

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(八)

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方位展示，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。

最美社会体育指导员

沈翌星：用热情和汗水传递体育正能量

本报记者 傅潇雯

在广东潮州，有一位年轻而优秀的社会体育指导员——31岁的沈翌星，她不仅有国家一级社会体育指导员、乒乓球一级裁判员、二级运动员、中国乒协乒乓球运动水平等级测试考评员等多种身份，还担任潮州市乒乓球协会副秘书长兼乒乓球教练员。作为一名社会体育指导员，她用自己的热情和汗水，书写着一段段关于奉献与成长的故事。

她是全民健身运动的参与者。沈翌星从小参加乒乓球训练，上学期间获得过诸多奖项和荣誉。参加工作以来，她获得过潮州市第十六届运动会乒乓球成年组女子团体第二名、单打第三名、女子单打第五名等成绩。与乒乓球结缘的经历，为她推广全民健身工作打下了基础。

她是全民健身运动的宣传者。沈翌星利用自己的工作平台，广泛宣传全民健身的重要性，鼓励更多人参与健身活动。利用节假日，她积极参加乡村体育公益活动，走进陈桥新埔村，在乡村

宣传推广乒乓球运动文化，并在陈桥新埔文化广场组织开展乒乓球比赛活动。组织潮州市乒协少年队与陈桥皇马俱乐部队进行友谊赛，比赛激烈精彩，场面热闹非凡，吸引了众多村民和爱好者前来助威。这些活动活跃了乡村文化，为乡村增添一抹激情拼搏、健康欢乐的体育色彩，传递体育正能量。

她是科学健身的引导者。在全民健身活动中，沈翌星以社区、学校、球馆为落脚点，积极传授体育技能及科学健身理念，利用乒乓球专业技能和体育知识储备，为群众提供科学的健身指导。她带头践行体教融合，依托当地学校探索实践少儿乒乓球运动员的培养模式，培养学生运动兴趣、抓好体育教学训练，帮助学生建立积极的竞争意识和健康的体育竞技态度。在她的影响下越来越多的群众、青少年开始关注体育、参与体育，享受乒乓球带来的快乐和健康。

作为社会体育指导员，沈翌星用自己的实际行动诠释了奉献、友爱、互助、进步的志愿精神，为全民健身事业作出了自己的贡献。

刘艳君：身体力行提升志愿服务影响力

本报记者 顾宁

今年34岁的刘艳君不仅是健身气功和武术国家级社会体育指导员、国家级裁判员，还是一位优秀的志愿者和社会责任践行者。她始终弘扬奉献、友爱、互助、进步的志愿服务精神，全身心投入到全民健身志愿服务中。

自2011年以来，刘艳君每年积极参与全国社会体育指导员技能培训及技能大赛，平均每年志愿服务时间达150课时。她利用周末、节假日、寒暑假，风雨无阻地奔走在全国各地，传播全民健身理念，足迹遍及广东、广西、湖南、山东、安徽、黑龙江、西藏、重庆、福建、四川等地，培训对象主要是各地从事全民健身服务的社会体育指导员以及健身项目站点的负责人。

作为一名在读的教育学博士生，刘艳君的课程深受学员喜爱。学员们纷纷表示，刘老师授课内容深入浅出、通俗易懂。她细致地讲解每一个动作，帮助学员们了解动作的运动轨迹及功法作用，为他们在

基层开展志愿服务奠定了坚实的技术基础。刘艳君所带领的队伍在国内外各类武术、健身气功比赛中屡获佳绩，为国家和省市争得了诸多荣誉。

在2011年国家体育总局组织了“西部行系列援藏志愿服务活动”，刘艳君作为广东省的代表，前往西藏传授具有传统文化特色的体育项目，在藏区，她播下了健康的种子，留下了志愿服务的足迹，展现了志愿者的无私奉献精神。

2016年，刘艳君作为健身气功推广大使前往香港，带领当地健身气功爱好者展示八段锦、五禽戏等健身气功套路，并详细讲解了理论知识与训练方法，赢得了一致好评。

新冠疫情期间，刘艳君以“世界健康日”形象大使的身份，迅速开展了公益居家运动讲座。第一讲健身气功·八段锦七节课下来，国内外的关注度已达50万。

刘艳君在志愿服务的道路上坚持不懈，不仅身体力行传播健康理念和传统文化，还通过自身榜样作用，激励着更多人投身志愿服务。

本报记者 傅潇雯

由医护专业学生、退役军人、公司职员及体育爱好者等组成的上海善馨应急救援志愿服务队于2021年成立，目前共有注册志愿者271人。服务队自成立以来在上海杨浦滨江开展应急安全巡逻值守、小伤医疗应急、运动健康安全科普等活动，与政府相关部门结合，构建“无缝”全民健身网络，为安全开展全民健身运动保驾护航。

