



# 拓宽空间 小场地凸显大民生

“健身去哪儿”一直是全民健身工作开展过程中的“牛鼻子”问题。近年来，在多方努力下，这一问题已逐步改善，广大群众的关切从健身场地“有没有”转向了“优不优”。日前，国家体育总局印发《2023年群众体育工作要点》，明确提出增加体育设施，利用城市“金角银边”配建嵌入式健身设施，本报选取了拓展全民健身空间的几个案例，以期优化建设体育场地提供借鉴。

## 上海

### 高架桥下“架”起篮球公园

本报记者 轧学超

清晨，在上海市中环篮球公园，不少人正在打篮球。刚刚结束“战斗”的市民沈宏斌说，近年来，在上海，像中环篮球公园这样利用城市空闲区域修建的运动主题公园越来越多，让大家在家门口享受到了“运动自由”。

中环篮球公园坐落于上海市真北路与云岭西路交叉口中环高架桥下，紧邻苏州河畔，由原废品回收站与垃圾清车站改造而成。作为一座融合了室内篮球场、网球场、足球场、轮滑区等为一体的新模式的

城市运动综合体，这里已成为上海高架桥下空间再利用的典型案列。

如今在中环篮球公园，每天都有许多篮球爱好者前来锻炼。“这里交通十分方便，场地条件也很棒，朋友们经常在这里相聚打球。”市民景亮说。球场刚建成时，前来打球的人并不多，随着这块“宝地”被越来越多人发现，桥下球场成为了一道独特的亮丽风景线。

据介绍，作为对高架桥下空间再利用的代表性案列，中环篮球公园在建设过程中为了适应场地条件，动了很多心思。比如，该公园内的篮球场并非都是标准场地，部分只能在宽度上尽可能向

标准靠拢，而在长度上满足三对三篮球的要求。另外，在桥下空间高度较充裕的区域，该公园建的是篷式球场，可根据天气条件选择打开或关上两侧透明的围挡。而在桥下空间高度较低的区域则是露天球场。“中环篮球公园每天上午7时至9时为免费开放时段，每晚10点半后就进入无人化球场模式。夜间时段，部分市民有运动需求，比如加班后想放松一下。因为公园建在高架桥下，不会对居民区造成影响，再采用夜间无人自动化管理模式，正好可以补一下这方面的短板。”中环篮球公园负责人介绍说。

## 开封

### “一渠六河”环城水系成健身好去处

本报记者 刘昕彤

“以前这里垃圾遍地、污水臭气熏天，大家都捂着鼻子过。现在河水清了，两岸绿了，风景美了，生活环境越来越好。”今年68岁的开封市民孔奶奶说，“每天在这样好的环境里打太极拳，锻炼身体，心情好，身体也好。到了晚上，灯光一开，更漂亮，跑步的、健身的、跳舞的、打拳的……各种健身队伍，非常热闹。”

孔奶奶口中的健身好去处是河南开封市“一渠六河”东护城河段的留芳园广场。在过去，这里还是脏乱差的地方。如今护城河在阳光的照耀下波光粼粼。浓密的绿草地上繁花盛开；河边到处是居民散步健身、休闲赏春的身影。这样巨大的变化得益于当地政府实施的“一渠六河”连通综合治理工程。

据了解，“一渠六河”连通综合治理工程是开封市水系总体规划“十湖在

通”工程的重要组成部分，是“百城提质”“城市双修”的重点工程，入选我国第一批黑臭水体治理重点示范城市项目，总治理长度28.6公里，总投资37.5亿元。“一渠六河”包括西干渠和东护城河、西护城河、南护城河、利汴河、惠济河、涧水河，建成后形成1条环城滨水风景绿道、5个城门节点、5个滨河公园、8段绿色滨水岸线，新增绿地面积3000亩。“15分钟生活圈”覆盖面积约38平方公里，惠及居民约50万人。发挥综合效应，生态治理后，不仅水系变得水清岸绿、生态宜居，老百姓也得以走进水系、走近古城，城墙根郁郁葱葱的滨城公园里，人们吹拉弹唱、健身游戏，享受着美好的都市休闲生活，改善了开封老城区居民的人居环境。市民朱浩说：“在这里，骑着自行车顺着城墙领略古城文化，还可以带着孩子来玩滑板、轮滑，环境变好了，人气就更旺了，希望更多人可以感受开封的魅力。”

