

江苏省体育局局长殷宝林接受快报专访,妙语解读江苏体育关键词 健身,从每天快走40分钟开始

日前,趁着蛇年新春即将来临之际,现代快报记者组来到江苏省体育局,拜会了省体育局局长殷宝林。我们就普通群众以及体育爱好者所关心的话题,和殷宝林局长进行一次愉快而深入的交流。殷局长不但妙语解读江苏体育关键词,还借快报平台给广大读者拜年:希望大家在新的一年里,养成健康的生活方式,多参加体育锻炼,使自己的身体变得更好、生活得更幸福!

现代快报记者 徐悦 韩飞周游 吕远/文 顾炜/摄

关键词:2012 “江苏体育三方面新突破”

现代快报(以下简称快报):去年,江苏体育在各方面都有一些收获,您能否概括一下去年的情况?

殷宝林:去年,江苏体育在科学发展的道路上迈出了新的步伐。从竞技体育来讲,伦敦奥运会,江苏取得了境外参赛的最好成绩。从群众体育来讲,完成

了重要的基础调研。第一是全省经常参加体育锻炼的人口调查。第二是,国民体质的监测。体育产业方面,江苏体育产业增加值已经占到了全省GDP的0.92%。在国家体育总局的各项表彰中,江苏全部获奖,群众体育排第一,体育彩票排第一,伦敦奥运会贡献排第三,年度突出贡献排第五。

关键词:群众体育、国民体质 “努力建成10分钟健身圈”

快报:江苏很重视群众体育,在江苏省政府工作报告中,提到“70%的城市社区建成10分钟体育健身圈,完成健身步道400公里”,这个指标提出的根据是什么?

殷宝林:去年,我们完成了全省经常参加体育锻炼的人口调查,调查结果显示,成年人中经常锻炼的人有25%。经常参加体育锻炼的人员当中,66%锻炼方式是走路,17%是跑步,两个比率相加已经超过了80%。在江苏省,有1000多万人通过走和跑进行锻炼,所以健身步道的铺建就很重要。对此,省政府很重视,健身步道还被写进政府为百姓办的十件实事中。

我们提出“城市10分钟健身圈”这个概念,依据是因为在调

查中有一条“你愿意在多远距离之内从事体育锻炼?”70%的人选择了1000米之内,也就是步行10分钟的距离。绝大多数人都希望在1000米的距离内有体育设施可供锻炼。

快报:殷局长,您平时做什么体育运动?作为专家,您建议普通百姓做什么样的运动?

殷宝林:我一般会在教练的指导下做肌肉力量康复锻炼,做点有氧练习。普通百姓做运动最简单易行的锻炼方式还是快走。建议大家每天走40分钟,因为一般需要快走半小时以上才会有比较好的锻炼效果。普通人快走的适合标准是每分钟脉搏在100次到110次左右,不要超过110次。



高端访谈

关键词:舜天、南钢 “南钢一赛季毁了两个教练”

快报:上赛季中超联赛,舜天历史性打进亚冠,您怎么解读舜天上赛季的成功?

殷宝林:舜天的成功原因就是遵循了联赛的规律、市场的规律。这个球队只负责打联赛,打全运会的是我们小年龄组的队员。舜天队中江苏的运动员只有3个人,他们可以从我们的梯队里挑选好的队员,也可以直接引进国内外的优秀球员,完全是市场行为。

快报:以往,南钢的成绩不错,但是近年来却跌入了低谷,您怎么看这个问题?

殷宝林:跟舜天不同,南钢既要打联赛,又要打全运会。南钢的队员是我们的专业运动员,占着运动员编制,拿着运动员工资,只是在联赛期间为南钢队打球。

职业联赛和全运会的要求不同、目标也不同。比如,打职业联赛,俱乐部觉得这个教练不行,可以马上就换人。你只要有投入,就可以买到最好的运动员。但从省队来讲,为了全运会,我们要考虑教练员和运动员的建设,考虑人才梯队的衔接,这中间有很多矛盾,我觉得,这是南钢陷入低谷的根本原因。

