

广场舞大赛劲吹最炫民族风

毛昉哲

“不愧是来自少数民族地区的队伍，真是能歌善舞。”全国妇女广场舞大赛总决赛第二场比赛，云南保山教育体育局亮相青年组小集体健身舞类自选项目。12名选手身着红黑相间、缀有牡丹花图案的队服，在《金布朗》的伴奏下舒袖起舞，精彩的表演引得台下赞誉声不绝。

比赛结束后，保山队教练朱航面对好奇的围观者，介绍起这套舞蹈服饰的设计：“我们选手的头饰上盘绕着五彩丝线，预示五谷丰登；领口和胸前分别有12枚、24枚扣子，代表全年有12个月、24个节气，这些都是生活在保山市施甸县的布朗族百姓常用的着装元素。自选曲目‘金布朗’一词，正是这片区域的布朗人独有的称呼。”

据朱航介绍，布朗族的广场舞作品在被带到本次总决赛之前，就曾经前往东南亚进行展演，还在泰国的一所艺术大学参加了主题交流活动。他表示：“从整体风格和具体动作上讲，布朗族舞蹈对于外国学生来说不太容易跳好。不过在交流的过程中，他们也或多或少地了解、接受了布朗族的文化元素，这种互动比单纯的表演或竞技更有价值。”

当被问及规定套路环节将要展演的作品时，几位保山队成员热情地回应道：“我们选用的曲目当然是《纳西欢歌》。这首曲子的节奏韵律非常独特，适合呈现

少数民族舞蹈的体态变化。”说罢，他们特意换上另一套演出服装，“剧透”了纳西人跳广场舞的造型。其中一位纳西族姑娘解释道：“头饰上的双圆布盘和披肩上的七枚绣花圆盘寓意‘肩挑日月，背负七星’，这种服饰风格可是被列入国家级非物质文化遗产名录。”

从发源于云南到走向全国，《纳西欢歌》得到越来越多的广场舞爱好者的青睐。见到其他代表队也在编排带有纳西族特色的舞蹈，保山队成员感到既亲切又高兴，他们都希望将自己的民族文化和人文风情融入每一拍舞步中。

云南是少数民族聚居大省，因此保山队在参加分站赛时，见到的对手大多和自己一样，以省内各民族特色为灵感创作作品。来到总决赛，他们有机会接触到更多内地现代风格的广场舞。“虽然作为云南人，对于本地舞蹈的理解和表现占一些优势，但是大家都有本职工作要做，平日凑齐全员一起训练的时间相对较短、磨合程度有限。所以我们这次抱着学习的态度，能见识、掌握到更多广场舞表演方式就不白来。”朱航谦虚地说。

通过广场舞这一妇女群体喜闻乐见的健身形式，保山队不仅让布朗族和纳西族的魅力为更多人所知，更推动了中华优秀传统文化的传播与交融。全国妇女广场舞大赛历经多年发展，逐渐筑起一座无形的文化桥梁，在全民健身的热潮中联通起更加丰富多元的情感认同。



主办方供图

全民健身志愿服务优秀案例

10月16日，由国家体育总局群体司组织开展的2025全民健身志愿服务优秀案例征集入选名单公布。本次征集累计收到申报案例338个，经过3个多月的征集与评审，最终遴选出30个兼具创新性、实效性与示范性的优秀案例，集中展现了近年来我国全民健身志愿服务工作在服务模式创新与基层实践深化方面取得的显著成效。



主办方供图

“运动+公益”赋能社区治理新实践

本报记者 傅潇雯

在福建省福州市晋安区，体育正以一种创新的方式融入社区治理和居民生活。护河爱水环保健走志愿服务这项由晋安区妇女联合会组织、惠容微家志愿服务中心实施的活动，自2020年启动以来，已发展成为体育与公益深度融合的特色品牌。

团队志愿者涵盖家庭主妇、社区工作者、律师、教师及社会人士等，累计成员达4000多人。活动每周开展1至2次，年均服务80次，主要面向青少年和社区居民。依托“小桔灯”关爱儿童大联盟、巾帼志愿服务“护河队”、爱心妈妈帮帮团等矩阵平台，团队创新“运动+公益”模式，让健身活动成为基层治理的有效载体。2020年9月成立的“护河队”，将巡河保洁与健步走相结合，组织志愿者在健步过程中清理沿岸垃圾，宣传环保理念。截至今年7月已开展420期环保健走活动，覆盖陈厝河、光明港等10余条河道。

