

“传帮带”，让更多群众加入健身行列 社会体育指导员做的就是“星火燎原”



□记者 戴斌 通讯员 龚婉君

昨天，宁波市社会体育指导员协会召开换届大会，该协会成立于2007年3月，致力于社会体育健身服务活动，为群众锻炼提供科学、健康、有序的指导。据了解，目前我市拥有国家级社会体育指导员33名，一级社会体育指导员478名，二级社会体育指导员2963名，三级社会体育指导员15333名。

担当社会体育指导员除了需要一定的体育技能，还需要足够的热心服务精神。昨天，头发花白的施彭年接受记者采访时称：“气排球项目这几年来在宁波发展很快，这个项目的社会体育指导员并不一定是教打球技术，很多时候是多付出点劳动，比如说去球场做些挂球网、拖地板之类的义务劳动……”另外一名国家级指导员王婵娟告诉记者，去年她和同伴在北仑组织了八期“佳木斯进社区、乡村培训”，参与者多达1600余人。

退休老伯施彭年气排球场上展身手

退休之前，施彭年在体育系统工作，这种体育情结在他的生活里一直延续着。“我也就是做点赛事组织工作，其实气排球项目很多队伍都在做自己的教练和裁判培养工作。”昨天面对记者，他说得更多的是宁波气排球的发展，“气排球对身体条件要求不高，因为球的重量轻、球速慢，这个项目弱化了竞技体育中的力量、速度，所以不容易受伤。同时因为球的飘、转特性，又是集体活动项目，所以使气排球更加有趣味性和娱乐性。经过十年发展，宁波打气排球的人越来越多，特别是中青年人也开始慢慢接受这个项目。”

而几项成绩可以作为宁波气排球运动发展的注脚：2011年，全国老年气排球邀请赛上，宁波男队和女队双获第一；2013年，第二届省体育大会气排球赛，设青年男女、中老年男女共4个组别，宁波队获得其中3枚金牌。

排舞国家级指导员上演“星火燎原”

来自慈溪的孙凤英和来自北仑的王婵娟都是国家级社会体育指导员，她们有很多相似之处：都是热爱运动的人；都从当年的腰鼓、木兰扇等项目转型为当下的佳木斯等徒手操；都会不停地学习新的项目，然后举行培训班推广……

“大家喜欢什么舞蹈，需要什么项目，我们就赶紧学习什么，然后教给大家。”孙凤英说，她现在每天早上在广场上先带着几十个人做一遍第九套广播体操，然后再跳几个别的团体舞，晚上则是佳木斯和排舞。“广播操其实很实用，老少都适合。2012年我到宁波来参加市体育局办的广播操培训班，回去后在广场上教给大家，后来大家也一直坚持每天早上做操。”

对于社会体育指导员的身份，她的最大感受是“传帮带”，一定要发动更多热心人参与。“比如说，每次集体跳舞之前总需要有人负责拉电线、放音响等事情，我们这个队伍里就是两人一周轮流‘值班’，有了‘人人参

与，人人有责’的意识，‘天天运动、天天快乐’的感觉才能持久。”孙凤英说。

北仑的王婵娟除了排舞还有一项拿手的技术是柔力球。“前些年我们推广柔力球，现在北仑有128支队伍，将近3000人参与这个项目。”她认为，社会体育指导员要做的就是让健身活动“一传十、十传百”。2012年3月，佳木斯舞刚刚兴起，王婵娟和同伴们就从佳木斯请来了老师培训。学会了之后，王婵娟和同伴们去年到北仑各街道、乡镇，为社区和行政村的文体骨干开班培训。“我们一共举办了8期，来现场跟着跳的人真的很多，比如去年6月份我们在大榭岛培训时，从傍晚5点一直到晚上10点都有人跟着学；在小港培新的时候，来学习的有160多人，后来我们只能搭了个台子，在台上做动作展示，不然后面的人都看不到。8站下来，一共有1600多人学会了佳木斯舞。”王婵娟说这样的活动也让她见识了大家对健身技能的渴望，“只要有人带动，肯定会有越来越多的人出现在健身队伍里。”

春节假期他们也不打算闲着，施彭年告诉记者，他和气排球伙伴们都已经约好了，从大年初三至初七，每天上午打一场。“如果只是我一个人的想法，不可能形成这个约定，说明多数人都感兴趣。过年大吃大喝，尤其需要及时运动，这已经是共识了。”施彭年说。

①②③这几年，越来越多的市民投身到健身行列。这其中离不开社会体育指导员的“传帮带”（资料图片）。

记者 胡龙召 摄

新闻链接

何谓社会体育指导员

社会体育指导员，是按照《体育法》、《全民健身条例》、《社会体育指导员管理办法》的要求，向公众提供传授健身技能、组织健身活动、宣传科学健身知识等全民健身志愿服务，并获得技术等级称号的人员。在我国，社会体育指导员实行技术等级制度，其技术等级称号由低到高依次为：三级、二级、一级、国家级。在群众健身活动中，他们是“全民健身宣传者、科学健身指导者、群众体育活动组织者、体育场地设施维护者、健康生活方式引领者”。

如何成为社会体育指导员

成为一名三级社会体育指导员一般要求了解体育健身和竞赛的相关知识，掌握一项以上体育健身技能的传授方法和全民健身活动的组织管理方法，并在近一年内开展或协同开展30次以上志愿服务；二级社会体育指导员要求获得三级社会体育指导员称号后累计（以工作注册为准）开展志愿服务两年以上；一级社会体育指导员要求获得二级社会体育指导员称号后累计开展志愿服务三年以上；国家级社会体育指导员则要求获得一级社会体育指导员称号后累计开展志愿服务四年以上，并在地（市）级以上区域产生良好的效果和影响。

社会体育指导员协会

2007年3月，宁波市社会体育指导员协会成立，目前办公地点设于宁波市社会体育指导中心社体科（蓝山路406号）。该协会成立以来，积极为社会体育指导员开展体育健身指导服务搭建平台，创造条件，提供保障，并承担了历年元旦健身长跑活动、纸折飞机大奖赛等重大活动。该协会还每年上半年各举办一次二级社会体育指导员培训班，三级社会体育指导员培训班每年有20余期，旨在扩大队伍、提高全市社会体育服务水平。

如果您想查找自己身边的社会体育指导员，可进入宁波体育局网（<http://www.nbty.gov.cn/>），登录社会体育指导员系统了解。

