



少年强则国强，青少年的健康成长关乎国家和民族的未来。2024年国家体育总局继续联合六部门开展“奔跑吧·少年”儿童青少年主题健身活动。各地常态化开展该活动的机制不断完善，为青少年提供了更加丰富、更有特色、更高质量的体育活动，有效促进了青少年参与体育锻炼、提升健康素质。这一活动全年取得良好效果和积极反响。本版将对各地及相关单位2024年举办的各类“奔跑吧·少年”特色活动进行回眸和展示，引导更多青少年参与这一活动。

运动赋能成长 少年快乐奔跑

——2024年“奔跑吧·少年”儿童青少年主题健身活动回眸(一)

【北京】

2024年，北京市共开展了百余项“奔跑吧·少年”儿童青少年主题健身活动(以下简称“奔跑吧·少年”活动)，直接参与人数达50万人次。丰富多彩的体育活动让孩子们充分享受到运动快乐，也推动更多青少年从小养成终身参与体育运动的好习惯。

一年来，北京市进一步完善“奔跑吧·少年”活动体系，通过政府主导、部门协同、社会参与、深入基层的长效机制，打造优质的符合儿童青少年成长特点的赛事活动，倡导广大儿童青少年积极参与体育活动，增强体质，锤炼品格，养成持之以恒的运动习惯，在运动中享受乐趣，收获健康。同时，北京还整合社会各方资源，助力儿童青少年成长。不仅以体育为纽带，打造健康快乐的亲子时光，创建了幼儿赛事活动品牌，赋能幼儿健康成长，还在活动中积极传承红色体育精神，实现“以体育人”的目标。

全年北京组织了以“奔跑吧·少年”北京市青少年体育健身大会暨北京市儿童青少年主题健身活动启动仪式、“奔跑吧·少年”红星小兵团亲子体验赛、“奔跑吧·少年”首都儿童运动文化节、“奔跑吧·少年”2024年北京市青少年科学健身指导普及暨青少年体质促进趣味运动会等为代表的一系列优秀青少年赛事活动，收获众多好评。

每一场“奔跑吧·少年”活动，都进行了精心设计。以“奔跑吧·少年”北京市青少年体育健身大会暨北京市儿童青少年主题健身活动为例，启动仪式以“快乐奔跑，健康成长”为口号，打造“快乐领跑”理念，推出“快乐领跑人”概念，以快乐引领运动，以兴趣带动参与，以身边偶像凝聚，以全媒体矩阵式传播扩容影响，进一步提高儿童青少年的运动兴趣和运动认知，加大自主参与意愿。活动现场还进行了十四项运动项目展示，打造浓厚运动氛围，呈现出北京儿童青少年在参与体育运动过程中快乐阳光的状态，也展示出家长、学校、社会多方为青少年体育工作所作出的努力及体教融合在北京的阶段性成果。



【天津】

2024年初，天津市下发了《天津市体育局关于开展2024年“奔跑吧·少年”儿童青少年主题健身活动的通知》，在全市广泛开展“奔跑吧·少年”活动。利用“六一”假期等时间节点，各运动项目中心、各区体育部门多层次开展主题活动，线上线下参与活动青少年人数达50多万人次，有力推动了青少年体育发展。

紧扣“奔跑吧·少年”主题，天津市组织开展了一系列特色活动。由天津市体育局排球项目管理中心和冬水项目管理中心开展的“体育文化进校园”公益活动，走进了全市30多所冰雪特色学校展开公开课，还在50多所排球传统学校开展排球普及活动，吸引学生2万人次。在天津市一中学校开展的2024年全国“奔跑吧·少年”儿童青少年主题健身活动暨“苗壮青苗”天津市青少年三姿健康促进行动，受益青少年人数达2000余人。2024年6月6日前后，天津市还举办了全国爱眼日主题活动暨2024年“奔跑吧·少年”青少年普及户外攀岩活动，分设武清、南开、北辰三个分会场，参与的青少年学生达2000余人。

