

奉献 服务 健康 快乐

——最美社会体育指导员暨活力体育组织、全民健身志愿服务优秀案例巡礼(七)

编者按：社会体育指导员与体育组织作为关键力量,持续推动群众体育事业蓬勃发展。为加强
对基层体育人才的宣传激励, 国家体育总局群体司举办了“奋进新征程 运动促健康”2024最美社会体育指导员暨活力体育组织征集活动, 以及2024年全民健身志愿服务优秀案例征集活动。经过线上初评、网络投票、专家评审、社会公示等环节综合评定,结果近日揭晓。本版对遴选出的具有公信力、引领力和传播力的50名最美社会体育指导员、50个活力体育组织和20个优秀组织单位,50个有故事、有品质、有温度的优秀案例进行全面展示,选树典型引领示范,鼓励更多志愿服务组织和志愿者积极参与全民健身志愿服务活动。

最美社会体育指导员

田雨林:线上线下推广传统功法

本报记者 顾 宁

田雨林,传统杨式太极拳第六代传人,国家一级社会体育指导员, 国家二级武术裁判员, 北京体育大学运动康养师。2017年在第二届世界太极文化节世界太极交流大赛中获男子中年组传统杨式太极拳比赛一等奖,2023年获江西省“最美社会体育指导员”荣誉称号。

田雨林在家乡江西省宜春市铜鼓县创建了“铜鼓县传统杨式太极拳学会”,长期扎根基层不动摇,积极开展“传统杨式太极拳”“健身气功·八段锦”和“传统养生功法”的公益教学推广工作。自2017年7月以来,共公益培训传统杨式太极拳学员2091人,其中零基础班12期共1428人,提高班6期663人;持续开展健身气功·八段锦“进机关、进社区、进学校、进乡村、进企业、进景区”活动,并专门拍摄了教学视频,上传到优酷、抖音等视频、平台;编撰了《健身气功·八段锦公益教学实用辅导手册》,几年来培训了5000余人。田雨林将大部分时间和精力都用于太极拳和八段锦的公益教学推广。

2020年初,新冠疫情居家期间,田雨林用两个多月拍摄了一套完整的传统杨式太极拳85式零基础入门教学视频(40集)和一系列居家康养小功法教学视频,放在优酷、微博、抖音平台供广大群众免费学习,其中“居家(办公)抗疫健身小功法”由“铜鼓发布”进行了专题推广,同时还连续几个月每晚进行抖音直播免费教学太极拳和居家健身功法。

在教学中,田雨林由浅入深,去繁就简,因人而异,因材施教,平等待人,尤其是对身体不好、年纪偏大的学员特别关心、关注、关爱,他常常顶着烈日,汗流浹背地穿梭在学员之中,用一言一行影响着无数学员,深受大家的尊敬和爱戴。

刘健兰:健康要惠己及人

本报记者 傅潇雯

2009年刘健兰因劳成疾,腰椎受损严重,走上了求医之路,在医生和健身操的帮助下她渐渐恢复了健康,这段经历也让她深感健身操对提升身体素质的重要性,也为她之后从事健身操志愿服务工作埋下了伏笔。

回到江西省宜春市奉新县后, 刘健兰开始积极推广有氧健身操,并担任奉新县全民有氧健身操协会会长。

协会成立初期,由于资金短缺、场地不足,她把家里仅有的4万多元存款拿出来购买投影仪、调音台音响、表演服装等各种体育用品。刘健兰还自购1500双白手套,在人口密集的广场通过免费发放来吸引老年人的关注,从而带动他们加入到健身操的行列中。同时她还组织腰鼓队深入社区,通过拉横幅和发放宣传单的方式吸引群众参与。截至目前,协会已在奉新县各社区和乡镇建立了31个分会,拥有会员3000余名,累计举办了320次展演活动。

为了丰富有氧健身操运动项目,协会自2016以来,不断进行交流,引进新的有氧健身操。随着队伍壮大,新的问题随之而来,刘健兰说,一方面,协会3000余名会员中有70%以上都是60岁以上的老人,安全保障急需提高;另一方面,大部分参加跳操的老人患有不同程度的疾病。为此,刘健兰组建了一支8人义务健康巡逻队,时刻关注跳操老年人的身体情况,身体不便的老人需要在家人陪伴下跳操,“每半个月还要开一次协会安全会议商讨安全措施,尽可能在为老人带来健康的同时规避安全隐患。”刘健兰说。

在投身于推广有氧健身操的同时,刘健兰还组建了奉新县有氧健身操夕阳红志愿服务队,服务足迹遍布全县24个敬老院和1个特殊儿童学校,并将冯川镇敬老院作为常态服务点。刘健兰团队的身影还活跃在人居环境整治、倡导移风易俗、推广垃圾分类等活动中。

