

办好群众赛事 搭建友谊之桥

王 灿

走出家门去健身,如今已成为越来越多人日常生活中的必需品。不论是独自跑步、健走,还是约上三五好友打球,体育运动能让人收获健康,更能收获快乐。高质量发展全民健身,要修建好群众身边的场地设施,更要举办好百姓乐于参与的健身赛事活动,以此吸引更多参与人到全民健身中,通过体育锻炼获得健康、获得快乐、获得友谊。

根据相关报道,不久前,北京市中关村地区全民健身体育节三人制篮球赛在京举办,来自当地的26支队伍、100余名球员参加了相关比赛。在这些参赛选手中,不仅有来自中国科学院等相关科研院所的科研人员,也有辖区内企事业单位的工作人员,还有新业态新就业群体人员,但是他们都有一个共同点,就是普通百姓。比赛场上,虽然有输有赢,但是比赛场下,大家相互交流。因为一次篮球赛,让他们相聚在球场,通过一场场比赛从彼此陌生到相互熟悉,正是全民健身让他们有了更多交集并收获了友谊。

群众身边的健身赛事活动,能拉近人与人之间的

距离,更能促进人与人之间的交流。同样在中关村地区全民健身体育节上,当地为促进残疾人体育事业发展,推动残健共融,还举办了残疾人家庭趣味运动会,百余位残障人士及其家属参加了运动会,通过一项项适宜他们参与的体育活动带动大家动起来,也通过活动帮助他们结识更多的朋友、收获更多的友谊。

体育具有多元价值,为人与人搭建友谊的桥梁是重要一环。通过全民健身赛事活动结识志同道合的朋友,已成为很多人社交的方式之一。因体育赛事结识有共同爱好的朋友,又因朋友间相互鼓励、促进而更好地参与体育运动,这样的良性循环让更多人爱上全民健身、爱上体育运动。

促进全民健身发展,广泛开展群众身边的赛事活动十分重要。要选择适合大众参与的赛事,以中关村地区全民健身体育节为例,体育节期间开展三大类、近二十个小项的赛事活动,项目涉及足球、篮球、趣味运动会、棋类项目等,可以说上至古稀老者,下至几岁孩童,都能在体育节期间找到适合自己的项目。全民健身赛事活动的开展,其根本遵循就是全民参与,只有通过举办适合各类人群、各年龄段人群参与的项目,才能吸引

大众参与其中,才能让各类人群相聚到赛场共话友谊。

要做好各项组织工作,让百姓有更好的体验感。全民健身赛事活动的参与者虽是普通大众,但是从赛事策划到落地实施,更应该做好各方面工作。小到比赛时间,大到场地设施,每一件工作都应一丝不苟地完成。一项赛事要想长久地发展下去,参赛选手的体验感尤为为重要,良好的体验感会让选手更好地参与到底比赛中,更会让大家对赛事念念不忘,长久地参与下去。

要着力打造全民健身赛事文化。众所周知,全民健身赛事项目丰富,参与人群众多,因此,打造全民健身赛事文化将有助于赛事发展。在这之中,既要注重赛场内,也要着眼于赛场外,特别是要将中华优秀传统文化融于其中,使中华民族最基本的文化基因与全民健身相适应、与现代社会相协调,使其成为涵养社会主义核心价值观的重要源泉。

办好群众身边的健身赛事活动,为大众搭建友谊的桥梁,其根本目的在于促进人的全面发展,以及全民健身高质量发展。百姓通过全民健身收获健康、通过赛事活动收获友谊、通过人与人的交流增进了解,进而为建设和谐、文明的社会凝心聚力。

这就是青春的模样

生篮球联赛中,连续第二年闯入总决赛的广东工业大学,凭借终场前11秒的三分球“准绝杀”,以87比83首次夺得全国总冠军。被“运气”眷顾的曾煜成,投进终场前“价值连城”的三分球,青春的勇气与果敢在这一刻尽显光芒。为报答恩师放弃名校、毅然选择广东工业大学的团队核心陈国豪,经过4年的磨炼和积累,终于用冠军和“最有价值球员”证明了自己的选择,也证明了坚持梦想的意义。

青春需要不畏挫折,勇于挑战。浙江临海回浦中学出战中国高中篮球联赛总决赛,以74比73赢得了比赛的胜利,时隔7年再夺全国总冠军。在去年半决赛输球后,那个强忍泪水、叫喊着让队友别哭的淡厚然,终于在今年总决赛加时赛的最后时刻打进了决定胜利归属的关键一球,带领球队实现了学长们没能实现的梦想,也兑现了在出征仪式上许下的“站上最高领奖台”的诺

言。“百折不回”不仅是球队的口号,更是球队多年来奋斗的精神象征,这些十七八岁的青年用自己的实际行动诠释了青春最靓丽的色彩。

胜利是亮眼的,但比胜利更值得铭记的是无数次跌倒后又爬起的坚持不懈;冠军是高光的,而比冠军更值得喝彩的是千百次从低谷重回高处的艰难跋涉。不管是面对实力强大的对手,还是面对赛场上瞬息万变的形势和被反超时的压力,广东工业大学和回浦中学的青年们都展现出了敢于追梦、永不言弃的拼搏精神。青春的道路不会一帆风顺,成长过程中会收获成功和喜悦,也会面对困难和压力。但山再高,往上攀总能登顶;路再长,走下去定能到达。

