

“奔跑吧·少年”主题健身活动“六一”期间火热开展

在运动中收获别样节日体验

本报记者 顾 宁

“六一”儿童节期间,“奔跑吧·少年”儿童青少年主题健身活动在全国多地火热开展。内蒙古、西藏、海南、湖北、山东等省市区通过举办形式多样的体育赛事与亲子活动,让青少年在汗水中感受运动魅力,收获别样节日体验。

草原萌娃“动”起来

“六一”假期,内蒙古大草原变身萌娃运动乐园。2025年内蒙古自治区“蒙动宝贝”幼儿体育大会在锡林郭勒盟、乌兰察布市、鄂尔多斯市、巴彦淖尔市多地精彩上演,数千名幼儿与家长路歌起舞、挥汗赛场,用童真与活力勾勒出草原体育的生动图景。

锡林郭勒盟的足球嘉年华被大家誉为“萌版世界杯”。绿茵场上,3岁的萌娃们抱着比自己头还大的足球“蹒跚学步”,家长们则化身“教练”,跪地示范颠球技巧;亲子障碍赛中,“萌娃运球过独木桥+家长头球射门”的组合笑翻全场,欢呼声此起彼伏……乌兰察布分会场则刮起“篮球旋风”,6岁小球员们在迷你篮球架下展开激烈对抗,虽然投篮动作略显稚嫩,但抢断时的专注眼神赢得满堂喝彩;一旁的公园健康跑队伍中,家长们牵着孩子的小手慢跑,2公里的绿色跑道成为亲子情感升温的“绿色通道”……

在鄂尔多斯分会场,湿地公园里“劳动小达人”挑战赛成为焦点。4岁女孩朵朵在家长指导下,用了5分钟终于叠好一件T恤,举着“成果”开心地原地转圈:“妈妈看!我能自己整理衣服啦!”一旁的“小脚踩大脚”游戏中,家长背着孩子喊着号子前进,孩子的笑声与湿地的鸟鸣相映成趣。最具创意的“蒙眼摸宝”环节,孩子们戴上眼罩,通过触摸辨别羊拐、皮鞭等草原特色物品,在触觉游戏中埋下文化传承的种子。

在巴彦淖尔分会场,足球公园化作“流动的草原”。百人长调合唱团响起悠扬牧歌,幼儿们踩着节奏表演足球操——单脚颠球、交叉传球与蒙古族顶碗舞完美融合,绿茵场瞬间变成文化展演舞台。在活动现场的“环保小卫士”专区,孩子们还可以用可降解材料制作运动器材,在垃圾分类趣味赛中学会绿色生活理念。

不仅如此,内蒙古各基层旗县的体育热潮同样澎湃:苏力德羽毛球俱乐部的亲子趣味赛上,300多名小球员与家长上演“混双对决”,羽毛球与笑声齐飞;奈曼旗“旗长杯”足球赛中,草原少年在风沙中奔跑射门,尽显小将风采;通辽马术场地障碍赛,10岁小骑手策马跨越障碍,马背

民族的飒爽英姿令人赞叹……

高原少年共享体育盛会

“六一”前夕,2025年“奔跑吧·少年”西藏自治区青少年健身示范活动暨禁毒宣传进校园活动在山南市完全中学举办,1400余名青少年齐聚一堂,共同开启这场意义非凡的体育盛会。

活动设有足球、篮球、排球、乒乓球、羽毛球、网球、轮滑、自行车、跆拳道、皮划艇、校园定向越野、CS野战运动、棋类、藏棋、武术、自由搏击、健身气功等项目,还有反兴奋剂讲座、优秀运动员励志讲座、禁毒讲座等丰富多样的体育活动内容。活动旨在通过“体育+教育”模式,将反兴奋剂讲座、禁毒宣传融入其中,引导青少年树立健康生活理念。活动期间,主办方还邀请到皮划艇亚运冠军、北京奥运会火炬手文艳芳到现场进行皮划艇公益授课,山南籍的马术运动员白玛德吉和滑雪登山运动员阿旺落追也来到现场,与同学们分享自己的运动成长历程。

此次活动是与全国联动开展的“奔跑吧·少年”青少年健身普及推广活动,是进一步深化体教融合、展示西藏青少年良好精神风貌、推进西藏青少年积极参与体育活动的一次有效实践。主办方希望通过推广符合青少年身心特点和发展规律的体育项目、体育知识和体育文化精神,倡导“健康第一”理念,激发青少年参加体育锻炼热情,促进青少年身心健康、体魄强健。

