

小大人,小达人

文/图 李永新

8月8日是我国第16个“全民健身日”,全民健身的热潮在全国各地涌动。

近日,家住我市的K宝,在家人的陪伴下来到家附近的休闲广场运动。一般3岁多的孩子才敢玩的滑板车,被18个月大的K宝“轻松驾驭”,玩得不亦乐乎,小小的身影、令人惊叹的娴熟动作格外引人注目。就在上个月,也是在一个充满活力的环境中,一条近10米长的彩带无意间成为K宝展现天赋的道具。只见小K宝手持彩带,舞得上下翻飞,那灵动的身姿和专注的神情,让人不禁为之喝彩。这不仅孩子简单的嬉戏玩耍,更是对健身运动的本能追求。

K宝对运动的喜爱,源于家人的影响。K宝的父母一直有健身的习惯,每当他们在家里做俯卧撑时,K

宝总会有模有样地学着做。孩子或许不明白“全民健身”的深刻含义,但已经用自己的行动诠释着对运动的热爱和对健康的向往,这无疑是对“全民健身”最纯粹的表达。

今年“全民健身日”的主题是“全民健身绘就幸福生活”,而像K宝一样热爱运动的孩子们正是这一主题的生动写照。他们在无意识中参与到“全民健身”的浪潮中,用自己独有的方式展示运动的魅力,享受健身的乐趣,也让我们看到了未来全民健康的希望。

如今,“全民健身”不再只是成年人的专利,孩子们的积极参与让我们坚信,健康的生活理念正在代代相传。这些“小大人”就是全民健身未来的“小达人”,他们将在健康与活力的道路上茁壮成长,成为构建美好生活的生力军。



“轻松驾驭”滑板车。



苦练技能。



玩转健身器材。



健身“瓶颈期”。



单杠“小达人”。



舞动彩带。



运动乐趣多,全家总动员。