在常态化健身服务方面，团队每周三组织夜登鼓山活动，每年举办500人规模的“红红火火过大年”登山盛会，参与者在登山途中进行山林垃圾清理，让健身与环保理念同步传播。作为2024福州马拉松公益合作伙伴，团队设立“加油站”为跑者助威，同时组织成员参赛，以双重身份推广全民健身。此外，团队还带动持杖健走运

动发展，每周开展3次健步走活动，组建的持杖健走队伍在2024年福建省全民健身运动会老年人持杖健步走交流活动中获第一名，让更多中老年人养成科学健身习惯。

团队还注重通过各项活动凝聚社区力量，组建的女子龙舟队每年端午节前开展实训，不仅让队员们在运动中增强团结协作精神，更带动了更多女性参与河道清洁志愿服务活动，让她们从牌桌走向赛场与河道，形成“运动促团结、团结促公益”的良好循环。

经过多年实践，志愿服务成效显著，累计参与志愿者超3万人次，惠及群众10万余人次，服务范围覆盖孤寡老人、留守儿童、环卫女工、病残群体及普通群众等。团队先后荣获“福州市最佳志愿服务组织”“福建省志愿服务‘四个最美’之‘最美志愿者’”等多项荣誉。

下一步，团队将深化“一核多点”健身服务网络建设，以晋安湖“爱跑之家”驿站为核心，辐射周边社区建立便民健身点，开发覆盖全年龄段的差异化健身课程，重点推进适老化运动和青少年体能提升项目，扩大志愿者培训规模，联合大专院校和专业机构提升服务科学性，加强与企业、医疗单位的公益协作，探索可持续运营机制，进一步扩大“运动+公益”模式的影响力，为基层治理提供可复制的实践经验。

中国文明乡风大会

“村BA”群众体育交流活动举行

本报讯 10月28日，中国文明乡风大会“村BA”群众体育交流活动在陕西延安举办。

作为中国文明乡风大会的重要内容，本次活动由2025年全国“村BA”冠军福建晋江队对阵“村BA”民星队。巩晓彬、郑海霞、焦健等篮球名家现场指导助阵，3000余名观众到场观赛。

比赛间隙举办了“乡韵欢腾·全国和美乡村文艺展演”。一系列植根乡土、传递乡情的精彩节目轮番上演，空竹表演《秦风竹韵》灵动飘逸，民俗演出《桐子花开春风俏》韵味悠长，陕西非遗表演《安塞腰鼓》播响了黄土地上的豪迈气魄，农民兄弟乐队激情唱响“村字号”赛事主题曲《乡村力量》，花式扣篮与全民欢歌等互动环节燃动全场，将现场气氛一次次推向高潮。赛场外，全国和美乡村篮球大赛（村BA）文化风采展，通过208张照片和65件实物，生动展示了“村BA”的发展历程与取得的丰硕成果。

近年来，“村字号”文化体育活动成为弘扬正能量的重要阵地。健康向上的文体活动，带动群众走下酒桌、牌桌，走上赛场、看台，也展现了新时代农民积极向上、团结奋发的精神风貌。各地把“村字号”文化体育活动作为推进文明乡风建设的重要抓手，“村BA”、村跑、村舞等成功出圈，以体育之名，让文化唱戏，“文化+乡村”带动村民富了口袋富脑袋，“跑”出乡村振兴新赛道。

本次活动由中央精神文明建设办公室、农业农村部、中共陕西省委、陕西省人民政府共同主办，中国农民体育协会、中华全国体育总会群体部、中国精神文明网、中共陕西省委宣传部（文明办）、陕西省农业农村厅、陕西省体育局承办，中共延安市委、延安市人民政府、陕西省农民体育协会协办。

（曹 戣 左 林）



左林摄

中国职工足球联赛总决赛揭幕

本报讯 日前，2025年“全民健身 健康中国”第九届“中国足球发展基金会—香港赛马会杯”中国职工足球联赛全国总决赛在广东省佛山市三水区云秀山体育场馆揭幕。

参加总决赛的48支参赛球队来自34个城市，按《国民经济行业划分》标准，涵盖了17个行业门类116个行业中类与小类。48支球队将通过4个比赛日、96场比赛的争夺，分别决出十一人制、八人制和五人制竞赛项目的冠军。

