

上海全民健身发展 600 指数发布

超半数申城市民经常参加体育锻炼

晨报讯 8月8日是全民健身日,正值我国第二个“体育宣传周”,在昨天下午举行的体荟魔都“全民健身日”主题文化沙龙暨全民健身 600 指数发布仪式上,记者获悉,2023 年上海全民健身 600 指数总分为 486.7。其中,在市民参与方面,2023 年,上海市经常参加体育锻炼人数比例达 50.5%,比 2022 年(50.1%)增加 0.4 个百分点,50 周岁及以上市民经常参加体育锻炼人数比例高于 50 周岁以下市民,60 周岁及以上老年人经常参加体育锻炼比例达 58.8%。

在运动项目选择方面,跑步、健步走、羽毛球、自行车和游泳成为最受上海市民

喜爱的体育锻炼项目,分列第一至第五位。排在第六至第十的运动项目分别是体育舞蹈类、乒乓球、篮球、健身操和力量健美类。

上海市全民健身发展 600 指数由“健身设施”“健身组织”“健身活动”“健身指导”“体质健康”以及“市民参与”六个单项指数构成。据最新发布的《2023 上海市全民健身发展报告》显示,上海市民“体质健康”指数最高,在对全市 23 万多名成年人、老年人体质测定中,体质达标率达到 97.6%,优良率达到 77.8%。同时,上海实现了本市区级体质监测指导中心全覆盖。截至 2023 年底,社区体质监测街镇覆盖率达到 80.9%。

在“运动参与”方面,上海市民经常参加体育锻炼人数比例为 50.5%,投入健身日常工作经费为 31.4 元,市民满意度指数为 83.2 分,比 2022 年满意度指数(82.5 分)提高 0.7 分。上海市民在过去一年对健身组织、健身环境满意度显著提升。

而随着健身场地可获性增加,市民参加体育锻炼的人数比例有不同程度增长。其中,50-59 周岁及 40-49 周年年龄段市民经常参加体育锻炼人数比例上升显著。

在“健身指导”方面,截至 2023 年底,全市共有在册社会体育指导员 63198 名,达到常住人口的 2.5‰,全市在信息化管理

平台注册的活跃社会体育指导员总数超过 4.6 万人,平均年龄 43 岁。

2023 年,上海市各级体育部门牵头举办各级各类赛事活动 18754 场,1122 万人次参与。其中,上海城市业余联赛共举办赛事活动 7895 场,共有 850 万人次参与。

在“健身设施”方面,截至 2023 年底,上海市人均体育场地面积达到 2.6 平方米。2023 年,上海市各区继续推进健身设施建设补短板五年行动计划,新增体育场地面积 251.68 万平方米,各区共完成健身设施重点项目 1888 个。

记者 徐 明

辰山植物园睡莲展明日开幕

一起走入“莫奈的睡莲世界”

七夕临近,睡莲、荷花等水生植物花开正好。8月10日起,辰山植物园“静谧的睡莲世界”睡莲展将精彩呈现 330 多种(含品种)睡莲,其中 14 个新品种首次展出。



多个新品种首次亮相

今年的睡莲展将展示睡莲 330 余种(含品种),其中热带睡莲 180 多个,耐寒睡莲 150 余个。

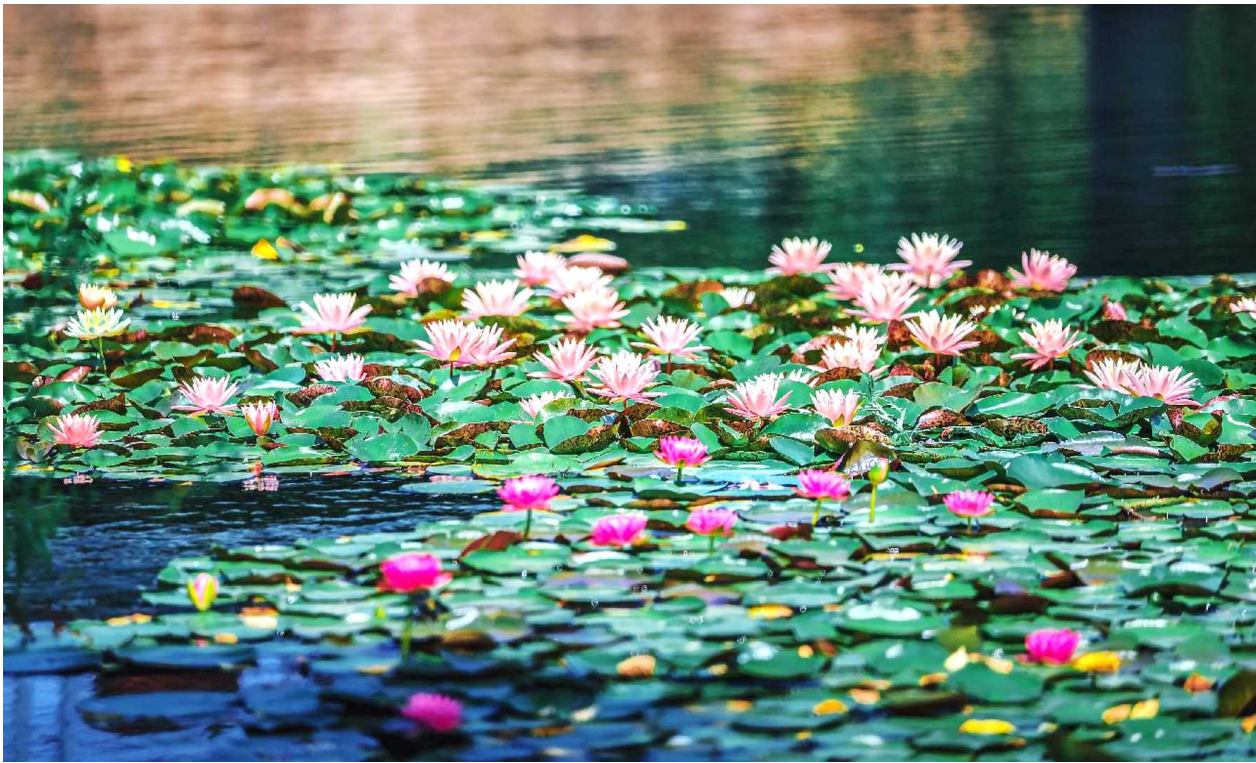
园内,万余株睡莲“漂浮”在波光粼粼的水面上,演绎着科学与美学的交融。今年,辰山植物园特别精选出自主培育的睡莲新品种,以展示该园在推进科技成果转化方面取得的成果,其中首次在辰山植物园展出的品种为“星云”,首次在上海展出的睡莲包括“哈萨巴丁”“红色礼服”“绮丽”“天意”等。

