

社区运动会

运动适儿化 童趣满社区



本报记者 傅滢雯

萌娃走上运动场，社区童趣欢乐多。近日，全国各地纷纷举办以“童趣”为主题的社区运动会，设置了多种适合青少年参与的运动项目，竞技性与趣味性兼具，让孩子们走出家门，与小伙伴们一较高下，用体育运动交流感情。这些社区运动会不仅为孩子们搭建了一个尽情释放活力、结交新朋友的互动平台，也为邻里之间创造了温馨和谐的交流契机，让社区充满了欢声笑语与浓浓温情。

在上海有着百年历史的南昌大楼顶层露台，承载着又一代居民的美好回忆，如今又成了孩子们欢乐的舞台。日前，上海市黄浦区瑞金二路街道南昌社区在这里举办了一场趣味运动会。孩子们在沙包投乐区域专注投掷，沙包划过空中，落入目标区域，赢得阵阵喝彩。趣味投壶场地，孩子们手持箭矢，眼神专注，投中时脸上洋溢着开心笑容。在勇敢闯关的过程中，孩子们不仅锻炼了身体，提高了动手能力，还增进了与社区小伙伴之间的交流与互动。

社区居民杨先生说：“希望通过这场趣味运动会，为孩子们的童年增添色彩，也希望这份欢乐与温暖，成为孩子们成长道路上的美好回忆。”家长们也纷纷表示：“孩子们在户外运动过程中结识新朋

友，家长们交流育儿经验，非常喜欢这样融洽的邻里关系和社区氛围。”

黑龙江大庆市红岗街道晨曦社区举办的趣味运动会，社区联合辖区内幼儿园，共同搭建了一个趣味运动和邻里交流的平台，增强儿童体质，培养了他们的团队意识和拼搏精神。“龙舟小健将”项目中，赛道上各组你追我赶，参赛人员齐心协力喊着口号向前冲刺，即便有的“龙舟”方向失控偏离赛道，家长和孩子们也能迅速调整，默契配合，一鼓作气冲向终点；“粽宝接力赛”中，小朋友们化身小小“接力员”，与家长默契配合；“五彩绳大闯关”将传统民俗与运动创新结合，孩子们在跳跃过程中，既锻炼了身体灵活性，又了解到五彩绳祈福纳吉的寓意，让传统文化在孩子们心中扎根。

晨曦社区相关负责人说，社区运动会不仅让孩子们在运动中收获快乐与成长，还在他们心中播下文化传承的种子，同时增进了亲子感情与邻里互动，未来，社区将继续开展形式新颖、内容丰富的活动，推动体育运动和传统文化在孩子们心中生根发芽，为社区营造更加温馨和谐的文化氛围。

“现在孩子们学习压力大，能有这样一个机会让他们走出家门，参加趣味运动会，既锻炼了身体，又放松了心情，希望以后能多举办这样让更多孩子参与进来的社区运动会。”樊雪边说着，边给正在场上投篮的儿子加油。近日，在北京市平谷区的社区趣味运动会，200名青少年在运动场上挥洒汗水，让青春与运动交织。基础体能测试、趣味游戏比拼、大众体验三大区域，10个趣味十足的运动项目让青少年们跃跃欲试。定点投篮、旱地冰壶、呼啦圈、屈体移球、直线托球……这些有趣的项目让他们在运动中释放压力，收获快乐，更点燃了大家参与体育运动的热情，增强身体素质。

近日，山东省淄博市高新区四宝山街道万杰路社区创业火炬花园小区因为一场孩子们的“运动宴”而热闹起来，一场亲子社区运动会，让不同年龄段的孩子都能找到属于自己的“战场”。在每项比赛开始前，专业教练不仅进行细致的动作示范，还将体育知识巧妙融入其中，让孩子们在欢乐中收获知识。幼儿组的比赛，跨障碍投篮、过河“拆”桥、大手拉小手运球等项目，萌趣十足。少儿组的赛场亲子夹飞碟、亲子跨障碍投篮等项目充满竞技与趣味。家长李志娟感叹道：“平时工作忙，很少有机会和孩子这样尽情玩耍。这次家门口的运动会，不仅让孩子玩得开心，还能增进亲子关系。”

在湖北省武汉市经开区军山街道凤凰苑社区的篮球场，一场以儿童为主角的趣味运动会在这里展开，运动会上孩子们分成不同的小组，佩戴上不同颜色的腕带，组成活力满满的小团队，在一个个体育游戏中配合协作，完成目标任务，每一次成功的交接，每一次顺利的前行，都让孩子们信心得到提升。“这次社区运动会增进了社区孩子们之间的交流与互动，原本陌生的小伙伴们，在一个个游戏中相互认识、相互了解，迈出友谊的第一步，团队合作精神和社交能力得到了提升。”家长李文杰说。

