

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(十九)

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。

活力体育组织

广西门球协会

多措并举推动项目蓬勃发展

本报记者 冯董

自2002年以来，广西门球协会已连续23年在自治区民政厅社团管理部门年度审核中评定为合格，彰显其稳健的发展态势。2020年，该协会被自治区体育局评为“自治区级优秀等次体育协会”，这是对其长期以来在门球运动推广和普及方面所作贡献的肯定。此外，广西门球协会还连续两次荣获国家体育总局颁发的“全国群众体育先进单位”荣誉称号，这标志着协会在全国范围内的影响力和认可度不断提升。

为了保持全区门球运动发展的良好局面，广西门球协会采取了一系列有力措施。一方面，协会积极扶持全区门球场地建设，在自治区体育局的资金支持下，各地自筹资金570余万元，完成了95个人造草坪门球场的建设。这些场地的建成，为更多基层地区组织门球赛事创造了有利条件。另一方面，协会还积极争取政府政策性经费扶持，搭建可持续发展的门球运动交流平台。通过降低团体会员缴费标准、实施普惠式赛事奖励措施及吸纳社会门球运动群体成为个人会员等办法，协会稳定了团体与个人会员的数量，为协会的日常工作运转和赛事运营提供了经费保障。

在网络媒体宣传方面，广西门球协会也取得了显著成效。协会利用互联网和智能手机等新媒体手段，注册公众号、建立微信工作群等，促使门球运动群体转变思维观念、掌握新技术手段。同时，协会还运用电视和网络媒体传递赛事活动信息、宣传健康向上的精神风貌，成功地将门球运动的魅力传递给更广泛的受众群体。

在党建引领方面，广西门球协会始终不忘为全区门球运动群体服务的初心。他们积极组织捐款捐物活动，为全区门球赛和贫困村捐赠善款和物资。同时，在重要节日和纪念日之际，协会还组织党员开展宣誓活动，激发退休党员的荣誉感和责任感。这些举措增强了协会的凝聚力和向心力，为推动门球运动在广西的持续发展注入了强大的动力。

三亚市社会体育指导员协会

推动全民健身 点亮城市活力

本报记者 轶学超

近年来，海南省三亚市社会体育指导员协会在推动全民健身事业发展中发挥了重要作用。协会自2018年8月成立以来，凭借自身职能优势，为三亚全民健身事业发展提供了坚实的组织和人才保障。

目前，协会社会体育指导员队伍不断优化，已覆盖多个体育项目，30至40岁青壮年社会体育指导员占比提升至30%，全市社会体育指导员总数达4000余人，平均每千人就拥有约4.2名社会体育指导员，为全民健身活动的广泛开展奠定了坚实基础。

在人才培养方面，2022年至2024年，协会在三亚市五个区举办了12场社会体育指导员培训班，培养出341名二级社会体育指导员和878名三级社会体育指导员，共计1219人，进一步充实了专业指导力量。

为丰富市民文体生活，协会一直以来积极组织各类全民健身活动，不仅连续多年在三亚市体育大拜年全民健身系列活动中，送社会体育指导员下乡，举办多种体育项目交流展示与竞赛，发放健身指南科普健身知识，还全力推进全民健身志愿服务活动制度化、规范化、常态化开展，营造了人民群众积极锻炼、科学健身的良好社会氛围，让当地群众从中受益，丰富了市民生活，提升了三亚体育的影响力。

此外，协会还积极参与省市级体育活动，屡获佳绩。2022年，协会在海南省健身秧歌公开赛中荣获优胜奖；2023年，协会在海南省社会体育指导员交流展示大会上，代表三亚市参赛获得体育道德风尚奖，健身秧歌和广场舞表演队也在多个项目中斩获佳绩。

三亚市社会体育指导员协会通过一系列活动，将全民健身理念融入市民生活，带动了更多人参与体育锻炼，为建设健康、活力的三亚贡献力量。未来，协会还将继续发力，持续推动全民健身事业迈向新高度，让体育成为三亚城市发展的亮丽名片。

全民健身志愿服务优秀案例

“三送五进”点亮宁夏群众健康之光

本报记者 傅潇雯

自2015年起，“三送五进”体育科普志愿服务团队在宁夏铺开了一条全民健身、科学健身之路。

团队2015年在宁夏体育科学技术中心的指导下成立，汇聚了超过20位体育科研工作者、运动伤害诊疗与康复专家、宁夏大学体育学院教师及宁夏体育科学学会成员的专业人士。他们利用先进的设备和工具，在全区范围内广泛开展国民体质监测及多项免费的健康检测项目，包括人体成分分析、骨密度检测、糖尿病风险评估、动脉硬化检测及心理压力评估等。