据介绍,“星云”睡莲的花型呈星芒放射状,属于重瓣澳洲睡莲,花瓣细长,淡蓝紫色。此次展出的“星云”睡莲是辰山植物园最新培育并国际登录的新品种。

“哈萨巴丁”睡莲拥有橙红色花瓣,花型呈现星芒放射状;“红色礼服”睡莲是一种来自泰国的热带睡莲,菊花型花瓣呈粉红色,叶片绿色;“绮丽”睡莲同样是来自泰国的热带睡莲品种,花瓣蓝色,星芒放射状,中心深黄色,叶片绿色;“天意”睡莲也是来自泰国的热带睡莲品种,菊花型花瓣蓝紫色,叶片绿色有斑点。

八大展区,浮光掠影

相较往年睡莲展,今年全园新增 3 个展区,共设置 8 大展区,分别为:重瓣展区、山水



展区、莲漪展区、浮光展区、雨溪展区、古风展区、茭影展区以及不染展区。

重瓣展区位于一号门入口林荫广场,特别以“重瓣”为主题,结合七夕节的浪漫氛围,寓意“双重陪伴”,主要展示多个辰山植物园自主培育的品种以及首次在上海展出的品种,展览期间 100 余个睡莲品种将轮番在此区域登场。

位于辰山西湖的山水展区,耐寒睡莲带状分布,长约 600 米,形成一条游客既可近赏又可远观的睡莲之岸,展示百余个红、橙、黄、粉、白等颜色的耐寒睡莲品种,着重突出睡莲群植之美。

莲漪展区位于芍药园的天坑种植池内,种有多种迷你睡莲,同时搭配一叶莲、茭实等水生植物。迷你睡莲小巧的花朵与茭实的巨大叶片形成强烈对比,两者随着池水和微风轻轻飘荡,给人怡然自得的感觉。

浮光展区位于矿坑花园镜湖,湖面倒映着石峰嶙峋的辰山,各种色系的睡莲自西向东从红色调逐步过渡至蓝色调,充分展示了睡莲的色彩之美以及品种多样性。

雨溪展区位于壳斗园小溪,以澳洲睡莲和耐寒睡莲为特色。小溪蜿蜒宛白天开,里面种植了翠芦莉、灯心草、星光草、千屈菜等水

陆两栖的植物,以及葱兰、锦葵科花灌木等,与同色系睡莲品种相呼应,形成以夏秋季为主要观赏季节的生态雨洪小溪。

古风展区位于展览温室 A 馆,以迷你睡莲为主,配以自然枯萎的莲蓬、手工制作的睡莲工艺品以及莲花型香台,采用留白的手法,打造清静禅意的空间,让睡莲走进市民的家居生活,营造顺随自然、归于宁静的生活氛围。

茭影展区位于辰山东湖的德国亭周边,以红色系荷花、白色系睡莲、茭实为主,展示莲科、睡莲科等水生植物在自然界的野生状态,体现水生植物在水体净化、动物栖息等生

态价值。

不染展区位于水生植物园、不染桥,以不染桥为中心,长约 300 米的荷花长廊中,荷花品种错落其中,此处可远眺辰山、近观荷花,营造出接天莲叶之感。

睡莲展期间还将举行讲解与实地观赏相结合的《夏日女神——睡莲》园艺大讲堂;围绕睡莲及湿地植物开展研学活动;多年来备受青睐的“百变萌娃坐王莲”活动以及自然笔记等系列活动。

文/晨报记者 郁文艳 图/辰山植物园

