

## 2024年长治市《国家体育锻炼标准》达标测试活动举行

## 10位“健康达人”脱颖而出

本报讯 记者杨亚娟报道:10月25日,长治市2024年《国家体育锻炼标准》达标测试活动在市体育中心举行,来自我市12家市直单位的100余名干部职工参加了测试。最终,10名优秀选手凭借个人总得分脱颖而出,荣获2024年长治市“健康达人”称号。

本次活动由长治市体育局、市直工委主办,长治市体育总会承办,旨在通过科学测试,检验市民体育锻炼效果,进一步推动全民健身运动深入开展。

本次达标测试项目按照参与人员性别、年龄不同,分为男子、女子青年组(18~24岁),男子、女子壮年一组(25~44岁),男子、女子壮年二组(45~59岁)6个组别。测试类别涵盖人体速度、耐力、力量、灵敏、柔韧五个方面,具体设置了30秒跳绳、800米跑、1000米跑、3000米快走、俯卧撑、立定跳远、绕杆跑、曲线托球跑、仰卧起坐、掷实心球、坐位体前屈等10余个测验项目。

当天,测试活动现场气氛热烈,参

与者在各个测试项目中积极参与,努力突破极限,展现了优良的身体素质和奋勇争先的体育精神。他们纷纷表示,通过参加这次国家体育锻炼标准达标测验,深刻认识到了体育锻炼的重要性,并将在今后更加积极地参与锻炼,不断提升自己的身体素质。最终,根据个人总得分,牛世杰、马明明、王鹏、卢刚、郭鹏、杨志、刘科、史波涛、王辉、宋瑞森10名选手荣获2024年长治市“健康达人”称号。

《国家体育锻炼标准》达标测试活动以提高公民身体素质为目的,通过测验达标,检验群众体育锻炼效果、评价身体素质和运动机能。近年来,我市通过持续开展《国家体育锻炼标准》达标测试活动,不仅有效普及了科学健身知识,还激发了广大人民群众参与体育锻炼的积极性和主动性。这一活动已成为推动全民健身与全民健康深度融合的重要平台,为提升我市公众健康水平发挥了积极作用。

## 山西省科普讲解大赛落下帷幕

## 我市2个作品参加决赛

本报讯 记者李茹 通讯员宋利民报道:近日,2024年山西省科普讲解大赛决赛落下帷幕,我市2个作品参加了决赛。

据了解,山西省科普讲解大赛是2024年山西省科普宣传专项项目科普活动的两项内容之一,活动主题为“弘扬科学家精神,激发全社会创新活力”。大赛于今年8月启动,参赛者围绕公共安全、卫生健康、

防灾减灾、节能环保、自然资源、生态环境、禁毒、国防科技等科学技术领域,以及历史文化、红色文化等人文社会科学领域积极申报。此次活动中,市科技局引智服务中心精心组织,积极发动全市相关单位和科普基地积极参加。经过形式审查、预赛环节,推荐选送的5个作品进入全省前50名,最终2个作品入围决赛。

决赛中,来自长治市人民

医院儿科王楠宁讲解的科普作品《轮状病毒危险吗?直击轮状病毒,为宝妈支招!》荣获大赛第9名,来自长治云峰医院科普基地张子贺讲解的科普作品《青少年脊柱侧弯如何自测》荣获大赛第18名。2名选手结合各自行业的科技特色以通俗易懂的语言生动地阐释了科学知识,展示了我市科技创新发展的硕果,展现出我市各行业开展科技创新的热烈氛围。

## 我市开展医疗美容行业专项检查

## 抽查各类机构93家

本报讯 记者狄媚婷报道:为进一步规范我市民营医疗机构和医疗美容机构依法执业行为,严厉打击医疗行业乱象,维护人民群众正常就医秩序,按照市卫生健康委员会统一安排,10月8日至10月25日,我市组织执法人员对四区八县的民营医院、医疗美容机构及公立医疗机构内的医疗美容科室依法执业情况进行专项检查。