海岛掀起“体育+旅游”热

当“六一”遇上端午,海南再次掀起“体育+旅游”热潮。2025年“奔跑吧·少年”全国青少年体育联合会青少年羽毛球巡回赛(海南陵水站)在陵水雅居乐体育馆火热开赛。来自全国各地的400余名青少年选手挥拍竞技,以运动的方式度过了一个别样的“六一”儿童节。孩子们的欢声笑语与羽毛球拍的破空声在体育馆上空交织,在属于儿童的节日里,羽毛球赛场成为青少年“以球会友、以赛代练”的特殊课堂。本次赛事覆盖6至18岁全年龄段,设置男单、女单、双打等多个组别。赛后家庭团还一起游览了分界洲岛等景点,带动当地的端午假期旅游消费。

除了羽毛球比赛,“六一”当天,一场跆拳道比赛也在海南省落幕,2025年“奔跑吧·少年”全国青少年体育联合会青少年少儿跆拳道巡回赛(海南定安站)吸引了24支代表队、500名跆拳道爱好者同台竞技。赛事不仅为青少年跆拳道爱好者提供了切磋技艺、相互学习的平台,更是积极响应

“奔跑吧·少年”主题健身活动号召的生动实践。赛事相关负责人表示,希望通过举办这样高规格的巡回赛,进一步推动跆拳道运动在海南青少年群体中的普及与发展,培养孩子们坚韧不拔的意志品质和团结协作的精神,让他们在竞技中收获成长与快乐。

同一天,在海南医科大学子文体育馆举办的酷玩少年体育嘉年华更是热闹非凡,7000余名青少年与家长参与到武术跳绳串烧、击剑射箭体验等活动中,现场气氛热烈。活动设置主会场及多个分会场。主会场内,多元化活动项目为孩子们带来全新体验:街舞比赛成为潮流焦点,青少年舞者用炫酷舞步展现独特魅力;体育项目体验区人气爆棚,击剑、射箭、篮球、足球等项目一应俱全;文创集市中,琳琅满目的文创商品令人目不暇接;体育旅游宣传推荐展区内,工作人员热情讲解,带大家领略海南及周边地区体育旅游的独特魅力。

此外,2025年全国青少年体育联合会青少年街舞巡回赛(海口站)采用“以赛代考”的模式,200名少年舞者依据全国青体联技能等级标准展开“舞力对决”。赛事以街舞运动为载体,推动体教融合实践,为青少年体育事业高质量发展注入了新的活力与动能。

多地解锁运动过节新玩法

在2025年“六一”儿童节来临之际,不少地市还解锁了运动过节新玩法。在山东省青岛市,当地体育局联合青岛市妇女儿童活动中心举办了“奔跑吧·少年”“童乐汇”户外运动课堂,创新推出“拓展家运动”主题系列活动,开设四大运动体验板块,打造全维度“运动+”成长体系。通过专业体育指导,解决家庭教育中互动形式单一、运动知识匮乏等痛点,让运动成为家庭情感纽带,帮助家庭树立健康科学的生活方式,激发儿童青少年参与运动的兴趣。

在湖北省武汉市,第二届全国青少年街舞俱乐部公开赛湖北赛区同样精彩纷呈。来自全省65家俱乐部的1200余名青少年舞者齐聚江夏区万豪世纪天街,在个人赛与团体赛中展现高超技艺。团体赛作品融合楚文化元素,霹雳舞选手的高难度地板动作引发阵阵喝彩。赛事落地商圈,实现街舞竞技与商业引流的良性互动,周边餐饮、零售客流量增长30%,探索出“文旅体商”融合发展新路径。



各活动主办方供图

青少时政



儿童青少年魔方挑战赛厦门举办

本报讯 “奔跑吧·少年”首届中国儿童青少年魔方挑战赛(厦门站)日前举办,活动吸引了福建省内近百名青少年魔方爱好者参与。赛事旨在丰富青少年体育赛事活动,提供魔方竞技、交流平台,推动项目普及发展。

赛事设三阶魔方、二阶魔方、五魔方速拧、枫叶魔方、二重奏魔方五项,涵盖多个年龄组。选手需将已打乱的魔方还原到各面颜色相同,用时越短越好,初赛、决赛各还原三次,取最好成绩。

福建省艺术职业教育学会益智竞技艺术委员会主席、40项魔方世界纪录获得者叶佳希表示:“近年来越来越多的孩子参与到魔方运动中。通过还原魔方,他们不仅收获到了乐趣,逻辑

思维能力也得到显著提高。”

备受关注的双胞胎选手颜禹恩、颜禹昕包揽了二阶、三阶、枫叶、二重奏魔方4个项目U5年龄组的冠亚军。他们表示,希望可以多参加全国各赛区的比赛,“最后在北京总决赛上突破自我,拿下U5组全国冠军。”

