

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(十三)

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

阳晴：服务别人快乐自己

本报记者 刘昕彤

阳晴作为广西来宾市忻城县社会体育指导员协会会长，长期活跃在群众体育工作中，让全民健身理念传播到忻城的大街小巷。

作为国家级社会体育指导员，健身球操、广场舞一级教练员，多年来阳晴对于民族、民间传统体育活动颇为关注，先后根据本土原创歌曲《多谢了》《幸福山歌唱起来》创编了民族健身舞，还创编了健身球操《火红的乡土》、健身秧歌《庆丰收》、传统花样健身腰鼓、竹竿舞、土司乐舞等，受到广大健身爱好者欢迎。“从2000年开始，我加入了社会体育事业中，不断提高体育健身理论和技能水平，积极参加各级体育组织举办的各类培训活动，多次率队参加全国、区级、市级举办的广场舞、八段锦、柔力球、健身球操等各项健身交流活动，服务别人也快乐自己。”阳晴说。

阳晴全身心投入公益事业，每年组织辅导群众科学健身达200天以上，常年坚持深入社区、村屯、学校、企业等全民健身活动站(点)，为广大群众进行技术指导、健身知识和技能传授。指导项目涉及健身操舞、健身秧歌(腰鼓)、柔力球、健身球操及健身气功等。近年来先后组织举办了42期广场舞、健身球操、柔力球、八段锦等培训，参加培训人数达4000多人次，组织健身气功进社区、广场舞进乡村15次，受益群众达500多人。

2017年10月，阳晴组建了忻城县社会体育指导员协会，目前发展会员200多名，协会成立至今共举办八期三级社会体育指导员培训班，培养了224名三级社会体育指导员。承办健身秧歌、健身操舞、排舞等体育展示和赛事10场次。此外，从2018年起，作为全民健身志愿者，阳晴每年都积极配合自治区体育局开展广西万名全民健身志愿者服务百县千乡万村活动，深入社区、乡村开展全民健身项目推广普及活动，总受训人数达400多人，激发了全民健身热情，提升公众健康水平。

覃剑华：创新活动进军营

本报记者 顾宁

在广西梧州众多社会体育指导员中，有一位格外引人注目，他就是被誉为“最美社会体育指导员”的覃剑华。作为国家级社会体育指导员，覃剑华以卓越的贡献，让体育在增强社会凝聚力和促进全民健身方面的重要作用得以彰显。

在覃剑华的领导下，他的团队深入开展体育“六进”，以社会体育指导员中的党员为核心力量，以体育进校园、进社区、进企业、进机关、进军营、进乡村为工作方向，以武术、龙狮等传统体育项目为工作抓手，组建了15所试点学校、8个培训基地、16个健身站点等。每年约1万名青少年学生及近2万名社会各界人员参与体育“六进”活动，广泛提高人民群众的身体素质。近年来，协助体育部门开设各类社会体育指导员培训班，举办了近30期培训，培养了社会体育指导员近2000人，为社会体育指导工作广泛开展夯实基础。

不仅如此，覃剑华还创新“体育+拥军”工作模式。开展了“传统体育文化进军营活动”，增强官兵体质、丰富官兵的业余生活、激发热情和斗志；组建了市退役军人体育训练基地开展体育指导工作，每月指导退役军人约600人(次)；定期开设面向退役军人的“社会体育指导员培训班”，有效促进了军民融合、群众体育等工作的开展。

覃剑华多次担任各类社会体育指导员培训班的主讲老师，传授技能，培养骨干。常年到各学校、单位、训练馆等坚持体育指导及教学工作，教授武术、舞狮项目的学生、群众人数超5000人，引导广大学生、群众积极投身到全民健身的自觉行动中来，鼓励人人健身、天天健身、科学健身。积极开展各项体育赛事活动超50场次，为体育运动爱好者提供相互学习、交流提高的舞台，促进健身活动成为广大群众的日常生活习惯。

全民健身志愿服务优秀案例

多元化模式服务社区居民健身

本报记者 刘昕彤

深圳市龙岗区社会体育指导员协会从2013年成立以来，常年开展健身服务点公益指导、体育义工志愿服务、公益体育技能培训等活动，为广大群众提供科学、便捷、高效的全民健身志愿服务。

协会主要由社会体育指导员和体育义工组成，截至目前拥有社会体育指导员11450人、体育义工4823人。协会还设置了场馆培训公益教练与公园广场健身服务点指导的岗位，目前教练库在册教练员225人。