上海的杨浦滨江作为上海“一江一河”发展的重要区域，吸引了大量群众前来运动健身。为保障群众安全，上海善馨应急救援志愿服务队的志愿者们经过“三级社会体育指导员”和“红十字会救护员”等专业培训后，在双休日、节假日期间进行巡逻值守。他们不仅减少了人们锻炼的安全隐患，还多次为受伤群众提供及时的急救救护，为他们筑起了一道坚实的运动安全屏障。

服务队以杨浦滨江为辐射中心，向周边社区、景点、学校、楼宇等地区延伸，通过线上线下相结合的方式，开展运动健康相关知识科普宣讲。志愿者们用专业的知识、生动的讲解，让群众了解科学运动的方法、预防运动损伤的技巧及急救护理的知识，让运动健康的理念融入千家万户。

每年“全民健身日”前后，团队都会为相关系列活动提供专业的医疗安全保障。从活动筹备到现场执行，志愿者们全程参与，确保每一位活动参与者的安全。他们的专业与奉献，让“健康上海，人人来赛”的理念深入人心。



构建“无缝”网络 护航全民健身



据了解，自志愿服务开展以来，共吸引了2000余人次参与滨江巡逻值守服务，累计服务时间近7000小时，巡视里程超1660公里，成功减少运动安全隐患，处理了多起小伤救护事件，直接受益人数达1547人。同时，组织多场滨江小守卫活动和运动救护安全宣传活动，采取“零距离”“一对一”“小范围”的互动形式，以点带面，让更多群众了解并掌握运动健康相关知识和技能，不仅提升了群众的运动健康素养和安全意识，也推

动了全民健身活动的持续、健康发展。

“未来，志愿服务活动将融入小品、微视频等更为有趣易懂、易于传播的新手段，以更生动、更快速、更全面的方式向广大群众传授科学运动技能和运动损伤救护知识。”团队相关负责人表示，将科普与滨江巡逻结合起来，让前来运动的群众更安心、更安全。此外，团队还将加强社会体育指导员培训，提升科学健身指导队伍的专业化、年轻化、复合化程度。

“六进”志愿服务推广太极拳

本报记者 刘昕彤

在山东菏泽的大街小巷，机关企事业单位及校园和社区中，一张一弛的太极拳是常见的运动项目。成立于2005年山东省菏泽市太极拳运动协会，共设立八个分会，各类太极拳辅导站200余处，拥有太极拳各级社会体育指导员和教练员共1500余人，各级裁判员150余人，在册会员5000余人，他们广泛开展全民健身志愿服务，推动太极拳在菏泽市的普及推广。

为了志愿服务的进一步有序开展，菏泽市太极拳运动协会成立志愿服务总队，下设15个分队。以弘扬太极文化，促进全民健身为宗旨，组织市、县太极拳运动协会及会员、太极拳社会体育指导员、教练员、裁判员、爱好者等6500余人开展全民健身志愿服务。

15个服务队积极开展进机关事业单位、进乡镇、进企业、进乡村社区、进学校、进军营的“六进”太极拳健身志愿服务活动，宣传太极

拳知识，传授太极拳健身技能，吸引广大群众参与。

志愿者们利用节假日，到不同场所为参与者讲解太极拳原理和动作，辅导爱好者们科学练习太极拳，弘扬中华优秀传统文化。目前已累计开展培训100余场次，受益人数20000余人，有效地促进了菏泽市全民健身活动的开展，进一步丰富了市民业余生活，增强了市民体质，充分激发人民群众参加练习太极拳的热情，让普通家庭感受太极拳运动的独特魅力。

协会负责人表示，目前，太极拳已成为菏泽传统武术三大优势项目之一，也成为菏泽的全民健身品牌项目之一。下一步，服务队将持续充实菏泽市太极拳志愿服务队伍，不断优化组织机制，进一步扩大太极拳受众群体，推广太极拳项目在菏泽市的发展。同时，加大各级各类社会体育指导员的培训力度，持续提高太极拳志愿服务队的专业技能水平和服务水平，让团队更好地服务于广大人民群众。