## 青岛

### 把球场建在大海上

本报记者 李金霞

“带孩子去奥帆中心的海上钻石球场参加过一次亲子飞盘活动，感觉很不错。球场被海包围，风景非常好，晚上灯光也很亮，氛围很好。”“球场的人造草坪相对其他场地比较软，可以穿短钉。需要注意的是由于周围是海，一旦踢球飞出去，需要工作人员捞出来。不过过去海里捞球也算是这里的特色。”在山东青岛，市民口中的这座在全国都算是独一份的海上钻石足球场，风景好、有特色、设施佳，广受好评。

球场的建设地曾是2008年青岛奥帆赛海上颁奖平台，奥运会结束后，这里曾闲置了许久，海上足球场的建造让这些重新焕发了活力。自从球场开放以来，工作日晚上和周末都处于饱和，累计承接了各种运动2000多场，近4万人参与。它还能够在规定时间内实现足球场与其他功能场地的转换，海上飞盘、篮

球、棒球、橄榄球等运动，都可以在这里进行。

球场负责人说：“青岛是享誉世界的海洋名城，还是闻名遐迩的足球城，我们一直梦想着能在青岛的大海上建设一块地标性和特色性相结合的足球场，现在如愿以偿。”这座海上钻石球场是可以四面观海的五人制足球场，于2020年9月开工，10月正式启用。球场建设的灵感来源于新加坡的滨海湾浮动体育场。“我们在青岛观察了很多海边球场，大多是一面环海、三面环山，不算在海上。在奥帆中心发现了这块地方，受尺寸限制，只能建造1块5人制的球场。”球场负责人说。海上球场四周安有围网，不过为了突出特色并没有安装顶网，所以人们把球踢到海里是常有的事儿。球场有工作人员可以帮忙捡球，场边配有划艇，也鼓励踢球人坐着划艇自己去捡，等到了夏天会游泳的顾客游去捡也没问题。



青岛市体育局供图

本报记者 冯 蕾

在浙江杭州临安区，越来越多无人问津的城乡“边角之地”成了热火朝天的运动休闲场所。乡镇村社、楼顶路边、高架桥下、废弃企业厂区等“被遗忘的角落”，如今变成了市民身边“嵌入式”篮球场、足球场、羽毛球场……成为临安市民随时随地进行运动锻炼不可缺少的一部分。

在太湖源镇青云岭区，前来打球的村民你来我往，篮球场上热力四射。然而，几年前，这里还是一片荒废的停车场。篮球爱好者王晓川说：“停车场改成了篮球场，离家十分钟路程，再也

## 杭州

### 嵌入式体育场地盘活“金角银边”

不用跑远路浪费时间和精力了，每天下班之后，约上队友们前来打球，让训练变得更加集中、有效。”

高虹镇位于临安东北，正致力于打造运动休闲小镇。嵌入式体育场地为高虹镇居民提供了全民健身的便利条件。镇上大量闲置楼房、空置区域改建成环溪步道、口袋式健身公园，并配备三大球（足篮排）和三小球（乒羽网）。据介绍，高虹镇打造乡

村“嵌入式”体育场地项目，覆盖受益群众2万余人，已基本形成供给丰富、布局合理、功能完善的“10分钟健身圈”。

锦城街道是临安区政府所在地，寸土寸金，人口集聚，当地鼓励社会力量办体育，发动了辖区内运动俱乐部积极参与嵌入式体育场地的建设工作。当地俱乐部利用临安区青少年乒乓球训练基地3楼层顶的500平方米，

