好“关键棋” 创新思政课教学的方式方法

学生们“化身”为“红军战士”，置身于气候恶劣的雪山，与并肩同行的战友一起攀登，有时还要跨越冰裂缝。这是发生在重庆三峡职业学院《思想道德与法治》课——“重走伟大长征路，树立崇高理想信念”虚拟仿真实践教学中的情景。

“身临其境的思政课除了生动有趣，更引领我们经历曾经的筌路蓝缕，感受美好生活的来之不易。”学校2022级动物医学专业1班学生吴迪在课后说道。

为上好这门独具特色的思政课，学校探索出“理论讲解+沉浸体验+反思内化”有机衔接的VR实践教学新模式，让学生用VR眼镜在三重虚拟学习环境中感知交互，从而认识到红军长征的艰辛与伟大，激发民族精神与奋斗力量，树立崇高的理想信念。

“下好思政课建设‘关键棋’，要向改革创新要活力。”重庆三峡职业学院党委书记谈建成表示，学校建设理念与时俱进，内容体系形成完善，模式方法多元多样，提高思政课的教学质量和育人成效。

创新思政课打开方式，营造铸魂育人新生态。学校以有根有魂、有情有义、有滋有味为价值导向，借助融媒体内容资源、资源互通、融合共享等方面的显著优势，综合运用案例式教学、探究式教学、体验式教学、专题式教学等多种方式，构建线上线下全场景“三环八步”学思践悟教学策略，在把思政课讲得有深度、有力度、有温度的同时，达到学思用贯通、知行合一，让学生听之解渴、学之有益。

所谓线上线下全场景“三环八步”学思践悟教学策略，即学校依托融媒体现代信息技术教育平台，实现思政课“课前—课中—课后”三环相扣，“自主学习—以案导知—以问启学—以探解疑—以理



马克思主义学院教师陈玥秋在上思政课

服人—以情化人—以评测效—迁移拓展”八步递进，形成“融媒体+思政育人”大格局。

在探索中不断凝练聚焦，在实践中不断改进发展。学校以社会考察、志愿服务等方式，打造“行走的思政课”；以研学活动、科普实践等方式，打造“场馆里的思政课”；以慕课、微课、云课堂等形式，打造“云端上的思政课”……持续增强思政课的思想性、理论性和亲和力、针对性，为学生打好精神底色、筑牢人生根基。

共筑“同心圆” 推进大中小学思政课一体化建设

3月29日，重庆市大中小学思政课一体化试点建设共同体工作推进会举行。会议交流了2023年共同体建设成效，并围绕共同体实施方案提出的七大建设任务，明确了“任务书”、形成了“工

作单”、指定了“责任人”，为下一步工作打下了坚实基础。

“推进大中小学思想政治教育一体化建设，同绘培根铸魂‘同心圆’，是对学校思想政治教育的更高要求和系统化部署，也是提升思政课育人实效的关键之举。”重庆三峡职业学院院长李炯光说。

因地制宜，因势利导，为思政课一体化建设夯基垒台。重庆三峡职业学院、万州区教育委员会牵头联合重庆幼儿师范高等专科学校、万州技师学院、万州职教中心、梁平职教中心、开州职教中心、云阳职教中心、万州区鹏程小学、万州区王牌小学，构建重庆市大中小学思政课一体化试点建设共同体，形成各学段思政课螺旋式上升的思政课建设大格局。

打破壁垒，统筹全局，为思政课一体化建设立柱架梁。学校强体系、重统筹、抓规范、巧衔接，围绕课程建设、教师培训、交流研讨、集体备课、实践教学、资源共享“六大维度”，以共建、共进、共升、共

鉴、共通、共享“六共”赋能，形成守正创新、携手同心、对话碰撞、优势互补、聚焦特色、系统集成的发展态势，构建渝东北地区的大中小学思政课一体化学习、学术、育人、价值“四共同体”。

凝聚合力，创新路径，为思政课一体化建设注入动能。学校发挥涉农院校办学特色，依托万达开川渝统筹示范区职业教育联盟，探索形成跨学段“启蒙—体验—常识—理论”的“全链条”教学模式。邀请共同体大中小学思政课教师共同参加各类培训活动，“三下乡”社会实践活动。以季度为周期，以共同体成员单位轮流为承办单位，通过“专题讲座+教学展示（或说课）+集体研讨”的形式，跨课程、跨学段组织大中小学思政课教师集体备课。借力学校乡村振兴学院和耕读教育实践基地，开展乡镇产业走访、特色田园参观等实践教学，让各学段学生到农村、林区、生产一线进行研学实践……

持续发力、久久为功。学校将加强顶层设计，健全保障机制、凝练共建模式、淬炼特色亮点，做到既“守好一段渠”，又“跑好接力赛”，让大中小学思政课一体化建设走深走实。

念好“人才经” 引领思政课教师争做大学先生

在2023年重庆市职业院校技能大赛教学能力比赛（高职组）中，重庆三峡职业学院参赛团队取得一等奖的优异成绩；在2023年重庆市高校思政课教师教学技能竞赛决赛中，学校参赛教师获二等奖1项、优秀奖1项。参与重庆市高等教育研究与教学改革优秀论文评选活动获得一等奖。立项教育部人文社科项目1项、立项重庆市教育教学改革重点课题2项，顺利结题市级及以上教改课题、教研课题10项，发表论文100余篇，编著教材10余部……

一项项荣誉见证了不凡实力，折射出重庆三峡职业学院培养高素质思政课教师队伍的积极作为。

“思政课是学生成长成才的‘关键一课’，思政课教师队伍是建设‘关键一课’的主力军。”重庆三峡职业学院马克思主义学院负责人说。

为建设政治强、情怀深、思维新、视野广、自律严、人格正的思政课教师队伍，学校围绕专职为主、数量充足、素质优良、充满活力，念好引育留用“人才经”，形成“以老带新结对子、理论武装填脑子、集体备课亮方子、技能竞赛晒法子、师德师风照镜子”的特色发展模式，引导思政课教师成为塑造学生品格、品行、品味的大先生。

为增强思政课教师的职业认同感、荣誉感、责任感，学校通过“以老带新”传帮带，采取“一对一”“结对子”形式，助推新人入职思政课教师站稳讲台；通过“以训促新”推成长，用好周末理论大讲堂和系列研修培训项目，定期举办专题报告、示范教学、集体备课等多种形式，构建全方位、立体化的培训体系；通过“以赛促教”提能力，针对“赛课磨课+教师互评+专家指导+反思总结”四环节，开展类型多样的教学展示比赛，提升思政课教师专业教学能力；通过“师德师风”树清风，完善师德师风长效机制，推进教师管理综合改革，营造以德立身、以德立学、以德施教的氛围。

展望未来，学校将持续激发思政课教师队伍的积极性、主动性、创造性，引领思政课教师队伍坚定心有大我、至诚报国的理想信念，涵养言为士则、行为世范的道德情操，增强因材施教、琢璞成玉的智慧力量，滋养爱生如子、甘于奉献的仁爱之心，引导学生立鸿鹄志、做奋斗者。

姜荣 熊桂花 陈红
图片由重庆三峡职业学院提供