

云南充分发挥社会体育指导员效能

许珂 安卓

随着全民健身工作的不断深入，人民群众对体育锻炼的需求也日益增长。如今，云南省有越来越多的体育爱好者通过培训加入社会体育指导员行列，积极投身到社会体育指导员志愿服务中，充分贯彻“以人民为中心”的发展理念，通过科学健身指导满足群众体育锻炼需求，助力各类体育项目在群众中的推广，保障各类群众体育赛事活动顺利举行，用实际行动践行“体育为民、体育惠民”。

2023年底，由国家体育总局群体司主办，光明网承办的“奋进新征程运动促健康”2023年最美社会体育指导员暨活力体育组织征集成果交流活动，评选出了最美社会体育指导员、活力体育组织和优秀组织单位。云南省社会体育指导员申丽琼、廖蕾获得最美社会体育指导员荣誉称号，红河州路跑运动协会获得活力体育组织称号。

此次荣获最美社会体育指导员的申丽琼是国家级社会体育指导员，她在当地从事体育教育工作30余年，大力推广田径运动、体育舞蹈、健美操、啦啦操、民族健身操等体育项目，为云南红河州培养了大批优秀体育人才。同时，作为一名国家级社会体育指导员，她通过云南省一级社会体育指导

员培训基地，常年组织社会体育指导员培训。2023年，申丽琼还带领团队参加云南省社会体育指导员技能展示大赛，获得民族健身操一等奖。截至2023年底，红河州共培训了一、二级社会体育指导员3700余名，三级社会体育指导员2000余名。培训项目涵盖了篮球、气排球、足球、柔力球、健身气功、啦啦操、工间操、健身操(舞)、运动科学知识和体育人文知识等，所培训的社会体育指导员覆盖了红河州13个县市。

2023年，云南省全民健身系列活动热潮持续不断，全省各州市的社会体育指导员也积极参与到志愿服务中。在最美社会体育指导员荣誉称号获得者廖蕾的组织下，云南省社会体

育指导中心在省内选取10个社区(单位)试点，开展社区全民健身志愿服务示范活动建设，推动体育志愿服务进社区。

2023年7月底，云南省社会体育指导中心专门组织社会体育指导员，前往德宏芒市三台山德昂族乡冬瓜村开展体育运动进村寨志愿服务活动。每天在村口的篮球场上，社会体育指导员们现场指导篮球、足球、排球，教授孩子们花样跳绳、健美操、啦啦操等多个健身项目，球场上欢声笑语，热闹非凡。社会体育指导员针对不同年龄段人群，进行不同项目指导，传授最新推广的脊柱健身操，入户开展健康知识宣讲，以多种形式向当地村民传递

健康理念。廖蕾介绍说：“村民对健身知识的渴望，让我更加感受到一名社会体育指导员身上责任的重大。今后我们会延续类似的活动，多往村寨跑，服务更多有需要的群众。”

截至2024年1月15日，云南拥有各级社会体育指导员约14万名，达到全省每千人拥有社会体育指导员2.92名。遍布全省各州市的社会体育指导员们，深入基层开展各项志愿服务，彰显了社会体育指导员的科学健身引领示范作用，帮助人民群众提高健身技能，不仅丰富了全民健身内涵，也使得科学健身理念深入人心，为云南构建更高水平的全民健身公共服务体系贡献了力量。



黑龙江绥芬河多轮驱动激活冰雪经济

高研

黑龙江省绥芬河市充分发挥口岸地缘优势，亮出“中俄风情”城市名片，打造冬季旅游核心产品，以“冰雪+文化+旅游+赛事”多轮驱动助推冰雪旅游高质量发展，积极营造“全域旅游无淡季”的浓厚氛围。

