

从首次举办到常年不断，社区运动会正在基层生根发芽，茁壮成长

社区运动会开拓发展新思路

社区运动会巡礼

编者按：城乡社区是社会的基本单元，也是广大群众参与体育赛事活动家门口的“赛场”。为认真学习宣传贯彻党的二十大精神，发展以人民为中心的体育，广泛开展全民健身活动，充分发挥群众身边的体育赛事在促进全民健康、增进邻里交往、增强社区认同感等方面的积极作用，在国家体育总局的统筹指导和精心设计上，线上线下相结合、全社会参与、多项目覆盖、多层次联动的“社区运动会”正在全国各地如火如荼地开展。为进一步提高社区运动会的影响力，彰显其重在基层、重在身边、重在多样、重在特色的特性，不搞统一号令、不搞全国性活动、不搞花架子，鼓励城乡基层社区结合实际组织开展各具特色、形式多样的群众体育赛事活动，本报开辟“社区运动会巡礼”专栏，定期刊登各地在开展社区运动会过程中的典型经验、典型做法、典型人物，形成一批可复制可推广的案例，为全国各地提供经验借鉴。今日推出第五期。

本报记者 轧学超

今年，上海市徐汇区龙华街道社区运动会已经是第十届，从初期办赛鼓励社区退休老人（以女性为主）跳广场舞健身伊始，十余年扎根基层，探寻群众喜好，开拓健身事业，如今的龙华街道社区运动会参与人群已经涵盖各年龄段和各行各业，并且进入到拓展各类关系人群、各商业大楼人群的阶段，龙华街道的全民健身事业不断壮大。

2022年第十届“龙华杯”社区运动会别出心裁，举办了“七天七样精彩”线上健身打卡赛，活动创新形式、简单有趣、新颖别致，虽然赛事规模不大、赛程很长，但活动长达七天打卡，无人退赛，将体育竞赛精神贯彻到底。

今年，在疫情防控常态化下，龙华街道根据调研得知，线上赛事往往社区居民的参与度不高、容易弃赛，主要原因包括：一是老年人群不会操作手机错失机会；二是年轻人群对单一的竞赛项目不感兴趣；三是居家不便参赛；四是上班族不愿下载App参赛；五是奖励不足以吸引参赛等。龙华街道结合具体情况，首先确立了办赛方向，在遵循线上办赛原则的基础上，创新竞赛项目，增加趣味性，鼓励全龄参与、全家参赛，再就是用实用新颖的奖品吸引群众参与，以通过赛事活动，在龙华社区营造良好的健身氛围，宣扬体育精神，弘扬体育正能量。

“七天七样精彩”线上健身打卡赛发动了23个居委会和社会体育指导员骨干，鼓励大家带头参赛、带家人参赛、坚持打卡。这克服了社区线上赛群众参与度不高的各种困难。老年人群不会用手机，居委会干部和社会体育指导员可以上门指导、一对一教学；年轻人对一个项目不感兴趣，还有六个项目可选择；家庭成员全部参赛，互相帮助录视频，阖家欢乐共享；奖励丰富、奖品新颖。如此一来，今年的参赛名额秒杀一空，以至于后期社区工作人员只能向群众解释：下次比赛再来。而参与者都在期待中好奇和探究：今天的打卡项目有趣，明天打卡什么呢？后天是什么？太好玩了吧！

太极、广播操、瑜伽、跳绳、五禽戏、毽子操、健身器材，这些日常健身项目，在运动会中不仅能起到健身效果，还能延伸出趣味性、参与性。“七天七样精彩”线上健身打卡赛是龙华街道在新形势下举办的群众性赛事活动，七天打卡，每天都有不一样的精彩。比赛不仅无一人退赛，无一人弃赛，无一人投诉不满，赛事结束后，群众纷纷到居委会，报名要参加下一次线上打卡赛，仅华容居委会一天就登记了二十余人。这样良好的群众参与氛围，令龙华街道大受鼓舞。工作人员表示，今后将继续以线上赛的形式，打磨更多大众趣味赛，提升群众参与度。

