

# 山东劳动职业技术学院文明创建 工 作 简 报

[2017] 第 203 期

山东劳动职业技术学院文明创建办公室

12 月 5 日

## 学院举行喜庆“十九大”柔力球健身操展演比赛



11 月  
29 日、30  
日，由院  
工 会 主  
办 的 喜  
庆“十九  
大”柔力  
球 健 身  
操 展 演

比赛在槐荫、长清两校区举行。学院党委副书记王韶明出席。来自全院各分工会的 13 支代表队伍，以饱满的热情和昂扬的风貌进行了比赛，聘请离退休工作处春燕老师担任总裁判长，8 名学生和各分工会推荐人员担任评委。



王韶明副书记在比赛前致辞表示，举办此次柔力球健身

操展演比赛，是为了展现学院广大教职工努力工作、严谨治学、团结友善、和谐共生的良好精神风貌，进一步巩固学院省直文明单位的创建成果，更好地活跃教职工文化生活。此前各分会高度重视，为在比赛中拿出好成绩积极组织排练。希望通过此次活动，能够促进广大教职工以更加健康的身心状态投入教学科研管理工作中。

柔力球运动是一项新兴的、具有民族特色的体育运动项目，充分体现了中国太极运动的完整连贯、圆润柔和、自然流畅、连绵不断的特点，融入了太极精髓和现代元素，让参与者感受到运动带来的自由舒畅。项目看似简单，实则对技术性要求较高。如今快节奏、“手机形影不离”的生活方式带给人心理和生理上的很多慢性损害，柔力球运动讲究正确的弧形引化，对人的中枢神经机能和思维具有良好的滋养作用。



伴随着《走天涯》的节奏和律动，各代表队整齐着装，集体进

行表演。比赛者将小小的太极球在拍子上甩得忽上忽下，以行云流水之柔、变幻无穷之姿展示了柔力球运动刚柔并济、张弛有度的精神气韵。“迎”、“引”、“抛”一系列动作柔美舒畅，融合了太极的以柔克刚和舞蹈的优美轻盈，展示了教师们积极向上的生活态度。

自今年4月份，学院开始进行本次柔力球健身操展演教练员培训，展演比赛规则强调会员的广泛参与度和男教工会员的参与度，参赛会员人数和男会员人数比例均占较高分值，严格按照统一的动作要领进行，保证了动作的规范和统一。本次展演比赛参与范围广，参与人数多，丰富了教职员工的业务生活，锻炼了身体，减轻了工作压力，增强了团队凝聚力和集体意识，受到广大教职员工的追捧和热议。