强化顶层设计，打造冰雪经济发展新高地

推动冰雪经济高质量发展，关键靠人，重在执行。绥芬河市切实把党的政治优势、组织优势转化为冰雪经济优势，强化顶层设计，超前谋划实施，成功入选黑龙江省十条春节旅游精品线路和十大必住营地，为发展冰雪经济奠定坚实基础。组织召开冬季旅游“百日会战”推进会议，制定推出《冬季冰雪旅游“百日行动”实施方案》《绥芬河市引客入绥旅游奖励办法》等系列政策，对食、住、行、游、购、娱传统文旅六要素“把脉问诊”，逐一破解供需矛盾，全面备战新雪季，全要素全链条全领域做好“冰雪+”文章，充分释放冰雪经济新活力。统筹联动文旅、公安、市场监管、交通等部门开展公共交通环境、购物住宿环境、旅游消费环境等方面专项整治行动，形成责任部门联动护航，市民游客安心畅游的良好工作格局。

打造赛事经济，激活冰雪体育消费新动力

体育运动向来是现代文明的重要标志，冰雪运动更是占据了现代体育运动的“半壁江山”。绥芬河市坚持“政府主导、部门联动、市场运作、社会参与”的原则，结合边境口岸地域特点和中俄交融文化优势，精准策划符合绥芬河市情的冰雪赛事活动，先后举办第八届中俄体育大会暨2024冰雪嘉年华中俄体育系列赛(包含中俄青少年羽毛球赛、“一带一路”第五届中俄青少年篮球邀请赛、中俄青少年空手道

比赛和中俄青少年跆拳道对抗赛)，2024冰雪嘉年华首届中俄滑雪友谊赛、“奔跑吧少年”牡丹江市青少年冰雪运动会暨牡丹江市速滑分站赛(绥芬河站)、“全民健身大拜年”活动、雪地足球赛、雪地赛车漂移等各类社会参与度高、具有民间特色的群众性赛事活动，吸引中俄青少年运动员1600余人次，将群众对冰雪赛事的热情转化为发展动能，以冰雪运动做活冰雪经济，不断培植打造新的经济增长点，切实把体育比赛带来的“人气”转化为真金白银的“财气”。

供需两侧发力，打造冰雪文旅消费新引擎

统筹谋划，精心设计，以“银龙尽舞 极境边城”为主题，借助黑龙江省举办第九届亚冬会有利契机，将冰雪“产业链”和“市场面”做实做大，拉动冰雪经济增长。打造全要素冰雪旅游体系，壮大冰雪装备展销中心规模，浇筑万平滑冰场，建成冰雪欢乐谷，改造升级森林公园滑雪场，将冰雪资源与儿童娱乐、运动休闲、美食小吃、钓鱼采摘等旅游要素有机结合，组织相关企业开展雪地电音、雪地蹦迪、烟花表演等活动，吸引了越来越多的国内外游客、冰雪爱好者参与其中，滑雪场和冰雪欢乐谷日均客流量达到500余人次，促进就业增收，助推冰雪经济。突出文旅产品优势，充分发挥中俄风情文化演艺的牵引带动作用，举办“龙腾虎跃迎盛世 百年口岸绽春晖”中俄文艺演出、“冰天雪地 美好生活”群众文艺演出、冬之韵中俄摄影展、冰雪画展等文化艺术活动，优化冬季旅游和研学精品线路供给，组织100余名俄罗斯“小套娃”来绥研学。强化宣传推介引流，通过在传统媒体推介旅游资源、文旅局官方抖音“整活儿”等形式，不断加大宣传推广力度，绥芬河冬季冰雪品牌已深入人心。

**张军 史文平**

随着日前山东省青少年U系列激光射击比赛在青岛艾斯射击俱乐部顺利举行，激光射击这一便于全民参与尤其是适合广大青少年参与的健身运动项目在山东终于从之前的运行分散、标准不一、各自为战的状态，进入到由山东省射自中心、山东省射击协会主导的有组织、系统化、规范化开展的全省性全民健身项目。在这个冬季，激光射击为山东的全民健身活动增添了一把炙热的火。

“激光枪射击不会产生枪声或后坐力，更加适合青少年和喜爱这项运动的人参与，并且在提高专注力、矫正身体姿态、锻炼视力、增强体质，以及培养自控、自信、沉着果断等良好心理素养等方面对青少年大有裨益。这些都是学校、家长、孩子易于接受的原因。”山东省射击自行车运动管理中心纪委书记韩华介绍说。