据介绍，该项赛事历经九年发展，已逐步形成了“基层赛—选拔赛—全国总决赛”的三级竞赛架构，贯穿全年进行。累计覆盖了104个行业或具体职业，先后在143个城市落地，共1.3万场次、近28万人次进行了逾6.8万场比赛。

为扎实做好运动促进健康工作，国家体育总局体育科学研究所专门制作了赛后拉伸恢复的视频教程，并与中国企业体育协会为参赛职工进行体质检测，组织首届职工体质挑战赛，充分利用赛事场景，将实用的科学健身指导送至职工身边。

中国企业体育协会承办的中国足协一级裁判员培训班也在佛山三水开班，结合总决赛进行培训，给学员们提供了宝贵的实践机会，助力职工足球基层赛的开展。

本次赛事由国家体育总局群众体育司、中国足球发展基金会、国家体育总局社会体育指导中心、佛山市三水区人民政府支持，中国足球协会指导，中国企业体育协会主办。

（轧学超）

本报记者 冯 蕾文/图

“世界杯两年一届，再次回到中国，首次进入江西，这对中国队来说是绝佳的机会。”中国跳伞队二队主教练周平亚说。

日前开赛的2025年国际航联第16届特技定点跳伞世界杯中国跳伞队一队、二队共派出28名运动员参赛。以江西队队员为主体的二队，正凭借主场优势全力冲刺。

谈及东道主优势，周平亚直言“地利”和“心态”是关键。“二队队员常年在江西吉安桐坪通用机场训练，对这里的地形、气象、环境都相对熟悉，这在受天气影响极大的跳伞项目里，是很重要的加分项。”他说，“中国承办该赛事，不仅能让世界看到中国跳伞的发展，更给年轻队员提供了展现自我的舞台。”

主场作战难免伴随压力，如何帮队员调整心态？周平亚分享了队伍的解压秘诀。“完全没压力是不可能的，我们主要从两方面引导。”他介绍，一方面会让队员将注意力集中在技术动作上，专注技术细节，紧张感自然会缓解；另一方面则尊重队员的个性化解压方式。“有的队员跳下来会吼一声，有的会加快拉高度差的速度，这些小习惯能帮他们快速放松。”此外，队伍还邀请了北京体育大学的相关专家教授开展心理辅导课程，为队员的心理状态保驾护航。

对于竞争对手，周平亚表示，卡塔尔队是中国队冲击

中国跳伞队的解压秘诀



金牌的最大劲敌。“其实我们和卡塔尔队水平相近，最终比拼的就是心态和临场发挥。”周平亚坦言，他更相信队员的能力，“只要心态稳住，我们就有机会突破。”

周平亚介绍，跳伞集体定点项目需进行8轮预赛，之后是半决赛和决赛，“稳定性至关重要，既需要技术支撑，也离不开体能储备。”

去年世锦赛，中国队取得历史性突破，斩获12枚金牌，位列金牌榜首位。“本届世界杯中国队最大目标就是多拿金牌！”周平亚语气坚定地说。

全国全民体能大赛总决赛收官

本报讯 全国全民体能大赛总决赛日前在陕西省体育训练中心南广场举行。

此次赛事包括综合体能、技能闯关与障碍跑项目，涵盖了力量、速度、耐力、灵敏、协调等多项体能要素，覆盖了4至60岁各年龄段运动员，充分考虑了不同年龄、不同群体的参与需求。赛事项目的多样性和趣味性，吸引了大量运动爱好者的参与，展示了全民健身的广泛性和包容性。

除了多样、专业的比赛项目，本次总决赛还设置了趣味体能嘉年华区域，包含了趣味体能区、能量动力仓与能量补给站、妙趣横生馆三大主题馆，并创新设置十二处特色印章打卡点。活动相关负责人表示，此次总决赛的成功举办，不仅是深入贯彻落实全民健身国家战略、构建更高水平全民健身公共服务体系的生动实践，更是“全民健身、运动三秦”主题系列全民健身活动落地的鲜活样本。

本次大赛由国家体育总局社会体育指导中心、陕西省体育局主办，陕西省体育训练中心、陕西省社会体育运动发展中心承办。

（轧学超）