为了给居民提供更有效便捷的服务，协会采取多元化模式服务于社区居民。一方面，通过设立健身服务点，开展太极拳、健身气功、健身操、广场舞、柔力球等多个项目的公益健身指导服务。据统计，这些服务点每年能为各社区居民提供约7680次公益健身指导服务，服务人次达715520人次。另一方面，协会还积极组织由体育义工为主要参与群体的志愿服务工作。开展至今，龙岗体育工

队伍依托赛事、全民健身活动的志愿服务累计参与16419人次，服务时长共计87257小时，完成了包括全国极限飞盘邀请赛、广东省男子篮球联赛等688项志愿服务。此外，体育义工还承担了户外公共体育设施管养情况义务巡查、科学指导文明劝导、赛事急救等志愿服务。

协会还注重体育技能的公益培训。截至目前，协会已开展公益技能培训4162课时，共计130674人次参与。培训项目涵盖柔力球、健身秧歌、佳木斯健身操、太极推手、健美操、民族舞、吴式45式太极拳、吉特巴、太极扇、太极拳、健身气功、广播体操、篮球、跳绳、街舞、减脂塑形操等，满足了不同年龄段、不同健身需求的社区居民。特别是关爱肥胖公益减脂训练营，针对BMI指数超过29.9的肥胖人群开展了五届公益活动，参与人数共1797人。



协会负责人

表示，经过多年实

践，当地社会体育指导员

服务网络得到完善，街道级社会体育指导员

服务站和健身服务点大大激发了社会体育指导员

志愿者的积极性，扩大了服务供给，而且每年新增上

千名社会体育指导员和志愿者，健身人群不断扩大。同

时，科学健身指导水平也有明显提升，协会邀请医疗专

家参与培训课程设计和评估，进一步吸纳健身、营养、

医学等领域专业人才，提高了服务的精准率和群众的

获得感。下一步，协会将围绕提升服务质量、扩大服务

范围、加强团队建设、完善管理机制以及深化全民健身

志愿服务社会影响等方面开展工作，让更多人获得全

民健身的快乐。



“红樱桃”照亮天津社区居民健康之路

本报记者 傅满雯

“健康迎未来——科学健身进社区”全民健身志愿服务由天津体育学院“红樱桃”公益社团开展，志愿者由天

津体育学院师生构成。开展5年来，已在天津市12个区30个社区街道开展形式多样、内容丰富的全民健身志愿服务活动，2000余人次从中受益。

依托学校专业优势，结合天津市体卫融合与健康促

进重点实验室、天津体育学院体医融合与运动健康服务队等学校优势资源，团队在天津市各个街道、社区组织开展全民健身志愿服务。通过天津市新时代文明实践志愿服务信息平台向全市发布志愿服务项目，街道可在线上“点单”，社团设立策划小组，负责活动策划、组织和宣传，通过调查问卷、线上线下讨论等方式，了解社区居民的健身需求和兴趣，结合志愿者的特长和资源，制定全面、实用、可持续的全民健身志愿服务方案。

根据社区居民的时间安排和场地条件，团队在社区广场、活动室、健身中心等因地制宜开展活动。活动现场布置必要的健身器材和设施，为参与者提供安全良好的健身环境。团队专业志愿者现场指导，为居民讲解健身知识，通过示范正确的锻炼方法、体质检测、互动游戏以及针对性强的知识问答，让他们在活动中体验到体育的魅力与科学的健身方法。同时还为居民提供咨询服务，解答他们在健身过程中遇到的问题。

团队针对社区居民的不同健身需求，安排了一系列有针对性的健身项目，如健身气功、太极拳、中老年女性瑜伽、健美操、广场舞等，现场指导技术动作，确保居民们在体育锻炼过程中能够掌握正确的方法，避免运动损伤。邀请天津女排队员为居民、中小学生在宣讲女排精神。定期通过体质监测了解居民健康数据，根据变化调整活动实施方案。

为了让更多人了解和参与到活动中来，团队还利用社交媒体、海报等方式进行宣传推广。通过线上线下联动，让更多人认识到全民健身的重要性，共同为全民健身事业发展贡献力量。据统计，平均每场志愿服务活动都有近30名居民参加，志愿者服务时长年均800小时。

