



“趣味运动会，暖心！”

本报记者 王子纯

“拉紧绳子不放松，咬紧牙关，坚持才会胜利！”近日，安徽省淮北市烈山区举办了多场趣味运动会，居民齐聚一堂，享受健康快乐的“运动大餐”。

在古饶镇半峭社区广场，一场以“快乐健身 你我行动”为主题的趣味运动会如火如荼开展。古饶镇文化站将传统运动的竞技项目和趣味游戏相结合，设置8个比赛项目，分别是滚球进门、鸭子赛跑、单人跳绳、投沙包、夹玻璃球、踢毽子、拔河、集体跳绳。赛场上，古饶镇居民以“趣味交流第一，比赛竞技第二”的原则，乐观“迎战”；赛场下，大家欢声笑语，相互加油打气。

居民纷纷表示，参加这样的活动不仅能激发运动热情，还能愉悦身心。古饶镇南园村居民郝心红大姐连连点赞：“办了这么好的趣味运动会，暖心！”这几年，古饶镇文化

站积极传播健康的生活方式，加强对基层全民健身活动的指导和服务，不断满足社区居民日益增长的体育健身需求。

宋疃镇和村社区的趣味运动会中，社区居民个个精神抖擞、拼尽全力、各显神通，尽情体验滚球进门、套圈、托球跑等趣味项目。“平时都在忙自己家的事，很少有时间跟周边邻居交流，今天借着村里举办的运动会，大家一起玩游戏，不仅锻炼了身体，还增进了邻里感情，感谢村里办的这个运动会。”获得了滚球进门第一名的村民陈翠兰激动地说。

本次趣味运动会是宋疃镇全民健身事业发展的一个缩影，2022年以来，宋疃镇通过举办各类活动，开展科学健身指导，完善健身设施配套等举措，不断提高群众参与运动健身的积极性，营造活力健康、拼搏向上的良好氛围，进一步提升了全镇居民科学健身素养和身体健康水平。

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下，线上线下相结合、全社会参与、多项目覆盖、多层级联动的“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，不搞搞一号令、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16期。

趣味运动聚民心

本报记者 轧学超

为丰富村、社区居民的业余体育文化生活，增强幸福生活指数，推动居民健身活动的开展，北京市门头沟区大峪地区每年持续开展以“全民健身，趣味运动”为主题的运动会，通过推进全民运动，增进邻里之间的友谊与互助，用一个个趣味运动项目拉近邻里之间的距离，培养居民集体意识和团队精神，形成共建共治共享的基层治理共同体。

为了更好地创建全国文明城区，北京市门头沟区大峪地区充分发挥“1+5”联动作用，号召全体居民参与创城，在滨河公园开展了融趣味运动、文明宣传、歌舞表演于一体的运动会，形成了多维度的宣传阵容，经

由参加活动的500位群众的口口相传，创建文明城区的信息迅速传入大峪地区2154个家庭。

简单有趣的运动会不仅达到锻炼身体、愉悦身心的目的，更调动了居民参与社区活动的积极性，这些趣味游戏，让参赛的居民重温了孩提时代的游戏，体验到了运动的乐趣，使社区居民对全民健身有了更深的了解。居民李丛说，社区运动会把大家吸引到一起，增进了邻里之间关系，拉近了彼此距离。

通过举办社区运动会，带动辖区居民群众一起比赛，一起加油，一起欢笑，在互动中沟通情感、增进了解，让邻里关系更加紧密，也让社区生活更加和谐，提升了居民群众的获得感、幸福感和归属感。

当好社区小先生 运动健康一家人

本报记者 王子纯

近日，由上海市宝山共青团主办的全年100场“社区小先生”亲子趣味运动会率先在顾村镇成亿宝盛居民区、罗店镇美兰湖中华园第二居民区热闹开启。在带队老师的引导下，小先生和家长们组队开展了“松鼠大战”“玛丽欧跳跃”“桃花朵朵”等有趣的破冰游戏，每支队伍都起了一个响亮又霸气的名字。

比赛正式开始，在仰卧起坐家庭赛中，小先生在做仰卧起坐的同时，接过家长递送的球，将球放置于篮中。小组队员两两结伴，依次接力完成指定动作，耗时最短的队伍获得胜利。一个球、两个球……亲子配合越来越默契，完成速度也越来越快，气氛十分热烈。风雨人生路亲子赛需要小先生带上眼罩，通过家长的行为指引穿过障碍，慢慢走出崎岖道路。亲子篮球挑战赛中，小先生需