近十年来，团队坚持为机关事业单位、农村地区、企业、社区、学校，以及公安、武警、消防等76个部门的近2万余名人员提供了全方位的国民体质监测服务，并基于测试结果为受测者量身定制科学的健身指导方案，有效地将科学健身的观念传递至社会各个层面。

团队不仅专注于体质监测服务，还积极倡导深入

理解体质测试数据与医疗体检之间的差异性，以增强群众对国民体质监测重要性的认知。团队推动了将国民体质监测项目纳入医疗体检体系，促进体育与医疗的深度融合，加快体育融合发展的时代进程。

此外，团队在全区成功举办了超过30场次的科普讲座与指导咨询活动，以生动有趣的方式传递给群众科学健身的理念与知识。同时，团队充分利用网络新媒体平台，依托科技中心科学健身微信公众号，持续发布一系列涵盖科学健身指导、体能训练、运动伤害预防、营养保健等内容的原创文章，累计更新近400期，总字数超过40万字，成为当地群众获取健康资讯的重要渠道。

为进一步丰富大众的学习资源，团队还精心编纂了包括《预防“小眼镜”》《预防“小胖墩”》《科学健身小常识（上下册）》《春夏秋冬四季健身指导手册》《少年儿童健康成长读本》《常见运动损伤处理及康复指南》等十余种科普读物及宣传折页，这些资料以多样化的形式满足了不同群体的学习需求，为全民健身事业在宁夏的蓬勃发展贡献了智慧与力量。



本报记者 冯董

国家级社会体育指导员、山东省健身气功一级教练员李淑品始终立足本职、履职尽责，踏实做好每一项工作，以无私的奉献精神、扎实的专业技能和不断创新的工作思路，成为大家心中的“最美社会体育指导员”。

为加强海阳市基层全民健身活动站点建设，李淑品带领团队，深入社区、村居，建立活动站点700多个，基本构建了“横向到边、纵向到底”的全民健身网络，为市民提供了便捷、多样的健身场所。在完成第三届亚洲沙滩运动会城市文化展演等重大活动的同时，李淑品围绕国庆节、奥林匹克日和全民健身日等时间节点，精心策划并组织了丰富多彩的展演活动和比赛。

每年，李淑品都会积极参与并指导全市游泳大赛、广场舞、乒乓球比赛、绿色健步活动、健身气功、太极拳等群众喜闻乐见的全民健身活动。这些活动丰富了市民的文化生活，激发了大家对健身的热情，推动了全民健身运动深入开展。

李淑品充分发挥自己的专业特长，秉承“奉献、服务、健康、快乐”的宗旨，常年活跃在基层社区、村居，利用晨晚练等时间，为广大市民提供科学健身指导，深入浅出地讲解健身知识，让更多人通过运动获得健康。她义务为市民传授科学健身方法，传、帮、带各类健身项目骨干累计4000人以上，义务服务2万多人次，受益群众达1万多人，她无私的付出，让健身气功等运动项目在基层得到了蓬勃发展。

为了不断提升自己的专业水平，李淑品自费报名参加各类功法线上线下培训学习，她说：“只有不断学习，才能跟上时代的步伐，才能更好地服务群众。”

通过学习，她的功法技能和教学能力得到了显著提高。动作标准、认真细致，组织安排有序让她的教学深受学员们的喜爱。她根据学员的实际情况制订合理的训练计划和运动处方，帮助大家逐步提高技能水平。在她的指导下，学员们不仅身体得到了锻炼，心态也变得更加积极和乐观。

除了实践工作，李淑品还注重理论研究。她用自己的专业知识和实践经验，撰写了多篇论文并发表获奖。其中，《社会体育指导员的现状及发展趋势——以全民健身活动为例》《健康中国背景下健身气功发展问题思考》等论文，为全民健身事业的发展提供了有益参考。

李淑品用扎实的工作诠释了何为“最美社会体育指导员”。

顾玉平：扎根基层聚焦“一老一小”