本次检查共设立4个检查组,抽查机构93家,包含民营医院53家、医疗美容机构35家、综合医院5家。此次检查重点围绕机构与人员执业、医疗文书书写、药品器械管理、医疗技术临床应用、传染病防治、临床用血、妇幼健康、放射诊疗、中医药服务、精神卫生等情况展开。检查组针对检查发现的问题,现场提出整改意见,督促医疗机构切实落实主体责任,对涉及行政处罚的违法线索已经移交区县卫生健康监督执法机构依法查办。

市卫健委还将针对群众集中反映的热点难点问题,加大对医疗卫生服务的监管力度,规范医疗行业市场秩序,保障人民群众的健康权益。

## 襄垣县下良镇

## 激发农家书屋效能 丰富农村文化生活

文/图 桑佳慧

今年以来,襄垣县下良镇持续加强农家书屋“软硬件”建设,以文化阵地为平台、主题活动为特色、图书资源为依托,积极探索“农家书屋+”模式,让农家书屋“用起来”“红起来”“活起来”,让文明新风吹进千家万户。

以书屋为载体,聚焦“一老一小”关心关爱活动,由村里的非遗艺人传授技艺,让孩子们感受优秀传统文化的魅力。各村级农家书屋不间断组织开展读书阅览海选活动,激发群众阅读兴趣,营造“爱读书、读好书”的浓厚氛围。

乡村振兴既要“富口袋”,也要“富脑袋”。下良镇将农家书屋建设与社会主义核心价值观、农村精神文明建设及新时代文明实践相融合,通过党员干部带头到农家书屋开展理论宣讲、党史学习等,厚植群众家国意识,传承红色基因,赓续精神血脉。

下良镇充分发挥镇文化站图书室、各基层农家书屋作用,



群众在农家书屋里认真阅读书籍。

组织广大读书爱好者、党员干部等群体,开展以“阅读推动未来”为主题的读书活动。

为进一步提高新型农民种植技术,下良镇在青南村、郝村等村开展农家书屋科普大讲堂活动。通过讲解种植、养殖等农业领域相关知识,提升村民对农业现代技术的认识水平,

真正发挥农家书屋普及知识的作用。

通过上述活动,下良镇致力于把农家书屋打造成“文化粮仓”,传递书香、传播文化,让广大村民接受文化熏陶,在心中埋下求知的种子,不断丰富农村文化生活的同时,激发了乡村全面振兴新活力。

## 市友谊小学开展2024年度阳光体育活动——

## 以体育人 助力青少年健康成长

本报讯 记者韦婧报道:为进一步落实“双减”政策,增强学生体质,提高学生健康水平,促进学生身心健康,培养学生勇敢顽强、团结协作的精神,市友谊小学近日开展2024年度阳光体育活动,校园篮球、足球比赛相继拉开帷幕,各班代表队积极参与。

在篮球比赛中,操场上一群身着不同颜色球衣的学生们正挥洒着汗水,他们的脸上洋溢着青春的活力与激情。篮球在空中划出一道道优美的弧线,每一次成功的投篮都会引来现场观看的同学们的欢呼声。各班啦啦队队员们也在场下积极助力,加油声、呐喊声此起彼伏。

另一边,足球比赛也进行的异常激烈,球员们在绿地上奋力拼搏。每一次传球、每一次抢断都充满了技巧与智慧。观众席上,同学们的加油声响彻云霄,为场上的运动员们注入了无穷的动力。无论是场上的运动员还是场下的观众,大家的心紧紧连在一起,共同见证着这场精彩的足球比赛。

阳光体育活动的举行,让同学们感受到运动的快乐,收获了成长与友谊,同时也促进了各班级间的交流。市友谊小学将为学生提供更多展示自我、锻炼能力的舞台,真正让学生“动”起来,以体育智、以体育心、以体育人,提高学生综合素养,促进学生全面发展。



## 今日天气

多云转阴天有小雨,早晨部分地区有轻雾或雾  
2~3级偏东风  
最低气温6℃ 最高气温16℃



中午前后紫外线强度为3级,弱,外出时不需要防护。

## 生活指数预报

穿衣指数为5级,以穿薄毛衣、夹克、风衣等为宜。



晨练指数为5级,不适宜晨练。

## 明日天气

阴天有小雨  
2~3级偏东风  
最低气温6℃ 最高气温14℃