破解“健身去哪儿”难题 学校场地开放共享

江苏省盐城一小学生们在打羽毛球。

本报记者 **刘昕彤**文/图

解决“健身去哪儿”难题，推动学校场地开放至关重要。在暑假、课余等闲时时段开放学校场地，不仅可以提高场地使用率，还能方便周边市民，推动更多人加入到全民健身的行列中。

暑假期间，温州市第十七中学的校园里陆续有市民带着大包小包的运动装备进入，校门口两名保安正在引导市民扫码。“很方便，提前预约扫码就可以进。”当地市民说。依托温州体育的“百姓运动码”小程序，市民可以在“校体开放”板块轻松查阅到附近的学校开放信息，实名预约后即可扫码进入。196所开放的学校都在小程序中，每一所都清楚地显示了学校现有的场地和设施数量，以及学校的总人流量和当日人流量，市民还可以在小程序上反馈与报修。

该校相关负责人介绍，学校每天上午五点半至八点半、晚上六点至九点对外开放，开放时间结束前15分钟，学校会通过广播提醒市民及时离场。据介绍，学校专门配备了安全员、管理员和社会体育指导员等，为进场的市民服务。

“学校开放真的是太好了，从家里走过来只需要几分钟，孩子每天晚上到点就到学校锻炼，不在家玩手机了。”市民吴先生的孩子是温州市南浦实验中学春晖校区的学生，他每天和孩子一起来学校锻炼，他指着不远处篮球场上打球的孩子们说：“他们班里几个同学自己组了篮球队，每天晚上约着来自己学校打球。”

操场上，还有市民自备了羽毛球拍和跳绳等运动器材在空地上锻炼。在十七中的操场上，马上升入九年级的林同学正和父母一起练习实心球，林同学说：“九年级就要体育中考了，我准备选实心球作为考试项目，所以自己带球来训练。”截至8月底，温州百姓运动码“校体开放”服务场景已服务9万余人次，大大方便了周边市民的健身需要。

在江苏盐城，按照当地政策，具备开放条件的公办中小学校体育场地（馆）实行“全面开放，应开尽开”。盐城有467所学校体育场地设施向社会开放，占学校总数比例达81.3%。盐城市第一小学在2019年就面向社会公众分时段、免费开放了田径场和室外篮球场，也对学生在非教学时间开放了室内的趣味运动馆。暑假期间，六年级的王鑫鹏几乎每天都和朋友约着来学校打球，妈妈骑电瓶车接送他只需要5分钟。“这里离家近，是室内场馆，场地环境好还不晒，我几乎天天来。”王鑫鹏说。

与学校一路之隔的南苑社区居民也因为盐城一小的场地开放解决了锻炼的“老大难”。社区党委副书记倪小军说：“南苑社区下辖8个老小区和2个新小区，在盐城一小开放以前，8个老小区只有一个篮球场，居民想跑步和健步走只能去马路边上。”盐城一小的体育设施开放后，很大程度上缓解了老小区居民们锻炼难的实际问题。“大家的反馈特别好，居民的健身效果有很大提升。”

在云南昆明，“丰富公共体育设施”是昆明市政府2024年的10件惠民实事之一。暑假期间昆明市首批39所中小学校的体育场馆试点向社会免费开放，方便市民就近锻炼，也是探索以共建共享方式解决体育服务供需矛盾的尝试。

“在公路上跑步不安全、在小区里又太狭小、去健身房收费偏高，现在能去小区旁边的学校里锻炼，既安全又方便。”在金康园小学同德校区校门口显眼地张贴着开放政策，金星小区居民李维熟练地站在人脸识别装置前，屏幕显示其个人身份信息无误后，他得以进入学校体育场开始锻炼。

“我为这个政策点赞。”李维说，“学校体育设施对外开放真正实现了‘15分钟健身圈’的梦想，希望以后不只是暑假开放，平时双休日也能开放，让我们上班族有个便捷的休闲锻炼之处。”

如何确保校园安全？据了解，昆明市充分运用了数字技术赋能全民健身，在试点学校均安装或调配人脸识别通道闸机，与后台预约App小程序对接联通，市民在平台实名登记认证并预约学校体育场地（馆）后，方可进入学校开展健身锻炼。此外，学校也加强了巡视指导，全面把好安全关口，在开放之前对运动场地进行了全面的安全隐患排查，并对教学区域和运动场开放区域做了安全隔离和警示区域标识。同时针对安保人员加强业务培训，建立本校体育场馆设施向社会开放工作制度和安全保障机制。

