

高原潮涌健身热 全民乐享运动风

——我市群众体育活动发展见闻

□ 记者 李莎莎 沙磊

清晨的格尔木，寒意尚未散尽，儿童公园、奥体广场及各处口袋公园早已热闹起来。伴着晨光与微风，慢跑的市民步伐轻快，太极爱好者动作舒缓圆活，广场舞队伍舞步整齐，孩童在健身区嬉笑奔跑，欢声笑语打破了高原清晨的宁静，勾勒出一幅生动的全民健身图景。如今，运动健身早已融入格尔木各族群众的日常生活，各类体育活动遍地开花，群众体育事业呈现出蓬勃向上、欣欣向荣的火热态势。

我市立足高原特色和民族文化，打造了一系列品牌群众体育活动，全民健身既有广度又有特色。“村BA”篮球赛兼具竞技性与烟火气，既赛出了水平，更凝聚了乡情，成为乡村全民健身的亮眼名片；寒冬时节，冰雪运动会吸引众多冰雪爱好者踊跃参与，大家在冰天雪地里尽情撒欢，让冰雪运动在高原落地生根；岁末年初，元旦环城健步行



活动用运动辞旧迎新，成为全市全民健身的标志性活动；还有民族团结杯传统射箭邀请赛、乡村超级射箭联赛、那达慕大会等民俗体育活动，将蒙古族、藏族等民族传统体育项目与现代健身融合，既传承了非遗文化，又丰富了群众健身选择。

青少年是全民健身的生力军。近年来，我市聚焦体教融合，全力推动青少年体育蓬勃开展。“奔跑吧·少年”系列赛事持续发力，阳光杯青少年足球、篮球、游泳锦标赛轮番上演。全市29所中小学、80支队伍、千余名青少年同台竞技，在赛场上挥洒汗水、磨砺意志，既锻炼了体魄，又培养了团结协作、顽强拼搏的体育精神。与此同时，各类体育公益培训、社会体育指导员志愿服务走进校园、走进社区，手把手指导群众

科学健身。目前，全市社会体育指导员近900名，每千人拥有量高于青海省平均水平，为全民健身提供了坚实的专业保障。

群众体育的蓬勃发展，离不开完善的硬件支撑和政策保障。近年来，我市全面实施《全民健身实施计划（2021-2025）》，持续加大体育设施投入，新建改造城区体育场、体育馆、乡村篮球场、健身步道，打造多处便民口袋公园健身区，实现“步行几分钟即可健身”的便民目标，彻底解决群众“健身去哪儿”的难题。同时，常态化举办迎新年健康跑、职工拔河比赛、羽毛球邀请赛等各类群众体育赛事，覆盖老中青少全年龄段，兼顾竞技体育与休闲健身，让不同群体都能找到适合自己的运动方式。

傍晚的体育场、各个公园，健身热

潮依旧不减。下班后来打球的年轻人、饭后散步的一家几口、组队跳操的中老年队伍……不同的身影有着同样的运动热情，灯光照亮了运动场，也照亮了各族群众的幸福生活。“现在不管是城区还是乡镇，健身场地随处可见，体育活动一场接一场，大家都爱动、爱练，身体越来越好，日子也越过越有奔头。”常年坚持健身的市民秦志博感慨道，全民健身早已不是一句口号，而是融入本地群众生活的日常习惯，成为格尔木最鲜明的城市活力符号。

从清晨的晨练序曲，到傍晚的休闲健身，从城区广场到乡村球场，从传统民俗体育到现代趣味赛事，格尔木的全民健身浪潮一浪高过一浪。如今的格尔木，正以完善的公共体育服务体系、丰富的赛事活动、浓厚的健身氛围，让全民健身之花在高原绚烂绽放，让运动活力赋能城市发展，让各族群众在体育健身中收获健康、凝聚合力，共赴幸福美好生活。

我市举行2026年春季新兵入伍欢送大会

本报讯（记者 赵倩 马俊杰）3月20日，我市在国防教育展示馆举行2026年春季新兵入伍欢送大会，为即将奔赴军营的优秀青年送行，共同见证这一光荣时刻。

市领导胡红梅、扎西南加，市人武部主要负责人，市委宣传部、市退役军人事务局相关负责人及各乡镇（街道）武装干部，新兵家属代表等200多人参加活动。

大会在雄壮的国歌声中拉开帷幕，宣读了格尔木市2026年春季新兵入伍命令，参会领导为新兵佩戴大红花，新兵代表、家属代表先后发言，分别表达了投身军营报效祖国的坚定决心和对新兵的殷切期盼。随后，全体新兵面向军旗庄严宣誓，以青春之名许下强军报国的铮铮誓言。