恰同学少年,风华正茂;数青年风采,还看今朝。有欢笑、有泪水,不负热血,不留遗憾,这就是青春最美好的模样。

■ 记者百味

本报记者 张晓茹

“请台上的同学拿出气球,谁在固定的时间内吹的最大,肺活量就最高,台下的同学当好裁判。”这是北京星能基金会在甘肃省渭源县第三高级中学举办的“星能基金会助学项目”公益活动中的星能冠军精品课现场,师生互动,冠军参与,这节有趣的体育课吸引了700余名学生参与。

操场上,跳水奥运冠军高敏、自行车亚运冠军姚变娃、世界田径锦标赛竞走第五名罗亚东与学生们亲切互动。在课程中,老师通过有趣的游戏向学生们展示了肺活量、坐位体前屈和跑姿等方面的知识,不仅让学生们们兴高采烈地参与,也给我留下了深刻的印象。这种寓教于乐的方式,让学生们在快乐中学到知识,记忆也更深刻。

星能冠军精品课由奥运冠军亲自示范,国家级体能教授讲解,通过线上的方式传授给学校老师。课程的精彩之处不仅在于奥运冠军和国家级体能教授的教学,更在于活动的组织者、学校老师和奥运冠军都在为了学生而努力。记得活动前一天,高敏还在提醒体育老师掌握好学生防受伤的要领,纠正老师的错误动作。她说:“我深知运动员受伤后的痛苦,希望能给大家提供指导与温暖。”这些运动员不仅在体育领域取得了巨大成就,还愿意把自己的经验和故事分享给年轻一代,搭建实践育人的平台与资源共享平台,帮助他们成长。这种无私的奉献精神深深感染了我,作为一名记者,我应该将这种正能量传递给更多人。这也让我对新闻工作的理念有了更加深刻的认识,从而使我在采访中更加专注、敬业。

这次活动让我感受到了体育教育对学生的重要性。“见到奥运冠军,我倍感荣幸,很感谢他们来到学校指导我们并带来科学的训练方法,我学到了很多,这对我有很大帮助,我会向他们学习,把自己打造得更好。”来自高一八班田径专业的陈文娟兴奋地说。活动当天,日照强烈,天气炎热,学生们始终保持着积极向上的精神面貌。我相信,在这样的体育课堂上,学生不仅能学到知识,还能从中感受到奥运精神的力量,为自己的成长和未来铺垫坚实的基础。

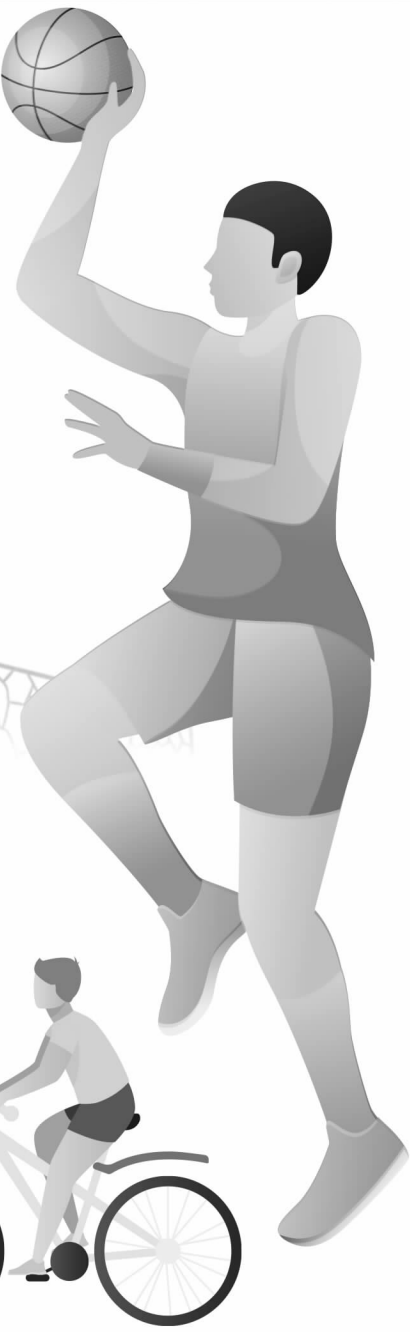
在与学生们的交流中,我体会到新闻报道的力量,为需要的人带来希望和关爱。在信息快速传播的时代,记者的责任和担当愈发重要。我们需要用心去观察生活,用事实说话,传播正能量,为社会注入更多力量。

这次活动之所以给我留下深刻的印象,不仅因为奥运冠军的精彩演示和教学,更因为他们的无私奉献和对体育事业的执着追求。每个人都有自己熟悉的领域和生活,只要从专业出发、从生活出发,像冠军们一样不断努力,为自己和社会创造价值,就可以成为一个更加优秀的个体。作为一名记者,我要不断学习和提高自己,努力发掘更多人的故事,增强自己的脚力、眼力、脑力、笔力。

一堂令我印象深刻的体育课

公益广告

增强人民体质 提高全民健康水平



中国体育报