在黑龙江齐齐哈尔市雨亭街道城南社区举办的亲子趣味运动会上，亲子运球、蒙眼找宝宝、亲子跳绳、掌上明珠、夹乒乓球、你抛我接多个游戏，孩子和家长们积极参与。

社区相关负责人表示，通过社区与幼儿园之间的互动与合作，进一步加固了辖区亲情纽带，丰富了社区居民的精神文化生活，构建和谐、健康、友善的社区环境。下一步，城南社区将结合社区家庭需求，为社区居民提供更多的亲子服务，提升社区家庭健康生活意识，促进亲子关系健康正向发展。



社区运动会中青少年进行投篮比赛。

城乡社区是社会的基本单元，也是广大群众参与体育赛事活动家门口的“赛场”。在国家体育总局的统筹指导和精心设计上，线上线下相结合、全社会参与、多项目覆盖、多层次联动的“社区运动会”正在如火如荼地开展。全国各地也围绕凸显“以人民为中心”发展理念、服务国家经济社会发展大局、服务大型体育赛事，以科技赋能、创新规则等手段，因地制宜推动社区运动会高质量发展，让社区运动会焕发新机和活力。

社区运动会为老年人健康助力

本报讯 日前，陕西省西安市雁塔区电子城街道万象春天社区举办了一场趣味运动会。运动会主题鲜明、项目多样，包括打保龄球、扔沙包、夹弹珠、运乒乓球、摸石头过河等。这些游戏不仅让中老年人轻松愉快的氛围中锻炼身体，还促进了邻里之间的互动与交流。

在打保龄球项目的赛场上，老人们手持特制的保龄球，眼神专注，调整姿势，用力将球推出，随着保龄球滚动撞击球瓶，现场不时传来阵阵欢呼与笑声。珠行万里的团队协作环节更是将活动推向高潮。每位参与者手持一段管道，齐心协力将小球顺利传递至终点。这项游戏强调的是沟通与配合，充分体现了中老年人之间深厚的友谊和默契。而摸着石头过河游戏项目则要求选手

们依靠智慧与平衡感，在规定时间内安全抵达对岸，每一步都牵动着全场的目光，令人屏息以待。

经过紧张而又欢乐的角逐，各个项目都决出了优胜者。社区为获奖的老人们颁发了奖品。没有获奖的老人也都获得了参与奖，大家脸上都洋溢着幸福的笑容，纷纷表示收获的不仅仅是奖品，更是运动带来的快乐和邻里间的深厚情谊。

此次运动会不仅为社区中老年人提供了一个展示自我、锻炼身体的平台，更增进了邻里之间的感情，营造了和谐温馨的社区氛围。未来，万象春天社区将继续举办更多丰富多彩的活动，让居民们的生活更加多姿多彩，共同打造一个充满活力与关爱的和谐社区。

(顾宁)

邻里趣味运动会燃动社区温情

本报讯 为丰富社区居民娱乐生活，搭建邻里沟通“连心桥”，营造健康和谐、活力满满的社区氛围，日前，四川省成都市成华区二仙桥街道东路社区举办了“活力无限 乐享运动”邻里趣味运动会。

本次运动会设置了“驭马接力”“同舟竞渡”“稳行运球”智运投篮“全垒击球”等趣味项目。运动会上，社区居民们协同互动，配合默契，在紧密的合作中不断增进彼

此友谊。

本次活动将健身理念送到居民家门口，有效增强了居民的健身意识，倡导了积极健康的生活方式。同时，活动还丰富了辖区居民的业余文化生活，促进了居民之间的情感交流，让社区居民在运动中感受到了团结的力量和邻里的温暖，营造了健康和谐、充满运动快乐的社区氛围。

(傅滢雯)

亲子运动会让爱在温暖中流动

本报讯 6月7日，在北京市石景山区五里坨街道综合文化中心文化广场上，欢声笑语不断，“坨里亲子总动员·运动场上爱相伴”亲子运动会活力开启，30 组家庭100余人在趣味游戏中，共同勾勒出和谐邻里、温馨亲子的美好画卷。

运动会以“弱竞技、强互动”为特色，打破传统赛事的竞争模式。签到环节别具一格，家长和孩子用手掌蘸上五彩颜料，在“成长树”背景墙上印下专属掌纹，一片片“树叶”瞬间让大树焕发生机，也象征着家庭与社区的共同成长。