“冰轮之星·滑起来”系列赛事省级挑战赛收官

本报讯 由中国滑冰协会主办的2024全国“冰轮之星·滑起来”系列赛事活动省级挑战赛（黑龙江站）日前在黑龙江哈尔滨市呼兰区冰上运动中心举行。

作为黑龙江赛区的核心赛事，本次省级挑战赛汇聚了牡丹江、大庆、七台河、讷河、加格达奇5站城市英雄赛中各组别前8名优秀运动员参加，他们通过城市英雄赛激烈的竞争获得了本赛区省级挑战赛的参赛资格。

“冰轮之星·滑起来”是中国滑冰协会于2022年发起的“星火计划”中的一项系列赛事活动，旨在以速度轮滑项目为基础，充分发挥冰轮赛事杠杆作用，深入落实全民健身国家战略，不断完善青少年健康促进体系和体育后备人才培养体系，带动青少年学校冰轮运动的蓬勃开展。

比赛当天，哈尔滨市呼兰区冰上运动中心内气氛热烈，青少年运动员们在冰面上展现出了高超的技艺和顽强的拼搏精神，精彩的滑行赢得了观众的阵阵掌声和欢呼。比赛不仅考验了运动员们的专业技能，更体现了他们面对挑战时的勇气和决心。

本次赛事展现了黑龙江省冰雪运动的深厚底蕴，为扎实推动黑龙江省冰雪运动发展和后备人才储备，不断为黑龙江冰雪运动发展乃至全国冰雪运动发展发挥应有作用。

（傅潇雯）

中国冰球协会青少年训练营北京站闭营

本报讯 2024年中国冰球协会青少年训练营北京站（男子U14）日前在北京世纪星国际冰雪运动中心闭营，来自全国各地的54名14岁组别的男子青少年冰球运动员们结束了为期10天的训练营生活。

本次中国冰球协会青少年训练营采用了3+4+3的赛训模式，前3天与后3天为针对性教学训练、冰球理论知识及文化学习，期间设置4天12场国际冰联新规下的小场地“三对三”比赛，通过“赛训结合、以赛促练”的形式提升参训营员身体素质及基本技术动作的规范性。

本次北京站男子U14的小营员们在中国冰球协会选派教练团队的悉心指导下进行了冰上技能与身体素质的各项测试，以及滑行、传接球、射门、团队配合的各项训练。4天“三对三”的比赛激发了参训营员积极进取的训练热情，教练团队还组织小营员们观看赛后视频回放，进行技战术分析，使营员在体能、个人技术、冰球意识等方面都得到了全面的提升。

青训营北京站的活动丰富多彩，参训营员们参加了营养及反兴奋剂教育的学习，进行了冰球小将心理课程的培训，还参观了中国航空博物馆。

通过训练营的生活，小营员们不仅在冰球技艺上得到提升，还收获了快乐、自信和友谊。下一站，2024年中国冰球协会男子U12青少年训练营将于9月28日至10月7日在黑龙江省佳木斯市举行。

（傅潇雯）

北京延庆区融媒体中心供图

全国滑冰U系列中学校际联赛举行——

青春在冰场激扬

本报记者 **傅潇雯**

冰面上，短道速滑小运动员们身着色彩鲜艳的队服，佩戴着专业的护具，犹如一道道闪电般飞驰而过。他们时而疾驰如箭，时而巧妙变线，展现了娴熟的滑冰技巧和顽强的拼搏精神。现场观众被运动员的精彩表现吸引，每当有运动员完成一次漂亮的超越或冲刺时，场边都会有阵阵热烈的掌声和欢呼声。

这是近日在北京市延庆区冰上项目训练基地进行的2024-2025赛季全国滑冰U系列中学校际联赛短道速滑比赛的场面。作为已经连续举办4年的传统品牌赛事，本赛季共设4站比赛，前两站均设在北京市延庆区，赛事设有U17、U15、U13、U11四大组别，来自北京、上海、吉林、黑龙江、内蒙古、山东、新疆等地的青少年运动员同场竞技，每站比赛有700余人参赛。

