

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(二十一)

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，国家体育总局群众司举办了“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。

全民健身志愿服务优秀案例

体卫融合为防治糖尿病创新路

本报记者 傅潇雯

由上海体育大学教授刘向云领衔的乐云动公益先锋团队，以体卫融合的模式为上海市杨浦区的糖尿病防治开辟新路径。自2018年成立以来，这支由社区运动健康师、社会体育指导员、康复治疗师等体育与医学跨学科人才组成的团队，已开展科普宣教活动160余场，撰写的科普文章线上点击量破百万，惠及6000余名糖尿病患者。

团队采用线上线下相结合的全方位、多层次方式，向群众普及运动干预糖尿病的科学知识和实用方法。在线上，团队充分利用互联网资源，积极在各个热门社交媒体平台直播科普宣讲、发布视频教程和图片文章。在线下，团队面向学校学生及教职工、街道居民等人群举办

主题讲座，全面细致讲解运动干预糖尿病的各项知识，有效加深了群众对运动干预糖尿病的理解，还通过面对面交流，为群众解答疑惑。为进一步推广运动干预糖尿病的方法，团队还联合医院开设了“糖尿病运动干预门诊”，为患者量身定制运动处方，进行专业的解读和指导，并与家庭医生进行紧密合作，为患者提供更加全面和个性化的服务，让运动干预效果最大化。

除此之外，乐云动团队还联合社区开展常态化公益体质监测，为社区居民提供免费的身体成分分析、血糖监测、肌力测试和运动风险评估等服务。还定期组织线下运动带练活动，在社区中心



或公园等场地带领居民进行科学运动。团队特别邀请专业人员每周进行一次直播带练活动，开展一对一线上交流，为患者提供更加个性化和专业的指导。这些活动不仅增强了社区居民的健康意识，提升了健康水平，还促进了邻里之间的交

流和互动。经过几年的不懈努力，团队服务的患者人数已超过2万，帮助21%的患者实现了病情逆转，94%的患者状况得到了明显改善。同时，让患者的月均医药支出减少了70%，极大地减轻了医保与本人负担。此外，他们还成功将运动干预糖尿病的模式推广到了上海市的8家医院和12个街道卫生服务中心，为更多患者提供了帮助。

本报记者 轶学超

北京体育大学“文野”志愿服务赋能乡村振兴



北京体育大学“文野”乡村振兴志愿服务项目自2022年启动以来，取得显著成效。在多地开展的特色服务，为乡村体育事业发展和乡村振兴战略实施贡献重要力量。

该项目由共青团北京体育大学委员会主导，集结运动健将、一级运动员及北体大学子，凭借专业优势，为全国各地不同年龄层群众开展全民健身运动提供服务和帮助。

三年间，“文野”乡村振兴工作站建设实践队不断壮大，成员覆盖多学院多专业，技能涵盖体能、武术、球类运动等领域，教学与竞技能力突出。服务范围延伸至北京延庆、内蒙古通辽、甘肃平凉等地，累计服务人次近千。

“文野”团队创新采用“体育+”帮扶模式，不仅实地调研乡村体育现状，还搭建资源共享平台，开展全民健身推广、冠军宣讲等活动。2022年，实践队在北京市延庆区以“2+3”模式开展实践，深入调研乡村体育并推广全民健身。2024年，在内蒙古通辽库伦建立工作站，围绕文旅融合、体教融合推进五个专项任务。同年，在北京市门头沟区涧沟村、甘肃省平凉市残疾人日间照料中心开展特色服务与公益活动，丰富当地文体生活。

据了解，北京体育大学还将持续派遣优秀学生，拓展“文野”乡村振兴工作站规模，让体育在更多乡村落地生根，助力乡村振兴迈向新高度。

重庆市巴南区社会体育指导员协会
「四进四送」打通全民健身「最后一公里」

本报记者 傅潇雯

2021年成立的重庆市巴南区社会体育指导员协会，作为当地推动全民健身事业发展的生力军，始终秉持“奉献、服务、健康、快乐”宗旨，构建起覆盖城乡的健身指导网络，通过创新“四进四送”服务模式，打通了全民健身“最后一公里”。