据了解，激光射击在山东的普及推广已经具有了相当规模。目前济南、德州、滨州、青岛、临沂、烟台、泰安、淄博、东营、聊城、菏泽等11市均

开展了青少年激光枪射击项目，其中少数是在学校内开展，大多数是依托激光枪射击俱乐部开展相关培训活动，有的市激光枪射击俱乐部已辐射到区、县。俱乐部自备器材设备，配备教练员，通过进校园开设激光枪射击公益课等形式，普及推广激光枪射击项目。

据韩华介绍，目前山东已在100余所中小学开展了激光枪项目进校园公益课，均受到学校领导和学生的热烈欢迎。公益课之后，有的学校成立了学生射击社团、射击兴趣班，校园射击队，还有的学校专门腾出空间设立了激光枪射击训练场地，更有许多学生直接进入激光枪俱乐部接受进一步的射击训练，越来越多的青少年参与到这项运动中，为全民健身赛事活动的开展奠定了人群基础。在部分市激光枪射击项目现已不仅仅局限于校园，正在向全民健身和国防教育方面延伸。济南市激光枪俱乐部在社区开展公益课讲座活动，青岛市激光枪

激光射击，山东火起来

俱乐部开展全民健身月亲子射击比赛活动，更多俱乐部进入校园利用激光枪为学生们开展国防教育活动。

从山东省首届U系列激光射击比赛参赛规模看，比赛不仅吸引了来自全省各市体校的运动员，还有各地中小学、俱乐部共35支队伍、近400名参赛人员，最小的孩子仅有7、8岁。因其安全性及对青少年身体锻炼价值，众多家长也乐于陪伴孩子来到美丽的青岛，欣赏一场属于孩子们的欢乐盛会。

“我们未来会通过省射击协会不断打造这样的全民健身赛事平台，让更多的人参与进来，进而带动更多的青少年参与，不仅能让更多孩子通过激光射击锻炼体魄和意志力，也能从中发现、发掘能够从事射击运动的好苗子。”韩华说。

以人民为中心，办人民满意的体育，山东省首届青少年激光射击U系列比赛由此而来。这仅是个开始，激光射击，正在齐鲁大地火起来。

广西优秀运动队冬训体能大比武

关安婷 徐哲

临近春节，广西优秀运动队掀起了训练热潮。近日，自治区体育局江南训练基地综合训练馆篮球馆内的冬训体能大比武现场，加油声、欢呼声此起彼伏，参加比武的运动员在各项体能测试中奋力争先，教练员和现场裁判在一旁指导、打气，比武气氛浓厚热烈。

当天举行的广西优秀运动队2023—2024年度冬训体能大比武参照国家运动队体能测试项目，选取了大腿中部拉、折返跑、无摆臂纵跳、30秒功率自行车、1分钟引体向上、直线30米冲刺、2000米划船机等七个项目测试。这些项目将对运动员核心体能素质的最大力量、爆发力、耐力、速度、灵敏、无氧能力、有氧能力水平进行综合考察，全面客观地评估广西各运动队运动员的体能状况以及冬训期间的体能训练效果。

广西体育局党组高度重视体能训练，要求各运动队强化体能，牢固树立以体能补短板、防伤

病、提技能、强作风的鲜明导向，积极营造“以比带练、以比促练、比练结合”的备战氛围，充分展现冬训以来狠抓体能的成果。据了解，此次体能测试结果全部是快速便捷的数据化体现，比以前的人工计时、记录要精确得多。这些测试项目和指标涵盖了各专项所需的运动表现、损伤预防的体能素质，既可了解各专项运动员阶段性的体能状况，后期亦可为各专项运动员所需体能素质能力建立基线和模型，给提高专项体质提供参考，为参加全年各项比赛取得好成绩奠定坚实的体能基础。

广西重竞技运动发展中心57公斤级自由式摔跤运动员刘明瑚告诉记者：“这次冬训在体能训练上的功夫比较大，通过体能大比武能发现自己的短板，以便在随后的训练中加以弥补，在年后有个较好的状态去参加比赛。”