要既当运动员又当裁判员，为相邻队伍统计成绩，不知不觉中感受竞技体育精神，培养规则意识。

2021年起，上海宝山团区委、区教育局创新少先队社会化工作，推出“社区小先生制”，带领“红领巾”走进社区，做社区治理和服务的“小老师”，将社区、学校和家庭紧密联系起来。

“当好社区小先生，运动健康一家人”，此次亲子运动会让小先生和家长们在家门口体验运动快乐，锻炼协作精神，收获伙伴友谊，融洽亲子关系。活动结束后，家长们纷纷在社交媒体发表参赛感想，居民王先生表示：“活动既有意义又快乐，孩子玩得很开心，认识了新朋友，锻炼了身体和胆量。”对社区而言，此次活动也拉近了邻里情，凝聚了志愿者，让社区青春力量动起来。

“趣”运动让生活更美好 社区里飘出幸福味儿

走出家门 乐享运动

本报记者 轧学超

为丰富社区居民体育文化生活，促进文明和谐社区的建设，提高社区居民的生活质量和健康水平，形成全社会共同建设和谐社区的良好氛围，山东省菏泽市成武县体育事业发展中心在南堤社区（聚龙湾小区）举办了成武县南堤社区运动会，150余名社区居民积极参与。

此次社区运动会围绕趣味性、简易性、安全性和运动性等几个方面，设置有单人跳绳、投飞镖、蚂蚁搬家、足式保龄球、沙包

掷准等项目。每项比赛设一、二、三等奖及参与奖。不少参与比赛的市民表示，本届社区运动会举办的一系列趣味体育比赛项目都是市民喜闻乐见的，让闲在家里的人爱上运动，让热爱运动的人享受运动。

本次社区运动会旨在把大家从繁重的生活和工作中解放出来，彻底释放压力，充分享受生活，并使之成为增强社区凝聚力的平台，成为增进社区邻里之间相互了解的渠道，真正把体育赛事办到群众身边，进而推动成武县精神文明建设，促进社区和谐。



复古“潮味”两相宜

本报记者 王子纯

套圈、踢毽子、投壶、冬季射击、沙包掷准……日前，江苏省苏州市姑苏区白洋湾街道领秀金品社区在秀品荟小剧场举办了一场趣味运动会。

现场最热闹的要数投壶场地。在老师介绍了投壶的起源、玩法、规则后，居民对投壶表现出极大兴趣，迫不及待地排队起，准备一展身手。“过去只在电视上见过投壶，以为很简单，但真正做起来还是挺难的，不过很有意思，现场氛围很好。”居民沈美英说。为了激发辖区居民的运动潜能，让辖区居民体验运动的快乐和乐趣，工作人员还贴心地为每位参与运动的居民准备了参与券和小礼品，每参加完一个项目，即可盖上奖章，以作鼓励。

与这场“复古风”的趣味运动会相比，湖南省第三届社区趣味运动会总决赛显得“潮味”十足。现场设置了三人制篮球、趣味飞盘、绕杆跑、足球九宫格射门、摸石头过河5大趣味运动项目，上演

的都是集竞技、互动、欢乐于一体的时尚运动。比赛按照参赛者的年龄设青年组、中年组、老年组三个组别，每个组别设个人全能赛和团体赛。主办方相关负责人表示，社区趣味运动会进入第三年，不断以各种趣味性项目为载体，掀起全民健身新高潮。

上海市杨浦区定海路街道和乐苑社区的趣味运动会也玩出了新意。活动现场除了飞镖、踢毽子、象棋、夹弹珠、滚铁环、扑克等项目吸引社区居民参与外，别出心裁的“垃圾分类模拟赛”格外受欢迎。每个居民可以尝试将写有不同垃圾名称的沙袋投掷到正确的垃圾桶中，这种形式既增添了社区运动会的趣味性，又检验了垃圾分类实施以来的宣传成果，进一步体现了“趣味运动，全民参与”的活动宗旨。

社区居民纷纷表示，从来不是一句口号，趣味运动会是联结邻里的纽带，将彼此的距离在互动中悄然拉近，也提高了居民参与社区治理的积极性。



主办方供图