协会与各级体育行政部门密切配合，打造可触及、可感知、有温度的体育公共服务，积极参与基层体育治理，尤其是在解决全民健身“最后一公里”等方面的探索。协会积极组织优秀社会体育指导员健身指导进基层活动，举办职工运动会、亲子定向赛、亲子趣味运动会、城市定向赛、健康知识讲座及登山、飞盘、少儿体适能等活动。

2024年，协会创新“四进四送”体育惠民服务模式，开展的“体育指导员来了”系列活动深入巴南辖区内的社区、校园、商场和单位等，采用“服务菜单”的形式让居民“点单”，实现有针对性地开展“你点我送”指导活动，切实打通了全民健身的“最后一公里”。

近年来，巴南区全面推动社会体育指导员队伍建设及健身指导服务水平，目前，协会近3000名社会体育指导员分布在城乡各健身场所，其中不乏有许多优秀的一级社会体育指导员，为周边群众提供多元化、个性化健身服务，先后成立了太极扇、健身瑜伽、跑步、登山、乒乓球、飞盘、少儿体适能等多个指导队，服务人群超万人。他们扎根基层，踏踏实实为群众传授科学健康知识，成为全民健身的宣传者、科学健身的指导者、群众活动的组织者、体育场地的维护者、健康生活方式的引领者。

接下来，协会还将培养更多、更专业的社会体育指导员，为群众健身活动培养优秀运动骨干，为区、镇街、公园的健身爱好者培养强有力的“科学健身助力者”，进一步培养和增强群众的体育健身意识，在巴南区形成崇尚健身、参与健身、科学健身的良好氛围，从而进一步丰富巴南区群众文化体育生活，推动重庆市全民健身高质量发展。

成都市社会体育指导员协会

丰富群众健身活动 助力赛事名城建设

本报记者 冯 蕾

成都市社会体育指导员协会作为推动全民健身事业发展的重要力量，始终致力于丰富市民的健身活动，在提高市民身体素质、促进体育事业发展方面作出了积极贡献。

多年来，成都市社会体育指导员协会连续承办了成都市全民健身运动会柔力球、跳绳等分项比赛，为市民提供了展示健身成果、交流健身经验的平台。在保持赛事特色的基础上，协会不断创新，2022年新增了健身秧歌项目，并设立了德阳、眉山分站赛，这一举措扩大了赛事的覆盖面和影响力。通过构建亲民、便民、惠民的全民健身活动体系，协会成功培育了“赛事名城”的市民体育基础，满足了市民日益增长的健身需求，为涵养健康生活方式、提高市民身体素质奠定了坚实基础。

成都市社会体育指导员协会在志愿服务过程中，不断推动全民健身活动组织化、制度化、社会化和生活化。2023年11月，协会荣获成都市第十届全国全民健身运动会“优秀组织奖”，这是对他们多年来辛勤付出的最好肯定。

为促进成渝地区双城经济圈建设，加快成渝体育事业发展，成都市社会体育指导员协会与重庆市相关协会开展全面合作，共同

举办社会体育指导员健身技能交流展示活动，并成功打造了一系列独具成渝特色的全民健身品牌赛事。这些赛事为成渝两地的社会体育指导员和健身爱好者们提供了交流和学习的平台，促进了两地体育文化的交流与融合。

在科学健身指导服务方面，成都市社会体育指导员协会同样不遗余力。他们每年举办各级各类全民健身科学健身指导服务，走进机关、企业、学校、社区、乡镇等各个领域，为市民提供科学、专业的健身指导。特别是从2019年开始创新开展“成都市家庭健身教练在身边”系列活动，真正做到了让健身教练来到老百姓身边，带领和指导大家开展科学健身锻炼，更是将科学健身的理念送入千家万户。

此外，成都市社会体育指导员协会还积极响应成都市体卫融合工作，牵头举办了“社区运动健康师”培训班，培养了一批既懂“体”又会“医”的复合型人才。这些“社区运动健康师”在推动全民健身与医疗卫生深度融合方面发挥了重要作用，为市民提供了更加科学、专业的健身指导服务。