上赛季中期,徐强下课,南钢要用胡卫东接替。当时我不同意,因为联赛打到当时的地步,换谁当教练都没有用,但俱乐部坚持要用胡卫东,我就说,坚持用胡卫东,那么成绩差不能由胡卫东负责,下个赛季还要用胡卫东。他们当时答应了,可是这个赛季,还是换掉了胡卫东。我想说,一个赛季“毁”了我两个教练,很不应该。毕竟,培养一个篮球教练很不容易。

关键词:体育明星、名牌赛事 “我们的明星非常缺乏包装”

快报:江苏有不少顶级运动员,但是缺少姚明、刘翔、李娜这样的顶级巨星,江苏有没有打造世界顶级巨星的计划?

殷宝林:缺少巨星是江苏竞技体育的一个缺陷。和上海相比,我们的体育明星比较少,这既和项目的影响力有关,也和我们缺少对优秀运动员的包装有关。打造明星的关键是不能靠零散的宣传,要有一个整体的系列的策划,现在我们也缺少这方面的策划人才。当然,江苏还是有一些好苗子的,丁俊晖、侯逸凡、陈若琳、吴静钰都有成为顶级巨星的潜质。

“我希望借助《现代快报》这样一个重量级的媒体平台,向快报所有的读者致以新春的祝福,希望大家在新的一年里,养成健康的生活方式,多参加体育锻炼,使自己的身体变得更好、生活得更幸福。”

——殷宝林

记者手记

体育局长是个“数据控”

“来,请坐!”殷宝林一边招呼着记者,一边倒了几杯茶。我们之间的距离,此刻便拉近了。殷宝林是个不错的采访对象,普通话标准,嗓音浑厚,逻辑清晰,记者的一位同行曾开过玩笑,“殷局长要是去当主持人,肯定会火!”

殷宝林好读书,喜欢引经据典,记者曾听过殷局长对体院运动员的新春讲话,“落红不是无情物,化作春泥更护花。”“天增岁月人增寿,春满乾坤福满门。”这些诗句,他信手拈来。在他的办公室,书柜摆满了各类书籍,办公桌上也放了一大摞。

除了有诗人Style,篮球运动员出身的殷宝林还是“数据控”。一个半小时内,殷宝林讲了30多个精确的数字,因为他一直坚信“数据是基础,有了数据,还要进行分析,才能得出有用的信息,为科学决策提供依据。”



殷宝林局长(右)和快报记者面对面

关键词:奥运、全运 “全运会争四难度相当大”

快报:作为奥运会中国体育代表团的副秘书长,去年您亲自去伦敦“督战”,请问奥运会期间有什么事情给您留下了深刻的印象?对江苏的办赛有什么启发?

殷宝林:我想重点说说办赛。第一,伦敦办赛十分节俭,很多场馆都是临时的。第二,志愿者都是各行各业招集的真正志愿者,不是清一色的青年学生。比如给我们团部开车的几个志愿者,有大学教授,有会计师事务所的老板,也有企业老板。

快报:今年第十二届全运会,江苏的目标是保五争四,在外界看来,这个目标对竞技体育大省江苏来说低了一点,您怎么看?

殷宝林:这个目标是考虑到江苏真实的实力。我们的全运会任务是层层分解,各个单位先自己报,按照报上来的指标看,连第五都保不住。我们业务部门的意见是保五。我考虑如果下指标,还是应该要提争四。毕竟法乎其上,得乎其中。

快报:江苏举办了不少赛事,但是还缺少像F1上海站、上海网球大师赛这样的顶级赛事,您怎么看这个问题?

殷宝林:打造顶级赛事难度相当大。办顶级赛事本身是要贴钱的,需要依托城市来打造。以上海为例,办大赛的投入很大,有的比赛光申办费用就是几百万美金。上海有十个大赛,每个比赛都要投入一个亿人民币。但是办赛给城市带来的综合效益很大,根据上海外宣办的调查,国际主流媒体对于上海报道,有80%是和这些顶级赛事有关,可见办赛事带来的影响力之大。目前,江苏的赛事资金投入都是2000万元左右,还没有过亿的赛事。