

# 牛芳: 指导健身十春秋, 受益弟子万余人



今年56岁的安徽师范大学体育学院副教授牛芳,近十年来,利用业余时间服务于体育健身指导,为全省培训健身秧歌、腰鼓近万人次,组织编排各类运动会的开幕式演出10多场。她的教师团队为近百个健身点的健身骨干进行定期培训。她培训的学生团队已走进芜湖市四个县的乡镇、农村进行健身指导。



## 指导万人健身培训

“撒扇、插扇……”皖南医学院校工会举办的健身大秧歌培训班上,特别聘请了健身大秧歌国家级裁判牛芳担任指导老师。

作为国家级社会体育指导员,牛芳就是这样将全民健身工作做得扎实、有序、长效。

今年,芜湖市妇联联合该市体育局,在上届全市妇女健身大赛的基础上,积极谋划2013芜湖市妇女万人健身展示活动,于4月7日、8日、9日,分别完成了镜湖区、南陵县、芜湖县首批3场次800人次健身带头人培

训。本次健身培训带头人就是牛芳教授。培训会分两个环节,第一个环节是理论环节,由牛芳讲授如何科学健身、健身运动的基本规范、健身舞的理论沿革和发展以及带头人如何指导队员健身运动等。第二个环节是实践环节,牛芳现场教授舞蹈《走向复兴》。

## 组织编排精彩演出

2011年,在安徽省健身秧歌、健身腰鼓展示大赛上,安师大代表队就是由指导教师牛芳倾心指导的。比赛中,安师大代表队身着靓丽的民族服饰,面带自信的微笑,以动人的舞姿一展风采,赢得了评委和参赛选手及在场观众的一致好评,荣获一等奖。

2010年在合肥举行的第四届全国体育大会开幕式入场仪式上,最引人注目的就是社会体育指导员方阵。应国家体育总局邀请,牛芳担任教练并进行现场表演。她在接

受媒体采访时说,社会体育指导员亮相,是前三届全国体育大会从未有过的,社会体育指导员的主要工作任务就是让全民健身观念深入人心。

同时,牛芳经过数年调研,先后发表了《秧歌舞运动对中老年女性体质指标和生活质量的影响》、《新农村体育健身工程——秧歌舞社会化机制研究》等专著。 丁秀军 孙同瑞 记者 江锐



## 安徽省卫生厅: 引导参与健身, 提高免疫力

为提高全民健康素质,科学开展健身运动,安徽省卫生厅结合相关卫生工作,积极引导健康行为和健身活动。

一是大力宣传普及传染病、慢性病防治科普知识,增强群众健身防病的意识。省及各地利用广播、电视、报刊等多种形式开展经常性重大疾病防治知识普及宣传活动,进一步提高我省城乡居民健康知识知晓率,群众防病意识得到不断加强;二是通过健康宣传和健康促进活动,引导居民积极参与健身,提高免疫力;三是指导群众科学健身,提高健身效果,预防运动损伤。各级卫生部门结合提高全民健康素养活动、提高妇女儿童健康水平等工作,利用基层卫生服务网络,指导广大群众科学健身;四是加强重点人群预防保健工作,促进健身活动开展。

在做好全省卫生系统健身工作和健康行动部署的同时,安徽省卫生厅及各级医疗卫生机构自发组织和积极参与省级有关部门组织的各项全民健身活动。 江锐 整理

# 安徽体彩观摩团看“阳光开奖”畅游北京

“原来是这样开奖的啊!跟电视里面简直一模一样!”安徽芜湖的体彩业主朱成平看完整个开奖过程后激动地说。

8月10日,朱成平和安徽省另外40名业主、销售员共同走进开奖大厅,亲身经历整个开奖过程,并且现场了解了体彩知识,感受了体彩文化,亲身验证了体彩可信性和真实性。

## 安检严格 程序严谨

8时许,工作人员在每一个人的胸前都贴上了一张准入许可证。随后,在工作人员的带领下,彩民们陆续在安保人员安检下逐个进入开奖大厅。笔者看到,整个入场过程非常严格,除了可以携带横幅、纸币、彩票外,就连硬币和钥匙都不能揣在兜里带入场,所有的物品都被要求寄存。现场工作人员介绍,开奖大厅里的任何人都不能携带通讯工具,就连照相机也只允