全民健身志愿服务优秀案例

志愿服务掀起冰雪运动热

本报记者 顾 宁

“踢鞠场中浪荡争,一时捷足趁坚冰。铁球多似皮球踢,何不金丸逐九陵。”这是出自清代《百戏竹枝词》中的描写,其所描绘的就是一项源于老北京的民族体育冰雪项目——冰蹴球。

时至今日,冰蹴球运动已经走过了三百余个春秋,成为民族传统体育的运动项目之一。2014年,北京市民族传统体育协会开始对冰蹴球项目进行挖掘、整理,之后得到北京市体育局、北京市民委等部门的大力支持,冰蹴球项目开始呈现迅猛发展的势头。北京市永外街道抓住这个契机,在所属的天天家园社区组建了东城区第一支冰蹴球运动队——天天和蕴冰蹴球队。球队成立第一年,就分别代表永外街道和东城区参加区级、市级各项比赛,并取得优异的成绩。

为了让更多的体育爱好者了解并加入冰蹴球运动的行列中来,天天和蕴

冰蹴球队遴选队内“高手”组成天天和蕴冰蹴球志愿服务队,积极开展全民健身志愿服务。团队秉持着“发扬民族冰雪运动,传承民族体育文化”的精神,坚持为居民普及冬奥知识,在社区文化活动室每周开展一次冰蹴球训练及相关活动,向大家详细介绍冰蹴球的起源,现代冰蹴球的发展过程、赛事规则、玩法等。

在寒暑假期间,冰蹴球志愿服务队开展面向社区青少年的冰蹴球体验活动,帮助他们提高身体素质、培养团队合作精神和增强团队意识,培养他们勇于挑战和拼搏的精神,发扬与传承传统文化。

因为冰蹴球具有活动量适度的特点,还能锻炼大脑反应能力和身体协调性,因而特别适合老年人开展。老人们在活动中可以结识新朋友,加强邻里之间的交流与沟通,减少孤独感,促进身心健康。在每年重阳节前,冰蹴球志愿服务队会组织开展老年人趣味运动会,通过让老年朋友体验



冰蹴球,让他们在运动中感受快乐,丰富精神世界。

自开展全民健身志愿服务以来,天天和蕴冰蹴球队不断扩大人才队伍,并屡次在各项赛事中取得佳绩,包括第六届大众冰雪北京公开赛一等奖、北京市第十一届民族传统体育项目运动会混双一等奖和

女子团体三等奖、京津冀冰蹴球邀请赛暨北京市冰蹴球对抗赛二等奖,有效提升了队员们的参与感与成就感。

接下来,团队将继续以社区为依托,进一步展开冰蹴球运动的全民健身志愿服务,为全民健身事业的蓬勃发展贡献力量。



体育志愿服务激发全民健身活力

本报记者 軋学超

浙江省杭州市拱墅区户外体育协会社体志愿服务队于2019年成立,核心成员40余人,均为协会的社会体育指导员会员和社区爱好健身、热心公益的居

民。该团队以协会为依托,秉承“健体养身,公益养心”的宗旨,通过“拱善之窗”社会体育指导员志愿服务工作站,以“拱卫善意 拱墅善行”的主题开展了科学健身指导和丰富多彩的体育活动,累计服务社区居民超过1万人次,其中重

点关注的老年人群体约5000人次受益,青少年学生近1500人次受益。团队累计服务时长突破5万小时,多次入围全国百强志愿服务组织。

该团队根据当地居民需要,通过开展科学健身指导进社区、开放场所服务、运

动教学与赛事、科普宣传等手段服务于全民健身。社会体育指导员定期在当地街道党群服务中心、小区公园、学校操场和健身绿道为居民提供“运动处方”、个性化健身方案,解答健身疑问,开展科学健身教学与训练;在卖鱼桥小学文汇校区等开放式场所,安排社会体育指导员志愿者轮流值班,维护全民健身活动秩序,提供健身指导和医疗救护服务;在街道党群服务中心和小区公园开展运动促健康教学,定期开设太极拳、飞镖、兜球、桌上冰壶等运动项目的教学与训练课程,同时在小区公园组织社区趣味性赛事,增强居民参与感和团队精神;通过讲座、宣传册、微信公众号等线上线下形式,普及健康生活方式,传播预防运动损伤知识及有关政策和法制建设新动态,提高居民健康意识和守法意识。