热身结束后，趣味游戏轮番上阵。家庭接力俄罗斯方块考验

亲子默契；气球搬运工中，亲子用额头夹住气球小心翼翼绕过障碍；你扔我接投掷赛里，孩子奋力后抛海洋球，家长在后方专注接球。

活动不仅是亲子互动的舞台，更成为邻里交流的桥梁。家庭间相互鼓励、彼此帮助，在轻松愉快的氛围中增进了感情。集体活动“家庭舞蹈大挑战”将现场气氛推向高潮，大家跟着音乐欢快舞动，其乐融融。运动会通过创新活动形式，既助力亲子关系升温，又营造出邻里一家亲的和谐社区氛围，让爱与温暖在运动中流动。

(顾宁)

一起运动 共筑和谐社区

本报讯 日前，2025年“崇邻聚里迎端午，健体齐心筑家园”首届社区运动会在崇左市太平古城朝阳门广场举办，吸引众多市民积极参与。

在趣味保龄球区域，参赛选手们全神贯注，精准地将手中的球滚向目标瓶子，每一次击倒瓶子都引发周围观众的欢呼喝彩；射箭游戏区，选手们拉弓搭箭，眼神坚定地瞄准靶心，展现出专业的姿态；蹴鞠九空格和飞盘九空格区域，人们不断调整角度和力度，为命中目标而努力；背篓投绣球处，投手与接球者默契配合，一个个绣球在空中划过美丽的弧线；旱地冰壶场地，选手们小心翼翼地推送冰壶，力求让冰壶停留在理想位置。

活动项目规则简单易懂，参与门槛低，吸引了崇左市辖区居民、辖区企事业单位工作人员、各学校学生以及体育运动爱好者等积极参与。活动现场，无论是活力四射的年轻人，还是充满童真的孩童，或是精神矍铄的长者，都在赛场上尽情享受运动带来的快乐。

大家纷纷表示，这样的社区运动会为他们提供了一个锻炼身体、增进交流的绝佳平台。“平时大家都各忙各的，很少有机会这样聚在一起。这次运动会让我认识了很多新邻居，大家一起运动、一起欢笑，感觉社区的凝聚力更强了。”一位参赛居民说。

为方便市民参与，本次活动采用现场报名方式。成功通关单个游戏的参与者即可获得精美小礼品一份，参与全部游戏者还能额外获得纪念品一份，极大激发了市民的参与热情。

此外，活动现场还组织了18支志愿服务队开展特色志愿服务及基层治理“面对面”活动。志愿者们热情地为参赛选手和观众提供帮助，解答疑问，同时积极宣传基层治理相关知识，促进了社区居民对基层治理工作的了解与支持。据悉，崇左市委社会工作部还将继续组织开展更多丰富多彩的社区活动，不断提升居民的幸福感和获得感，为建设更加美好的崇左贡献力量。

(顾宁)

“这根绳把街坊邻里的心拴得更紧了”

本报记者 顾宁

日前，青海省海北藏族自治州刚察县赛马场洋溢着欢腾的氛围。随着欢快的锅庄舞曲响起，“健康总动员·和谐‘邻’聚力”海北州刚察县沙柳河镇社区运动会落下帷幕，运动会吸引了辖区百余名群众踊跃参与。

赛事设置6项团体赛与7项个人赛，既涵盖拔河、藏棋等承载民族文化记忆的传统项目，又创新融入五人六组、勺运乒乓球等趣味竞技内容。丰富多元的项目设计，让男女老少皆能在其中，使赛场真正成为邻里情感交融的温馨港湾。

赛场上，一幕幕暖心场景不断上演。在此前进行的拔河比赛中，白发苍苍的长者与朝气蓬勃的青壮年并肩作战，共同紧握麻绳奋力拼搏。当城南社区代表队赢得胜利时，扎西大叔激动地振臂高呼：“这根绳把街坊邻里的心拴得更紧了。”

在五人六组的赛道上，队员们彼此搭肩挽臂，齐声喊着口号奋勇冲刺，即便不慎跌倒，也会迅速互相搀扶起身，他们团结协作的精神赢得现场观众如潮掌声。而在藏棋对弈区，老棋手仁青一边沉稳落子，一边向年轻人娓娓道来：“这棋盘就是最好的课堂。”传统与现代在这里完美交融，碰撞出独特的文化火花。

赛场外，发展成果展同样吸引众多目光。展板上一组组数据，无声诉说着沙柳河镇四年来的华丽蜕变：新建3个社区健身广场，打造全州首个数字化牧区书屋，累计开展民族文化活动超120场。

从牧区远道而来的才让措毛在定点投篮项目中连中三元，兴奋她表示：“原以为这是城里人的运动，今

天才发现快乐属于每一个人。”这样打破城乡界限的体验，正是公共服务均等化在基层的生动实践。



主办方供图