五年持续发力 弘扬冬奥文化

本报记者 轧学超

前不久，北京市石景山区第五届“连线冬奥会·再创新骑迹”耐力骑行活动在冬奥公园冠军林举行。经过多年的沉淀，该赛事已经成为推动冬奥文化交流、传承冬奥精神的重要平台。在今天的活动中，共有100余名骑行爱好者身着包含冰雪元素的骑行服，从北京骑行到河北崇礼，用实际行动弘扬北京冬奥精神。本次活动也是北京市石景山区在北京2022年冬奥会和冬残奥会圆满落幕后，举办的首次线下全民健身活动。

石景山区骑行活动已经持续举办五年。过去几年，以骑行活动为主体的冬奥文化宣传极大丰富了群众业余文化生活，在广大居民中营造了人人参与冬奥、助力冬奥的浓厚氛围。本次耐力骑行活动从毗邻“雪飞天”的冬奥公园冠

军林出发，途经清河、延庆百里画廊、后城，最终骑行到张家口市崇礼区的冬奥颁奖广场和“雪如意”高山滑雪赛场，全程共300公里。

近几年，北京市石景山区骑行活动持续发力，为进一步提高广大市民的身体素质和健康水平，倡导大众采用低碳环保的绿色方式出行，石景山区体育总会结合本区全民健身工作实际，同崇礼区体育总会多次合作开展自行车骑行活动，得到了两地骑友的热烈响应。在今年参加活动的骑友中，既有已是第五次参与的老选手，也有首次参加的新人。这些年，大家见证了石景山区全民健身发展的成果，也见证了冬奥会为该区带来的积极变化。大家纷纷表示，希望未来可以参加更多的活动，积极参与全民健身，收获健康与快乐。

据悉，本次系列活动结束后，石景山区体育总会和崇礼区体育总会还将组织更多丰富多彩的全民健身活动，为广大群众搭建健身交流平台，进一步带动更多群众，特别是青少年参与到全民健身运动中。

十年活力传承 办出别样精彩

球、足球基本知识与运动技巧，并结合实践练习与指导，进一步提升学生运动技能。同时，为带动更多人参与到体育活动中来，河南财经政法大学体育系老师和学生还向村民普及了体育舞蹈知识，在专业体育舞蹈运动员的带领下，村民充分感受到了体育舞蹈的魅力，也学会了不少新的舞蹈动作。

在暑期“三下乡”社会实践活动的最后一天，河南财经政法大学体育系老师和学生组织开展了穆营村趣味运动会。运动会设置足球、篮球、体育舞蹈、跳大绳、单人跳绳5个项目，通过体育系学生自主开发的“悦享e赛”平台实现线上自主报名，参与人数达100余人。参赛者秉持“友谊第一、比赛第二”原则，昂扬向上，奋力拼搏，全民健身在村民心中逐渐扎根。

乡村运动会搭建“新桥梁”

裁判员和志愿者培训，再到现场组织、后期宣传总结等，共历时4个月，均由体育系学生主导完成。

结合当地实际情况，运动会设置学生组和成人组。学生组设置个人跳绳、仰卧起坐、立定跳远、高抬腿、跪姿俯卧撑、迎面接力、跳大绳7个项目，参与人数达240人。成人组设置个人跳绳、掰手腕、定点投篮、投沙包、跳大绳、拔河6个项目，参与人数达199人，还有近60位村民和师生参与了运动会开幕式表演。同时，为保障运动会顺利召开，体育系30余名学生在专业老师带领指导下组成裁判团队，提供全面技术指导与志愿服务。

运动会在穆营小学操场举行。在开幕式上，穆营村村民和学校师生带来秧歌、广场舞、歌曲等表演，脸上洋溢着幸福的笑容。在比赛场上，运动员们积极进取、奋发向上，团队项目中各参赛队成员互相配合、共同努力，展现了新时代农村新风尚、农民新风采。这场乡村运动会，为村民搭建了交流沟通平台，促进了邻里和睦、乡风文明，提高了群众的幸福感和获得感。