胡红梅代表市委、市政府向即将入伍的新兵表示热烈祝贺，向支持国防事业的家属和社会各界致以崇高敬意。她指出，格尔木市2025年第十次荣获

“双拥模范城”称号，历来有着拥军报国的光荣传统。希望新兵们铸牢忠诚之魂，锤炼胜战之能，永葆奋斗之志，牢记家乡人民嘱托，强健体魄，苦练本领，努力成为“有灵魂、有本事、有血性、有品德”的新时代革命军人。

大会最后，全体人员齐唱《中国人民解放军军歌》。中国盐湖工业集团、武警支队、市歌舞团等单位还带来了文艺表演，以生动的形式为新兵送上美好祝愿。

仪式庄重而温馨。青年干警依次向各自师父郑重递交拜师帖，以一纸契约扛起传承责任，共践法治初心；以一片赤诚彰显求学之志，践行精进之道。拜师帖递交完毕后现场合影留念，定格薪火相传的美好瞬间。

拜师礼成后，结对师徒代表作表态发言。师父代表郑重承诺，将以身立教、倾囊相授，在业务办案、司法规范、作风纪律上悉心指导，助力青年检察人员迈好职业生涯每一步；徒弟代表表态，将勤学善思、笃行实干，珍惜学习机会，以赤诚之心求真经，尽快提升履职能力。

此次结对仪式，搭建了青年检察人员成长成才的坚实平台，进一步凝聚了刑检队伍合力，推动司法理念传承发扬。下一步，全体师徒将以师为范、以学为基，携手共进、砥砺前行，为检察工作高质量发展贡献刑检力量。

开展宣讲工作，推动乡村全面振兴取得实效。要努力确保粮食安全，持续巩固拓展脱贫攻坚成果，保证农牧民群众增收致富；发挥好党建引领作用，着力打造一批基础设施完善、环境卫生整洁、美化亮化绿化兼具的和美乡村。

市人民检察院举行「师带徒」结对仪式

总书记强调的“一步一步”既是方法论也关乎政绩观

（上接一版）自觉按规律办事，关键在于“透过现象看清本质、把握规律”。规律不以人的意志为转移，却可以被人们认识和运用。对于马克思主义者而言，按规律办事既是一种世界观，也是一种方法论。上世纪80年代，河北正定面临“高产穷县”困局，时任正定县委书记的习近平同志把握经济规律，针对正定紧邻河北省会的区位特点确立了走“半城郊型”经济发展的路子，全县经济由此实现起飞。在浙江工作期间，面对快速发展的义乌与滞后的体制机制之间的矛盾，习近平同志用“给成长快的孩

子换上一件大衣服”的生动比喻，道出因时而进、因势而新的发展规律。

自觉按规律办事，重点在于“把需要和可能统一起来”。在尊重客观规律和现实条件的前提下，要开动脑筋创新思路，寻求二者的最佳结合点，真正做到“既尽力而为又量力而行”。比如，区域发展要“因地制宜、扬长补短，走出适合本地区实际的高质量发展之路”，能源变革要“先吃饱肚子再吃好”，发展新质生产力要“从实际出发，先立后破、因地制宜、分类指导”。

我们的发展，“必须是遵循经济

规律的科学发展的，必须是遵循自然规律的可持续发展，必须是遵循社会规律的包容性发展”。

真正“含金量高”“时效性长”的政绩，从来不是违背规律的盲目蛮干，而是遵循规律的顺势而为、乘势而进；不是急功近利的表面光鲜，而是泽被后世的脚踏实地、务实笃行。自觉按规律办事，“使提出的点子、政策、方案符合实际情况、符合客观规律、符合科学精神”，才能创造出无愧于时代、无愧于人民、无愧于历史的实绩。

新华社北京3月18日电

（上接一版）也有贴合基层实际的具体举措，每一条都与农民群众生产生活息息相关，每一项都承载着大家对美好生活的向往。

赵冬强调，今年中央一号文件主要内容可以概括为“四项重点任务”

“两大支撑保障”，核心就是三句话：农业要强、农村要美、农民要富。格尔木农村牧区情况特殊，需要大家进一步吃透中央一号文件精神内涵，把宜居宜业和美乡村建设、乡村产业提档升级、农民多元增收等部署研究透彻，结

合各村社实际，不断提升农业综合生产能力和质量效益，让乡亲们腰包更鼓、增收路子更宽，让农村更宜居、群众生活更便利。

赵冬要求，要强化体制机制创新，加强党对“三农”工作的全面领导，扎实

开展宣讲工作，推动乡村全面振兴取得实效。要努力确保粮食安全，持续巩固拓展脱贫攻坚成果，保证农牧民群众增收致富；发挥好党建引领作用，着力打造一批基础设施完善、环境卫生整洁、美化亮化绿化兼具的和美乡村。