“奔跑吧·少年”活动在天津深入人心，深受广大青少年喜爱。为进一步推进青少年体育活动广泛开展，发现竞技体育后备人才，营造支持青少年体育发展的良好社会氛围，展现新时代青少年健康向上的精神风貌，2024年天津市体育局还和天津市关工委、教委、团市委联合举办了天津市儿童青少年冬季和夏季体育节，直接参与青少年达3万余人次，形成传统品牌活动，激发了更多儿童青少年参加体育锻炼。

2025年天津市青少年体育工作，特别是“奔跑吧·少年”活动，将在国家体育总局青少年司的统一安排下，继续为儿童青少年提供更多更好的服务和支持。

【河北】

2024年河北省全年举办“奔跑吧·少年”活动9280场，覆盖青少年人群860万人次，全面完成“奔跑吧·少年”活动组织工作，实现全季节覆盖、全年度无休和全媒体宣传。

活动重点突出“六一”活动周和“冬季体育节”两个时间节点，做好常态化活动开展。注重与青少年冰雪运动推广(冰雪运动进校园)活动相结合，注重同教育部门形成合力，并与暑期运动打卡、中小学研学实践等工作相融合。2024年，河北省持续将“奔跑吧·少年”活动与青少年联赛、选拔赛融合开展，利用节假日组织好大型综合活动，推动青少年体育锻炼广泛深入开展，不断提升青少年健康水平。

一年的活动中，不仅有

展现红色传承、弘扬体育文化的2024年“奔跑吧·少年”儿童青少年主题健身系列活动暨百团红色驿接力跑活动，也有抓牢校园运动、提升体育激情的各地市主题校园运动会。为推动冰雪运动普及发展，河北全省14个地市还开展了冬奥会开幕式两周年活动暨2024年“奔跑吧·少年”活动，定州市开展了冰壶、冰球、雪地拔河、亲子活动等项目体验，邯郸市、保定市开展青少年儿童短道速滑比赛，张家口市、衡水市、邢台市开展滑雪体验活动。全省参与活动青少年近6000人，进一步推动了河北省竞技体育后备人才队伍建设。

未来，河北将在继续加大青少年赛事活动供给的同时，拓展丰富青少年体育运动项目。

【山西】

2024年，山西省围绕加强青少年体育工作、深化体教融合，坚持“健康第一”的教育理念，组织了一系列特色鲜明的“奔跑吧·少年”活动，进一步扩大了活动的参与面和影响力。

全省各级体育、教育、共青团等单位强化部门协同，积极主动作为，形成工作合力，努力推动“奔跑吧·少年”活动在全省蓬勃开展，合力打造“全省一盘棋，月月有活动，处处有亮点”。此外，在活动参与主体上也更加多元，活动内容、形式和载体更加丰富，辐射范围更加广泛。截至目前，山西省共举办“奔跑吧·少年”活动423场，直接参与青少年50万余人，覆盖青少年达百万人。参与主体涵盖大中小学校、体校、协会、幼儿园、社会俱乐部，组织形式包括体育比赛、运动会、冬夏令营、趣味活动、体育志愿服务、健康讲座、健康干预等，进一步丰富和完善了“奔跑吧·少年”活动体系，对促进青少年参加体育锻炼、提升健康水平起到了积极的推动作用。

在2024年的活动中，山西很多地市都形成了良好的经验做法，达到很好的宣传效果。如临汾市以上下半年主题启动仪式为示范引领，设立“六一”活动周和“冬季体育节”，集中展示了青少年体育活动成果和运动健儿昂扬向上的精神风貌，通过上下联动、多方合力，有效扩大了活动的覆盖面和影响力，营造出浓厚的活动氛围。大同市创新开展“百校千课”体育进校园活动，通过各种体育项目走进校园，在全市中小学形成了接连不断的运动声浪，加快推动了青少年体育事业的发展。太原市首次举办残健共融青少年运动会，邀请了中学生运动员、大学生志愿者及残疾运动员共同参与，旨在通过体育竞技的形式，让青少年亲身体验残疾人的日常生活，深刻体会他们生活的不易，同时学习残疾人自强不息、积极向上的精神风貌。