全民健身志愿服务优秀案例

安吉县游泳救生协会

筑牢群众体育安全防线

本报记者 刘昕彤

为了加强防溺水安全教育，严防溺水事故发生，筑牢安全防线，浙江安吉县游泳救生协会自2011年成立以来，一直开展预防溺水公益救生宣讲，举办了百余场“防溺水进校园”“防溺水进社区”“防溺水进企业单位”公益活动，受益群众20万余人次。此外，协会在西苕溪畔、水库河边多次进行防溺水公益值日巡防。印制了10万份《防溺水安全手册》发放到学生和家長手中，要求大家一切切实承担起监护责任，多关注青少年生命安全。

“通过协会全体会员多年来的共同努力，志愿者们们的耐心讲解，广大学生、家长、老师、领导对于预防溺水有了全新的认识。溺水事故的发生从多年前高发多发，已有明显改善。结合近5年的关爱新居民暑期防溺水培训，外出务工人员子女每年

暑期特有溺水案例也明显减少。我们感到很欣慰。”协会负责人表示。

为了提供更专业的服务，协会成立以来大力提升会员游泳救生技能，现已有初、中级救生员50余人，社会体育指导员30余人。结合协会有四名主任医生会员资源，协会积极开展医融融合，通过学习培训有30余人获得红十字救护员证，会员徐敏还考取了中国红十字会二级救护培训师，每年开展多次救生演练，以及练习使用CPR+AED。随着浆板水上运动的风靡，协会多名会员取得了浆板社会体育指导员资质。

协会自2022年获批成立功能性党支部以来，积极发挥作用，每季度开展党员学习及活动，组织与监管协会各项活动合规开展，会员素质与协会整体素质获得进一步提升。多次开展“守护绿水青山”清洁美化城区附近公开水域游泳基地。炎日酷暑下，开展巡河护河行动，劝导了多起青少年野泳事件。在全体会员中起到党员模范带头作用。

宁波市社会体育指导员协会

建立激励机制 发挥桥梁作用

本报记者 顾宁

近年来，浙江省宁波市社会体育指导员协会致力于全民健身事业，积极开展各类体育公益服务活动，充分发挥全民健身志愿服务主力军作用，获评市5A级社会组织、省级先进协会，1人获评2023年全国最美社会体育指导员，多人获评省级优秀社会体育指导员。

协会通过建立完善社会体育指导员激励机制，定期开展评优推优、技能展示系列活动，不断推动自身的发展。每年评选出市级“优秀社会体育指导员”在重大活动上公开颁奖，进行专题宣传，不仅增强指导员荣誉感和履职动力，还扩大了社会体育指导员影响力。结合“一人一

技”体育技能公益培训，吸纳更多的指导员注册成为指导员，拓宽志愿服务渠道，日常性开展公益培训。目前市、区两级共有1100余名指导员加入。鼓励社会体育指导员带领团队，深入到各乡镇、村等，不定期组织体育活动下乡、进文化礼堂等活动，以点带面推广科学健身理念。参与组织每年的“一人一技”展示大会等重大群体活动，并在活动现场进行健身项目展示，号召、鼓励市民朋友加入健身行列。组织、推荐社会体育指导员参与省级、全国的展示交流赛、评优等，斩获多项荣誉。其中，协会舞之韵舞蹈队荣获2024年全国社会体育指导员网络交流展示大赛一等奖，协会委员徐海获评2023年全国最美社会体育指导员、浙江省体

坛十佳最美基层体育人物奖等。

协会发挥桥梁纽带作用，定期开展培训，提高社会体育指导员的技能和服务水平。每年组织举办多期二级社会体育指导员培训班，涵盖羽毛球、乒乓球、健身操、气排球、匹克球等项目。指导协助区市县协会等，开展三级社会体育指导员培训。统筹管理全市社会体育指导员，现全市拥有浙里办注册激活的各级各类社会体育指导员2万余名。通过群众带动群众、群众组织群众、群众指导群众，提高社会体育指导员覆盖面，达成全民健身的良好态势。

协会发挥“关键”领头羊的大作用，推广全民健身理念。倡导社会体育指导员开展身边的健身服务，利用社区、公园、广场、百姓健身房等体育场所，带领群众练习太极拳、健身气功等大众体育项目，让群众在家门口就能享受到便利的全民健身公共服务。