嵌入建设了非标准的篮球和笼式足球，配备了相关器材，形成了一处供给丰富、布局合理完善的嵌入式体育场地，有效满足周边青少年多层次多项目的健身需求。

市民王女士介绍说：“每天放学后，很多附近的中小学生会来到新建的嵌入式体育场打球、踢球，在家门口就能随时感受运动带来的乐趣，孩子们玩得开心，家长们也很放心。”



## 北京

### 空地变身口袋公园

本报记者 顾 宁

对于大城市来说，城市生态空间有限，想要新建一处健身场所并不容易。近两年，北京市通过不断规划设计，市民家门口逐渐出现了一处处口袋公园，群众身边的健身场地变多丰富了。

近日，坐落在北京市永定河引水渠与昆玉河交汇处的滨角园口袋公园正式向公众亮相。家住附近的张先生说：“这里可以说是被公园环绕，有翠微烟雨公园、玉渊潭公园等，但是口袋公园的出现让大家家门口有了锻炼新去处，也让孩子有了新的‘探险地’。”

据了解，该地块原为滨角园码头及配套用房，始建于上世纪90年代。水务部门本着还绿于民、人与自然和谐共生的原则，以“活力水岸，开放融合”为设计理念，在城市中心的方寸间，见缝插针、见缝插“绿”，将这块三角地带打造成一处集生态、休闲、活力于一体

的滨水慢生活空间——滨角园口袋公园，特殊地理位置让其成为一个蓝绿交织、串联景观资源、弘扬水文化的标志性节点。

一走进滨角园口袋公园，可以清晰地看到整个园区划分为三个部分，滨水漫步区、林间活动区和台阶景观区，三个部分相辅相成，体现了公园“林水相依绿洲渡、双河汇聚映红日”的景观主题。开园以来，周边不少居民纷纷前来感受早春时节的沿河风光，或走路锻炼，或活动健身。口袋公园是对较小地块进行绿化种植，再配置座椅等便民服务设施的小微绿地。一处处口袋公园，虽然占地面积小，但都小巧精致、设施齐全。除了海淀的滨角园口袋公园，在东城区、西城区也出现了很多口袋公园。家住东城区李莲说：“现在下楼就有香河园口袋公园，有廊架条椅、蜿蜒步道和花草树木，平时我们散步练习太极拳都有地方了，很安全也很方便。”

## 成都

### 打造楼顶健身乐园

本报记者 王子纯

近日，家住成都市青羊区府南街道的张女士在社交媒体平台晒出一组成都金沙天空森林体育公园的照片，桃红色的运动场馆、绿茵茵的足球场、浅粉色的跑道……她说：“第一次走进这个马卡龙色系体育公园，微风拂来，遥看远处高楼林立，走在上面太舒服了。”

成都金沙天空森林体育公园利用清江中路金沙交通枢纽站停车楼顶层空间建成，总面积约12000平方米，今年3月投入运营，是目前国内规模最大的综合性城市天空森林体育公园，拥有篮球场、排球馆、体适能训练区、五人制足球场、400米健身步道、200米运动跑道、体质监测与运动康复中心、体育舞蹈教室及运动餐饮配套等专业体育设施，并有国家级教练可为市民提供一对一专业运动指导。

成都市青羊区府南街道战旗社

区党委书记宋杨说：“之前社区附近运动场地不足，这次体育公园落户‘家门口’，大家非常高兴。社区将陆续邀约居民组团打卡。”除了惠及附近居民，数条快速公交、常规公交均可直达体育公园，还有地铁4号线、7号线接驳，“城市公共交通+城市体育公园”让群众锻炼更加便利。

日前，该体育公园携手街道社区、社群俱乐部开展了为期两天的社区运动节活动。活动中，不少居民参与了5人足球赛、篮球邀请赛、排球友谊赛等活动，感受在“天空”中运动的魅力。据介绍，今后体育公园将持续与街道、社区、工会、企业联动，为周边企业与居民社交提供一站式服务。

目前，体育公园一期修建完毕，二期建设将在今年暑假开工，还将陆续配套一些小型休闲娱乐场所，让市民在楼宇之间就可享受“美景+美食”露营服务，打造智慧体育样板区。

除署名外均为新华社图片