【内蒙古】

2024年内蒙古“奔跑吧·少年”活动通过进家庭、进校园、进社区、进公园、进景区、进商圈“六进”方式把活动办在孩子身边。自治区12个盟市103个旗县区不断丰富活动内容，增加活动形态，组织开展幼儿体育大会、冬夏令营、校际联赛、体育冠军进校园、

俱乐部进校园、中华体育精神宣讲教育、爱国主义教育等2085场活动，参与青少年2014086人次。

这一年，活动走进家庭，开启了启蒙型幼儿趣味赛事的奇妙旅程。217场赛事如217颗闪耀的星星，照亮了18000余名幼儿的心灵世界。推出“家庭运动打卡挑战”，鼓励家长与孩子一起制订运动计划，为孩子养成终身运动习惯筑牢根基。这一年，活动走进学校。109所全区示范性青少年体育俱乐部奔赴218所中小学普及体育运动，协助学校优化体育课程设置。同时积极组织校际篮球赛，开展青少年普法大讲堂，推出“活力大课间”线上活动。这一年，活动走进商圈。借助商圈人流量大、设施完善的优点，实现了运动与商业的良性互动，在拓展青少年运动空间的同时，也为商圈注入了新的活力。这一年，活动走进景区。将主题健身活动与景区游览相结合，在6个热门景区设置了青少年赛事活动，开展徒步、攀岩、定向越野等。为景区增添了运动元素，丰富了游客体验，也推动了文旅体融合发展。这一年，活动走进社区。在街区广场组织展示活动，科学健身普及、中华体育精神宣讲，利用社区活动室开展运动手工制作、运动知识竞赛等活动，让运动成为街区生活的新风尚，让青少年在家门口就能享受到运动的快乐。这一年，活动还走进公园。让青少年在运动中了解自然知识，培养环保意识，使公园成为青少年释放天性、拥抱自然的活力天地。

【辽宁】

2024年，辽宁省体育局延续与省教育厅的合办模式，继续举办辽宁省“奔跑吧·少年”活动，双方联合印发《关于开展2024年“奔跑吧·少年”儿童青少年主题健身活动的通知》，确定全年主题健身活动方案。共举办了2024年“奔跑吧·少年”辽宁省儿童青少年主题健身活动暨庆“六一”主题示范性健身活动启动仪式、2024-2025辽宁省青少年冰上嘉年华暨冰雪活动周系列活动共两项省级示范性活动，引领并指导全省上下积极开展儿童青少年健身活动。在省、市两级体育教育部门的协作配合下，2024年辽宁省“奔跑吧·少年”活动呈现组织形式多样、内容丰富、项目覆盖面广的特点，全年共组织开展主题运动约3879场次，累计约50.6万人次参与其中。

为不断提升活动的参与度，突显主题健身活动培养儿童青少年健身习惯、提升儿童青少年身体素质的重要功能，2024年辽宁省内各市区的体育、教育行政部门以更高的站位和更宽广的格局展开通力合作，并以更高的融合度组织开展各项健身活动。此外，为积极落实“体育赛事进景区、进街区、进商圈”相关要求，辽宁在客流量较大的景点和市民公园举办了多场体育展演，如在沈阳市沈水湾公园云庵阁广场举办2024年“奔跑吧·少年”辽宁省儿童青少年主题健身活动暨庆“六一”主题示范性健身活动启动仪式，辽阳市在著名旅游景点广佑寺广场举办辽阳市儿童青少年主题健身活动启动仪式等。还将更多的儿童青少年体育健身活动场地设置在商场，并将多场运动体验活动放在社区，为儿童青少年参与体育运动提供了更多便利条件。

本版文字由本报记者顾 宁撰写
本版图片由国家体育总局青少司提供