据介绍，自治区体育局7个运动发展中心460多名运动员参加此次体能大比武，为激发运动员参与积极性，此次体能大比武不仅对单



项测试前八名和综合评分前八名进行奖励，还设置了团体奖，表彰运动员成绩突出的运动项目发展中心。

山东滨州“安康”体育大集赶出年味

本报讯 近日，山东省滨州市“安康”体育大集暨第七届冬季全民健身运动会启动仪式在滨州经济技术开发区举行。

本次“安康”体育大集以“体育让家庭更欢乐、健身让城市更文明”为主题，将“赶大集”作为体育新节会，搭建了体育融合发展新平台。第七届冬季全民健身运动会必将成为体育和文化、旅游产业联动发展的“重要纽带”，成为增进友谊、促进交流、共谋发展的“金色招牌”，必将浓墨重彩书写滨州市体育事业高质量发展的崭新篇章。

本届体育大集包含体育文化、体育展演、体育产业、体育赛事、体育服务、体育互动等板块。开展体育健身项目推介、健身项目展演、体育协会组织推介展示、趣味体育项目体验、体育产业展示等活动。本届运动会共设置项目16个，其中

个人项目有单板大回转、双板大回转、雪地托球跑、滑雪车竞速、雪地飞盘九宫格、足球飞镖、雪地迷你马拉松、雪地滑步车；集体项目有雪地掷沙包、雪地气排球、雪地五人制足球、雪地拔河、香蕉船竞速、与时俱进、俄罗斯方块、车轮滚滚。

(张军 王强)

江苏广场舞春晚展水乡韵味

本报讯 为积极响应国家体育总局号召，丰富人民群众在2024年新春期间的体育文化生活，提升群众的获得感、幸福感，2月3日，2024年全国全民健身大拜年活动暨首届江苏广场舞春节联欢晚会在南京举办。

本次晚会以“体育大拜年、健康迎新春”为主题，汇聚了各设区市的多个优秀广场舞团队，展演了一系列既具有地方特色，又富有时代气息的精品节目。首届江苏广场舞春晚立足江苏文化特色，以江南水乡韵味、苏北民俗民风作为选拔节目的出发点。晚会以展现幸福生活和家乡特色的广场舞为主，兼有京剧、相声、锡剧等经典表现形式，也有杂技、变脸、魔术等极具观赏性的高难

度节目。举办以广场舞为主题的春节联欢晚会是江苏省广场健身舞运动协会多年来坚持推广公益培训的成果展示，也是省广场健身舞运动协会丰富广场舞内涵，推动文体惠民的新尝试。通过活动的举办，为全省各地优秀广场舞团队、骨干搭建以舞会友、展现自我的平台，营造喜庆祥和的节日氛围和浓厚的全民健身氛围，进一步增强全省广场舞爱好者的参与感、获得感和幸福感。

本次晚会由江苏省广场健身舞运动协会主办，由江苏省发展体育基金会、江苏省品牌学会、江苏广电总台教育频道支持，由圣美伦(南京)香水有限公司赞助。(刘敏)

江苏社区运动会滑雪比赛摸底教练水平

本报讯 “第十届全国大众冰雪季”暨江苏省社区运动会双板滑雪(社会组)锦标赛日前在太仓举行。

共有来自南通市华航滑雪场、徐州启迪乔波滑雪场、江苏雪枭俱乐部等单位教练员组成的8支代表队共计230多名参赛学员参加了男女双板大回转比赛。经过激烈角逐，最终评选出优秀组织奖队伍8支，体育道德风尚奖队伍3支。

此次赛事主要目的是对各设区市场馆俱乐部教练员团队，进行一次全面技术

技术及素质方面的摸底及考核，带动更多冰雪爱好者参与到冰雪运动中。同时，巩固和扩大“带动三亿人参与冰雪运动”成果，推动江苏省冰雪运动高质量发展，也为2028年第十五届全国冬季运动会(竞技和群众组)人才选拔奠定基础。

赛事由江苏省体育局、江苏省体育总会主办，江苏省体育局冬季运动管理中心、江苏省冰雪运动协会、太仓市文体广电和旅游局等承办。

(张昕 刘敏)