多项魔方世界纪录保持者杨心静在本次比赛中荣获五魔方速拧项目冠军。这次她还带领了几十位学生前来。“未来,我会带领更多的学生参赛,希望让学生在比赛中得到锻炼,不断突破自我。”

本次赛事由全国青少年体育联合会、清华海峡研究院文旅产业研究中心联合主办。(顾 宁)

民族体育校园联赛跳绳比赛举行

本报讯 日前,全国青少年民族体育校园联赛跳绳比赛在北京清华附中举办,来自全国各地56支代表队的777名运动员在现场和线上参赛。

大赛设高中组、初中组、小学组、幼儿组,项目包括30秒并脚或左右脚单摇跳、30秒并脚双摇跳、30秒并脚或左右脚编花单摇跳、2分钟以内基本动作技能跳、1分钟并脚单摇一带一跳、1

分钟十人集体跳、2分钟十人八字跳和3~5分钟集体表演项目。

本次赛事由中国少数民族体育协会指导,清华大学附属中学教育集团、中国少数民族体育协会青少年委员会、中华文化促进会文化创新与传播工作委员会、北京市青少年体育科技促进会、北京市毽绳运动协会联合主办。(轷学超)

北京市青少年奥林匹克教育研学活动开营 沉浸式感受“双奥之城”魅力

本报讯 日前,2025年“我运动、我快乐、我健康”青少年奥林匹克教育研学活动开营仪式在北京奥运博物馆举行,也同步拉开了2025年青少年奥林匹克教育系列活动的帷幕。教育系列活动包括研学、奥林匹克夏令营和冬令营等,将持续开展到年底。

北京奥运城市发展促进会相关负责人表示,教育系列活动旨在依托北京市冰雪运动特色校和奥林匹克教育示范校,传承体育精神,促进青少年全面发展,充分发挥北京“双奥之城”的教育遗产

优势,在京张两地中小学间传播奥林匹克文化和体育文化,倡导健康生活方式,助力青少年身心健康成长,同时进一步弘扬奥林匹克精神,推动全民健身理念深入人心。

本次研学活动在北京奥运博物馆、国家体育场、国家速滑馆等奥运场馆进行,力争通过展览展示、互动体验和观影等多元形式,让青少年全方位、沉浸式地感受北京2008年奥运会和北京2022年冬奥会的非凡成就。同学们表示,在参观过程中切



主办方供图

本报讯 日前,第六届“中外人文交流小使者”展示活动围棋总展示暨中日韩青少年围棋交流活动在深圳市南山实验教育集团深湾小学

体育馆开幕。来自日本岩田儿童围棋学校的57名师生、韩国围棋中高等学校的49名师生和中国15个省区市的400余名师生相聚鹏城,共襄围

棋文化盛宴。

围棋既是中日韩三国共同珍视的文化瑰宝,更是增进民心相通的重要纽带。活动组织方希望三国青

身感受到了双奥文化的浸润,学习到了很多双奥知识,今后一定要把研学中所感所思运用到学习和生活中,践行健康生活方式。据悉,2025年青少年奥林匹克教育研学活动共分为11期,预计将有京张两地2000多名师生参与活动。

开营仪式上,冠军运动员叶乔波和佟文为青少年讲解奥运知识,分享自己的奥运故事和比赛经历,鼓励大家努力拼搏奋斗,勇敢追求梦想,并向广大青少年发出倡议,呼吁大家积极参与到体育运动中来,让运动成为生活的一部分,同时传承和弘扬奥林匹克精神,传播奥运文化。

本次活动由北京奥运城市发展促进会、北京市教育委员会联合主办,北京奥运城市发展促进中心承办。(傅澍雯)

中韩少年纹枰论道

少年以棋会友,交流互鉴,在黑白棋盘中体悟智慧之美、播撒友谊之种,以青春之力共筑中日韩友好合作的坚实桥梁。

本次活动以“弈动东亚·共谱未来”为主题,旨在通过围棋这一共同语言载体,搭建中日韩人文青少年交流平台,推动三国青少年从“居相邻”到“心相近”。活动期间,近300名中日韩青少年将围绕围棋开展三人联棋、三国轮战等活动。围棋展示之外,中日韩三国的同学还将混编为8个小组,分别前往当地8所中外人文交流特色学校“手拉手”深度互动,并参访当地企业,在思维碰撞与科技探索中为东亚文化交流注入青春动能。

本次活动由教育部中外人文交流中心主办,深圳市南山区教育局和北京卓教国际科技股份有限公司联合承办。(林 剑)