2021年7月11日，河南财经政法大学体育系老师和学生一行再次前往穆营村，开展了为期七天的暑期“三下乡”社会实践活动。以“教会、常练、比赛”为导向，向穆营村小学的学生讲解了篮

本报记者 王子纯

河南滑县万古镇穆营村是河南财经政法大学的定点帮扶村，近年来，河南财经政法大学结合当地特色产业，充分调动高校师生和校友资源，发挥多方面优势，帮助穆营村实现由贫困村到乡村振兴示范村的转变，村民物质生活水平极大提高。为进一步推动穆营村全民健身活动开展，丰富乡村生活内容，助力乡村体育文化建设，2021年4月30日，穆营村首届运动会暨穆营小学首届运动会举行。

本次运动会由穆营村主办、河南财经政法大学体育系承办。在院系相关老师指导下，体育系学生充分发挥专业优势，将理论知识融入实践活动，从初期村民意愿调查、场地考察、竞赛项目讨论，到开幕式流程设置、报名工作确定、

本报记者 王子纯

2021年3月至5月，北京市首届社区杯八人制足球赛（以下简称“社区杯”）举办，北京市各辖区足球爱好者和社区居民积极参与，全市10个乡、57个镇、78个街道的262支球队报名参赛。在闭幕式上，为了让足球运动更好地延伸到社区发展，建设基层足球培育体系，试点成立了北京市首家街道级足球协会——北京市东城区龙潭街道足球协会。协会由政府监管、社会化运营，探索基层足球发展新路径。

龙潭街道足球协会从去年成立到今年社区杯比赛开幕，每周利用训练活动广泛选拔社区运动员，提高群众参与度，把社区杯有组织地深入到基层社区。通过基层选拔和基层训练，增加了社区足球人口，丰富了居民的文体活动，为更多足球爱好者提供了交流切磋的舞台，竞技成绩也显著提高，全面促进全民健身事业的发展。

在这样的背景下，龙潭街道足协今年筹办了首届“龙潭杯”八人制足球公益邀请赛。赛事广泛动员，涵盖了社区群众、教师、公安民警、应急人员、医护人员、社会工作者、事业单位员工等各基层领域，厚植足球文化的基础。以赛事为媒，建立市-区-街道-社区四级足球文化运动的纽带，同时利用龙潭地区丰富的教育资源建设街道-学校-企业-居民四级全民健身文化运动的纽带，通过足球构建“龙潭模式”示范街道。

「小」球凝聚「大」社区

在河北涿州市，老幼皆宜的冰蹴球广受欢迎。今年6月，涿州市教育和体育局为了更好地推广这一传统体育项目，组织了涿州市首届乡村、社区冰蹴球联赛。此次赛事共分两个阶段，第一阶段以村、社区为单位开展分区赛，第二阶段以各乡镇、街道为单位开展市级赛，共组织了150余场比赛，参赛运动员300余人，参与群众近1000人。

涿州体育总会秘书长庞延军在赛事启动仪式后的培训中，带领大家学习了冰蹴球的发展史和比赛规则，并组织了实战演练和模拟赛。在历时20天的分区赛中，庞延军的足迹遍布涿州辖区的11个乡镇、3个街道、14块冰蹴球场地，行程1000余公里，深入到村民、市民当中进行指导。很多群众从不熟悉这个项目，到能上场参与比赛，竞技水平有了质的飞跃。同时，赛事也丰富了群众业余文体生活，涌现出了一批优秀的队伍，如百尺竿镇、刁窝镇。

截至目前，涿州市已有冰蹴球场地50余块，分布在市所辖44个村、6个社区，基本实现了全季节、全时段、全人群的参与。通过这次冰蹴球乡村、社区联赛，更多当地百姓参与进来，更多人通过运动收获了健康，收获了快乐。



北京市社区杯足球赛决赛。