活力体育组织

潍坊市马拉松协会十年耕耘掀起跑步风潮

本报记者 傅满雯

十年来，山东省潍坊市马拉松运动协会一直致力于推广跑步运动，通过一系列丰富多彩的活动和赛事，激发了当地群众的运动热情，推动了全民健身的普及。

自协会成立以来，通过在潍坊市各县市区组建跑步队伍，经常性组织跑步活动、参加各地马拉松赛事，组织摄影展、跑步论坛、科学健身大讲堂、长跑训练营，开展长跑进校园、进企业、进机关、进社区、进乡村“长跑五进”活动等，使跑步变成“令人自豪的事”。目前，潍坊市跑团总量达到100个以上，带动10万余人以跑步为主要方式锻炼身体。

潍坊市马拉松运动协会形成了“健康快乐、简单融合、言必行行必果”的价值理念，营造出“阳光向上正能量”的协会文化和“一家人一家亲”的浓厚氛围，涌现出多名优秀赛事组织者、最佳赛道旗手、最佳跑者、优秀领跑员、优秀天使、励志跑者、优秀志愿者等，部分团体会员入驻政府的社会组织培育中心，协会的

孵化功能和组织培育能力得到体现。

在赛事组织和参与方面，协会成功举办了多届各类马拉松赛事，包括峡山环湖马拉松、女子半程马拉松、保税区分程马拉松、临朐九山山地马拉松、滨海半程马拉松、昌邑国际马拉松等。同时，协会还组织了1万多人次参加潍坊市外马拉松赛300多场次，并有200多名会员成功挑战100公里越野赛，30多名会员成功挑战168公里超级越野赛。

在大家的共同努力下，协会获得了多项荣誉，荣获“2014-2017山东省群众体育先进单位”、山东省“体育社会组织规范化建设先进单位”、山东省“全民健身宣传工作先进单位”等荣誉称号，连续十年得到潍坊市体育局、市体育总会表彰，在市管社会组织评估中获得“5A”评估等级。

近两年来，协会致力于传播“为爱而跑”理念，着力打造最美健身游路线马拉松、山地马拉松、女子马拉松、职工马拉松和潍坊迎新跑、视障人士公益欢乐跑等特色赛事和活动。同时，积极探索通过品牌赛事推动马拉松及相关产业发展的新途径。

本报记者 顾宁

成立于2013年的山东省社会体育指导员协会，始终秉承“奉献、服务、健康、快乐”的宗旨，以全民健身的宣传者、科学健身的指导者、群众健身活动的组织者、体育场地设施的维护者、健康生活方式的引领者为目标，以“活力”为核心，致力于推广健康生活方式，提高公众身体素质，专注于为不同年龄、不同需求的群体提供大众化的科学指导服务，满足广泛的社会需求。

近年来，山东社会体育指导员队伍壮大，成果丰硕：全民健身志愿服务示范站点项目入选国家库，获全国社会体育指导员工作“贡献单位”，获评“最美”及“最具活力组织”数量居全国之首，相关单位作典型发言与经验交流。山东省社会体育指导员协会加强科学化规范化管理，出台地方标准，产出多项科研成果，创新拍摄健身视频推广。挖掘非遗项目，创编多种健身套路获肯定与奖项。特殊时期组织线上赛事、评选。参加全国大赛获得多项荣誉，每年举办省级技能展示大赛。在山东省体博会作为唯一公益协会参展获得好评。协会现有专家1800余人，市县级协会27个。

山东省社会体育指导员协会技能与服务双提升

为更好地推动群众体育事业发展，山东省社会体育指导员协会通过省全民健身志愿服务151个优秀健身站点，带动全省4682个活动站点，培训全民健身志愿服务骨干662068人。协会始终将提升社会体育指导员的素质和技能作为重要任务，组织广场舞、排舞、秧歌、太极拳、健身气功、柔力球、武术、手拍鼓等骨干培训，再由骨干到健身站点传授培训，省、市、区、乡镇、社区各类培训超过16万人次。协会聚焦“五为”铸品牌，开展志愿服务走访送温暖活动和专家走基层“大篷车”活动，将全民健身志愿服务向基层延伸、向乡村倾斜。据不完全统计，受益群众超出550万。在淄博、临沂、日照、东营、菏泽等地先后培训乡村女社会体育指导员4.8万余人。

不仅如此，历年来，积极响应国家体育总局“奋进新征程、运动促健康，相约动起来”的主题内容，利用各时间节点开展全民健身志愿服务全省大联动活动，每年参与、受益人数近50万人，带动更多的群众加入到全民健身的行列中来。为此，山东省社会体育指导员协会在全省全民健身志愿服务山东走在前列中发挥了积极作用，作出了突出贡献。