许前来观摩的团队携带有限的几部,并且只能在开奖前后进行拍照,一旦开始摇奖,任何人不允许拍照。

开奖之前,工作人员把超级大乐透的真实开奖用球拿到观众席,让大伙亲手体验。看完开奖球后,笔者上台近距离观察了开奖机器。随后,工作人员在摄像机的监视下,从密码箱中取出开奖用球,并由公证人员在同样的摄像监视下打开封条,取出摇奖球。



## 见证开奖 了解文化

当晚,来自安徽的40名业主代表兴致勃勃地来到北京市丰台区的体彩开奖中心。业主代表们通过了解摇奖机、与现场工作人员面对面沟通、接触摇奖用球、观摩直播摇奖过程等,弄清了当晚开奖彩种直播摇奖的整个流程。

7时左右,业主代表被带到多媒体大厅,开奖中心的讲解员热情地介绍了有关体彩发展的文化,以及彩票的发行、公益以及销售增幅数据。听了现场讲解员的详细讲解,业主代表们抑制不住内心的兴奋,纷纷表示要在彩票停售前选几注投注号码带进去看开奖。安徽芜湖的网点业主吴利高兴地告诉笔者:“中不中奖不是关键,拿着彩票现场看开奖感受着氛围才是最让人激动。”

## 开奖简短 激动人心

8时30分,准时进入直播开奖程序。随着导播一声“摇奖即将开始”,演播大厅和直播间顿时鸦雀无声。“10、……3、2、1,开始!”伴着大家非常熟悉的大乐透直播片头音乐,摇奖直播开始了!在看台上坐着的40位业主代表,都仔细盯着正在翻滚的摇奖机,有人还不时看看手中的彩票,每个人脸上都写满了紧张和兴奋。随着

摇奖机的转动,第一个红球摇出来了,第二个红球也出来了……“今天的红色球中奖号码是07 10 21 27 33,蓝色球中奖号码是03 09。”主持人的话语落下后,台上另外两台摇奖机紧接着又摇出了当期的排三、排五的开奖号码。随后,公证员当场宣布本次摇奖公正有效,符合法律程序,整个摇奖过程还不到5分钟。

## 公开透明 开奖真实

安徽芜湖的业主黄书佩激动地说:“开奖时,大家的眼睛都紧紧地盯着摇奖机开出的奖号,观众席上鸦雀无声,每个人都生怕自己的一点点响动影响开奖顺利进行。”

离开开奖大厅后,代表团里的每一个团员都收到一份中国体彩中心提供的礼品袋,里面还有一张《中国体育彩票开奖参观监督证书》。安徽芜湖的体彩业主朱成平拿着工作人员为现场每个人发放的“开奖参观监督证书”激动地说:“回去一定要挂在店内最醒目位置,让所有彩民知道我见证过开奖,今后再遇到有人质疑体彩开奖真实性,我就可以理直气壮地站出来,告诉他们我到过开奖现场,见证了开奖的透明和公正!”

据了解,从2011年7月,国家体彩中心开始推行体彩“阳光开奖”工程,彩民可以到现场观看体育彩票开奖。至今已接待了来自全国多个地区的近百个团体、上万人次,有效体现了体育彩票的公开性和透明度。安徽观摩团走进体彩开奖现场的活动,今后还将继续开展,让更多人见证阳光开奖,支持公益体彩。 胡志雄

**超级大乐透**

特别提示

当前奖池: 19111160.74 元

上期开奖号码: 17、19、20、22、26+06、08

全国中出一等奖 注, 大奖出自 省(区)

大乐透开奖日: 周一、周三、周六