团队还与拱墅区文广旅体局、体育总会、老年人体育协会和街道办事处合作,为更多社会体育指导员争取到了教练员、裁判员培训机会,并以教练员为核心组建小区运动项目推广小组,在小区公园、学校操场、健身绿道等场所就近服务,促进社区体育健身活动科学开展。

江苏省篮球运动协会

人才培养成体系 多元赛事促发展

本报记者 傅潇雯

曾获评中国篮协优秀单位会员、三人篮球工作贡献奖,被国家体育总局评为2017-2021年度全国群众体育先进单位,被江苏省民政厅、江苏省人力资源和社会保障厅评为江苏省先进社会组织……这些都是5A级社会组织——江苏省篮球运动协会曾获得的荣誉“勋章”,多年来,江苏篮协多措并举推动篮球在当地的普及和发展。

通过系统化、专业化的人才培养体系,江苏篮协成功培养出一大批高水平的教练员、裁判员和运动员,其中经培训合格上岗的教练员、注册裁判员共计1.2万余人。该模式不仅提升了江苏篮球“三员”的专项水平与能力,为社会减轻就业压力,同时为数据化管理提供支持。

为贯彻落实《关于促进和规范社会体育俱乐部发展的意见》内容要求,依据《国家标准发展纲要》,协会制定了《少儿篮球运动等级测试评定规范》与《篮球培训组织等级评定规范》。目前,在江苏省篮协注册的社会训练机构、学校有187家,在标准化工作的指导下进一步强化规范化管理,加快推进了篮

球运动发展的服务质量,提升了篮球项目的管理水平。

江苏篮协通过举办多元化篮球赛事,推动全民健身事业发展,提高百姓参与度。除举办自主创办的江苏省男子篮球超级联赛、江苏省小篮球联赛、未来之星·江苏省小篮球俱乐部联赛、江苏省女子篮球联赛、社区篮球邀请赛、江苏省和美乡村篮球赛等品牌赛事外,还为其他行业篮球赛事做好专业的服务保障。截至2024年8月,江苏篮协已完成自主创办的三项赛事和省体育局主办的江苏群众“三大球”基层赛暨江苏省和美乡村篮球赛等四项赛事,参赛队总数达3715支,参赛总人次达5万余次,仅2024年江苏省和美乡村篮球赛参赛队数总计403支,将近4万人次参赛,比赛场次1000余场,观赛人数线上、线下达350万。赛事的举办不仅激发民众参与篮球运动的热情,促进邻里友好和谐,为美丽新农村、靓丽好社区的建设及社会治理助力,也为地方经济增长注入了新的活力。

未来,江苏篮协将继续打造“村BA”“社区篮球赛”等打通百姓身边“最后一公里”的篮球赛事,积极发挥社会组织功效,为篮球助力民生幸福长效赋能。

昆山市足球协会

全民参与 巾帼同行

本报记者 軋学超

江苏省昆山市足球协会成立于2006年,目前全市已有16家注册青训俱乐部,其中省级品牌青训俱乐部5家,协会注册会员超1200人。昆山市足球协会的蓬勃发展就是中国基层足球治理不断拓展延伸的缩影。

在昆山市足球协会的推动下,昆山市足球联赛完成了甲、乙、丙三级赛制改革。秉持传统,昆山市足球联赛始终坚持11人制。截至2024年已连续举办了22个赛季,累计651个队伍,14743人次参加了2226场比赛,这项赛事也在2023年被国家体育总局评为全国首批群众“三大球”精品赛事。

在江苏昆山,乡村足球赛也一直没有间断。足球运动在当地有着广泛的群众基础,足球赛更是名副其实的“全民参与”。值得一提的是,2020年昆山市足协成功入选江苏省首批足球改革试点县(市区)足协。2023年,昆山市足球协会以其优秀的组织能

力与影响力,又被评为全国县域足球赛事活动优秀县级执行单位。

昆山市足球协会自成立以来,还致力于女子足球的推广与发展。2017年,昆山市足球联赛丙级比赛中首次引入女队员参赛机制,为女足发展打开新篇章。2023年,为推动女足运动的普及与提高,丰富女足运动开展形式,举办了“亚足联女足日”女孩足球节活动。2024年,长三角足球邀请赛女子组比赛首次举办,这也是昆山足球历史上首次举办成年女子足球比赛。前不久,当地还举办了昆山市八人制女子足球联赛。此外,昆山市“市长杯”校园足球联赛长期设置有小学女子组、初中女子组,更是为女足运动的普及与提高提供了坚实的支撑。

截至目前,昆山已拥有6支成年女子足球队及32支校园女子足球队。女足运动的蓬勃发展正为这座城市的足球事业注入源源不断的活力与动力。