未来，成都市社会体育指导员协会将继续秉承“服务全民、助力赛事”的宗旨，为推动全民健身事业发展和助力世界赛事名城建设贡献更大力量。

活力体育组织

周玉文：太极传情 武韵流芳

本报记者 冯 蕾

以武会友，以拳传情。作为一名国家级社会体育指导员，吉林大学太极拳协会会长、长春新区武术协会主席周玉文始终活跃在基层一线，致力于将武术发扬光大。

周玉文出生于武术世家，自幼在父亲的影响下，武术的种子在她幼小的心灵里生根发芽。她在父亲的悉心指导下，打下了扎实的武术基本功。

自1989年起，周玉文便在省、市、区的各项健身活动中崭露头角并屡获佳绩，曾荣获省市级的体育先进个人和最佳组织奖等荣誉，在2012年取得国家级社会体育指导员称号。

多年来，她培养了武术爱好者近千余人。她曾授课于吉林省老干部大学，并在吉林大学国际语言学院担任留学生的武术教学任务。此外，她还担任国家汉办吉林大学培训基地的武术教师，培训内容涵盖了长拳、太极拳和健身气功等多个项目。在与留学生的交流中，她深刻体会到中国武术的魅力跨越国界，深受世界各地人们的喜爱。

为了更好地推动中国传统武术走向世界，周玉文于2013年申请出国执教。经吉林大学推荐，由国家汉办（孔子学院总部）派出，她赴孟加拉国任武术专职教师。在长达五年的武术教学工作中，她认真刻苦工作，将中国武术的精髓与当地文化相结合，成功推广和普及了中国武术文化。她的努力得到了当地媒体和社会的一致好评与认可，孟加拉国国家武术机构特授予她“孟中友好使者”称号。

回国后的周玉文并没有停下脚步，积极投入到全民健身志愿服务中，多次在新区举办健身气功及太极拳等培训活动，提高了新区武术爱好者的技能水平。

周玉文表示，未来她将继续全身心投入到武术推广和全民健身运动中。她坚信，通过自己的不懈努力，一定能够让更多的国内外武术爱好者感受到中国武术的魅力与价值。

潘萍：精心打造科学健身指导服务品牌

最美社会体育指导员

本报记者 轶学超

潘萍现任安徽省池州市体育舞蹈健美操协会主席，同时担任市老年大学教师，并拥有国家级社会体育指导员、国家一级裁判员，国家龙狮运动一级裁判员和国家广场舞一级裁判员等多个专业身份。她还获得过2021年度全省老年大学优秀教师、2023年度省体育局优秀社会体育指导员等称号。

自2020年担任池州市体育舞蹈健美操协会主席以来，潘萍充分发挥协会优势，积极投身全民健身公共服务体系建设。她通过组织培训、演出、交流、科学健身指导志愿服务，以及举办(承办和协办)各级体育赛事等活动，有效带动广大群众参与体育锻炼。尤其是精心打造“全民健身，绘就幸福生活”“快乐健身，你我行动”等科学健身指导服务品牌，积极开展科学健身指导“五进”活动，深受群众喜爱。

近年来，由潘萍组织的健身志愿服务活动已超40场次，地点涵盖青阳县蓉城镇天华社区、贵池区古舜社区等多地，吸引4000多人参与。同时，她积极推动各类体育活动开展，如全市曳步舞交流展示大会、广场舞展演等，还组织舞蹈队参加皖皖浙赣四省文化艺术汇演、2023中国龙狮公开赛(池州站)等大型活动，极大地丰富了池州市民的体育文化生活，有力推动了全民健身事业发展。

此外，潘萍还关注特殊群体，通过公益创投方式深入各乡镇、社区和养老机构，开展以健康养生为目的的文体娱乐活动。2022年度，她组织带领开展“爱操舞，享健康”公益创投活动9起，惠及2000余位居家老人，有效满足了他们的运动和精神需求，提升了老年人的生活幸福感。