为确保赛事的顺利进行，赛事组委会制定了周密的赛事组织方案及安全工作方案。在场地布置、安全保卫、医疗救护、接待服务、后勤保障等各方面精心筹备，为参赛运动员和观众营造了优质的赛会环境。同时，本次赛事还进行了全程实时直播，提升了赛事的关注度。

作为本次赛事的举办地，延庆区始终践行“绿水青山就是金山银山”的理念，将发展体育事业与促进生态文明建设紧密结合，通过申办和举办国内外高级别冰雪赛事，带动更多群众参与冰雪运动，展现了其在冰雪运动领域的深厚底蕴和独特魅力。延庆区不断加强青少年冰雪项目后备人才队伍的建设，巩固和扩大“三亿人参与冰雪运动”成果，推动群众冰雪运动持续发展。

该赛事由国家体育总局冬季运动管理中心指导，北京市体育局支持，中国滑冰协会、中国学生体育联合会主办，北京市延庆区体育局承办。据悉，第三、四站比赛将分别在吉林省、黑龙江省七台河市举行。

青少人物

陈曦落：小小飞行员的翱翔梦

本报记者 **冯 蕾**文/图

7岁的陈曦落心中藏着一个飞翔的梦——室内跳伞（风洞）运动。这个梦想如同一只即将展翅高飞的雏鹰，引领着她不断探索、勇敢前行。陈曦落是北京市西城区奋斗小学一年级学生，在近日举办的2024北京室内跳伞基础飞行挑战赛中，获得基础飞行青少年组冠军。

与风洞结缘源自一次偶然的电视浏览。在一个体育节目中，室内跳伞（风洞）的壮观画面瞬间吸引了陈曦落的目光。看着那些运动员仿佛拥有翅膀一般，在强大的气流中自由翱翔，她被深深触动了。“我也想像小鸟一样，在空中自由自在地飞！”这份纯真的向往，成了陈曦落踏上风洞运动之旅的起点。

第一次踏入风洞的那一刻，陈曦落的心情是复杂的。面对未知的挑战，她难掩紧张与害怕，担心自己会一不小心失去控制。然而，当那股强大的力量将她托起，让她真正体验到飞翔的感觉时，所有的恐惧瞬间烟消云散，取而代之的是前所未有的兴奋与快乐。那一刻，她知道，自己找到了真正热爱的事情。

在初学阶段，陈曦落遇到了不少挑战。内心的恐惧、对技巧的掌握不足，都曾让她感到挫败。但幸运的是，她遇到了经验丰富的风洞教练梁强，在教练的耐心指导下，陈曦落一步步克服心理障碍，通过无数次的尝试与练习，逐渐掌握了基本飞行的方法。她的勇气与坚持，让她在风洞中越飞越稳，越飞越自信。

对于陈曦落的选择，家人给予了无条件的支持与鼓励。他们深知这项运动的不易，但也相信女儿的潜力和热爱。

在风洞的世界里，陈曦落还遇到了志同道合的朋友——金宝。两人一拍即合，决定共同挑战男女混双造型。他们有着共同的梦想和目标，那就是像奥运冠军组合那样默契配合，为国争光。在共同学习的过程中，他们经历了许多趣事和困难，但每一次的相互鼓励与帮助，都让他们的友谊更加深厚，技艺也更加精湛。最终，在本次比赛中，陈曦落与钮泽源成功完成了双人造型动作，获得季军。那一刻的喜悦与成就感，是任何语言都难以形容的。

对于未来，陈曦落充满了憧憬与期待。她说：“希望能够继续在风洞运动的道路上坚持下去，不断提升自己的技能与水平。梦想着有一天能够进入国家队，代表中国参加国际比赛，为国争光。”同时，她也希望通过自己的努力，让更多人了解并喜欢上这项运动。

陈曦落的父亲说：“这项运动不仅能够锻炼孩子的勇气和意志品质，还能培养孩子的柔韧性和平衡能力。我们始终鼓励女儿勇敢追梦，享受飞翔的乐趣。”同时，他也希望所有想要尝试风洞运动的青少年能够勇敢迈出第一步，通过学习和训练不断提升自己，体会掌控自我的乐趣。

陈曦落（前）在获得风洞双人造型季军后与全体成员合影。