本报记者 傅潇雯

因为对体育的热爱和对群众健康的关心，顾玉平在工作之余踏上了自我提升之路，考取一级社会体育指导员证书，凭借着满腔热忱和专业精神，为上海社区群众带来健康生活。

在社区中，顾玉平把关注重点聚焦在老年人和儿童这两大群体。对于老年人，他明白健康是安享晚年的关键。顾玉平常活跃在社区广场，精心组织各类健身操活动，为老人们带来活力与欢乐。不仅如此，他还特别关注老人们对体育器材的使用情况。在器材区，总能看到他耐心指导的身影，他会反复地向老年人示范太空漫步机的正确使用，提醒他们要保持平衡，控制好步伐，避免意外发生。他也会细心嘱咐老人们在扭腰器时要缓慢转动，注意幅度，防止扭伤。社区里熟练使用体育器材的老人数量从最初的寥寥无几，逐渐增加到如今的近百人。这些老人在顾玉平的指导下，找到了运动的乐趣，也拥有了更加健康的生活方式。

对于社区里的孩子们，顾玉平同样倾注了大量的心血。他积极组织公益跳绳和篮球培训班，为孩子们打开体育世界的大门。在跳绳培训中，他从最基础的握绳、甩绳技巧教起，逐步引导孩子们掌握各种花样跳绳的方法。篮球培训则从运球、传球等基础动作开始，通过设计有趣的游戏和比赛，让孩子们在快乐中学习篮球技巧，感受体育的魅力。在顾玉平

的指导下，许多原本不爱运动的孩子逐渐转变为运动“小达人”，他们在体育锻炼中茁壮成长，收获了健康和自信。

顾玉平还经常举办科学健身知识讲座，用通俗易懂的语言，深入浅出地讲解运动与健康之间的关系。他结合实际生活中的案例，提醒大家长期久坐不动可能导致肥胖、心血管疾病等健康问题，让居民们真切地意识到运动的紧迫性。同时，他也会分享那些坚持运动从而成功改善身体状况的真实故事，以此激发居民们参与运动的热情。

2024年科学健身指导体验周期间，顾玉平多次参与上海市社会体育寻访工作。他深入各个社区和健身场所，与其他体育工作者交流心得，毫无保留地把在基层指导老年人和儿童运动的经验与大家分享，为上海市全民健身工作提供了可借鉴的样本。同时积极吸收其他社区的先进做法，并将这些好的经验带回自己所在的社区进行推广。

顾玉平的辛勤付出得到了大家的肯定。他获得了由上海体育学院、上海市社区体育协会、上海市康复医学会联合颁发的“运动健康师”称号，这是对他专业能力的高度认可。此外，他还荣获宝山区徒步走运动达人奖、首届社区先锋、最美家庭、上海市社会体育寻访员等荣誉。这些荣誉，见证了他在基层社区体育工作中的不懈努力和辛勤耕耘。

顾玉平始终扎根基层，走在群众中间。他用专业知识传授健身方法、传播健身知识，引领群众积极参与全民健身。



本报记者 轶学超

近年来，湖南中医药大学高等专科学校将传统功法与养生康复保健相结合，开展“传统功法传承+养生康复保健”体医融合进社区志愿服务活动引发广泛关注。该活动每年开展36次，立足服务广大群众，推动体卫融合。

该项活动志愿者来自湖南中医药大学高等专科学校传统养生功法团队以及青春学林——医疗保健志愿服务队。志愿活动服务对象主要包括中老年群体、慢病康复群体及中小学在校生。

为了贯彻“中医养生+传统功法+康复保健+文化传承”的理念，2017年，该校牵头组建了一支融合了体育学、推拿学、康复学、中医学和护理学等多学科专业人才的团队。他们积极探索具有学校特色的体医融合进社区新模式，向群众宣传健康保健知识，普及传统养生功法。在志愿服务开展过程中，团队的足迹遍布湖南汝城泉水镇中心小学、株洲市万达广场、云龙长郡小学等多地。

针对社区和乡村老年居民，志愿者发挥学科优势，提供血压测量、理疗治疗等服务，还根据老年人特殊需求，制定老年慢性病传统养生功法运动处方，重点教学颈椎平衡方、降压方等九种健身气功运动处方。面对小学生，团队开展眼保健操、预防脊柱侧弯等小课堂，进行中医康复职业启蒙教育。团队还调研了乡村适老化设施，为留守老人科普防滑防摔知识，赠送无障碍辅助器具。

在当地媒体支持下，团队建设了“株洲神农养生频道”，通过“师生现场展示”和“专家短视频推送”分享中医养生知识与功法习练心得，第一讲便收获3995次转发和5324点赞。

体医融合进社区 志愿服务暖人心