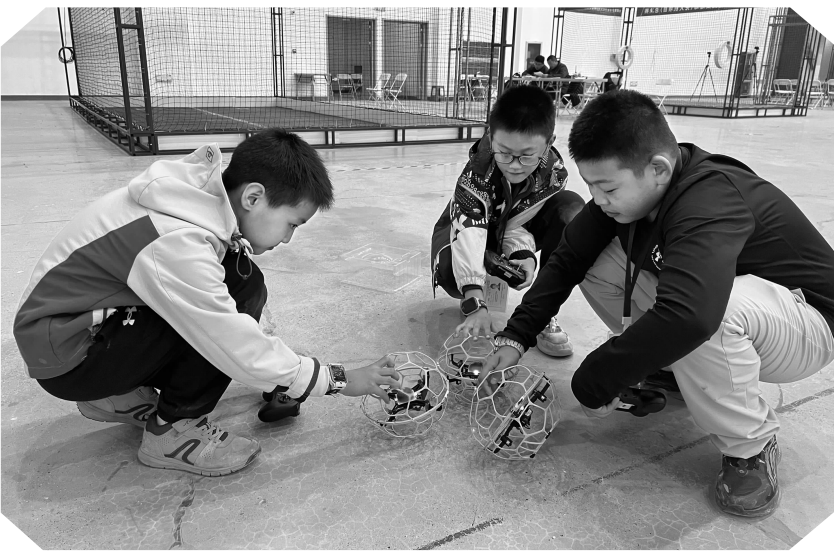


万人“飞北” “翼”鸣惊人



本报记者 冯 蕾文/图

青岛西海岸新区嘉年华会展中心内，无人机的嗡鸣交织成青春的旋律。作为国家体育总局航空无线电模型运动管理中心、中国航空运动协会倾力打造的科技体育A类赛事，2025年“飞向北京·飞向太空”全国青少年航空航天模型教育竞赛活动（无人机项目）总决赛在此举行，全国32个省（区、市）的万余名运动员与教练齐聚，手握遥控器、心怀航天梦，在这片赛场留下属于少年的科技成长印记。

赛场争锋：协作拼搏最动人

“决赛每一分都咬得很紧，比半决

赛还难打！”北京海淀队的胡家铭攥着遥控器，脸上满是夺冠的雀跃。他与队友徐广庭、刘思源在无人机足球（200空心杯组）小学组决赛中以6比4艰难夺冠，半决赛13比11险胜更让这份荣誉格外厚重。

为了这份成绩，孩子们付出了远超常人的努力。他们连续一年多坚持训练，暑假每天要从北京海淀跨越一小时车程到大兴的训练场，“早上出发，晚上才回来”成了常态。面对比赛中的暂时落后，团队自有应对之道，“我会让队友做好防守，我们稳定性好，慢慢追就能赶上来。”胡家铭说。队友刘思源则更看重过程：“比赛的意义不止于结果，和队友一起拼搏的时

光最珍贵。”

在另一侧的无人机接力任务飞行赛场，523组少年选手正上演着默契配合。“A选手完成任务后，需将无人机精准停到B选手的起飞台，交接遥控器后由B选手完成后续任务，最终落在A选手的起降台。”项目裁判长陈杰庚介绍，选手需自行拍打计时器启停，裁判同步计时形成“双保险”，这不仅使无人机接力任务飞行比赛更加公平、准确，还能让学生更快乐地投入到比赛体验中。

科技护航：细节彰显专业厚度

“无人机撞击后毫秒级回稳，全靠飞控陀螺仪的强大算力。”赛事技术保障人员指着无人机足球赛场介绍，在8米长全封闭球场内，“抢5分且需两球差”的赛制让比赛充满悬念，而优化器材的稳定性更让选手们能专注竞技。

信号干扰是无人机赛事的“天敌”，技术团队为此量身定制双重方案。据介绍，赛前，团队先用频谱仪全面检测赛场周边信号功率与杂波。通过多台机器反复模拟比赛，最终选定3个稳定、清晰的图传频段供选手使用，确保第一视角比赛项目能够顺利进行。为本次赛事提供技术支持的工作人员表示：“无人机第一视角竞速赛器材红箭70暗藏巧思。7厘米轴距的机身不仅能

三档调速，更有‘反乌龟’功能，让翻倒的无人机10秒内复位，避免选手因一次失误终结比赛。”

赛道设计则兼顾专业性与普及性。第一视角竞速空心杯赛道可在学校教室搭建，大大降低了项目开展门槛。工作人员说：“我们要让科技竞赛不只属于赛场，更能走进日常教学。”

基层深耕：让航天梦扎根校园

“无人机第三视角竞速赛简单易学，一年级的学生通过练习就能上手。”青岛畅酷飞行俱乐部教练李嘉豪的话，道出了项目普及的密码。作为本次参赛人数最多的项目（3800余人），其全包围结构器材保障安全，百元左右的入门成本更获家长认可。

俱乐部已与青岛超银小学等6至7所学校合作开展航模社团课，每周进校授课，培训学员上千人。负责人张芮嘉透露，近年来女生参与比例显著提升，不少孩子因此变得更自信。

国家体育总局航管中心运动三部项目负责人表示，赛事的核心价值远超竞技本身，“它能让青少年了解航空航天理论知识，提升团队协作与心理抗压能力，选手在跟随无人机奔跑中还能锻炼体能，真正实现‘五育并举’。”

科技体育 快乐体验



北京社区杯足球赛以球会友邻里同行

“浙样运动”上线推介运动正确姿势

本报讯 近日，浙江省体育总会启动“浙样运动”体育技能公益普及线上推广活动，以“发现运动的无限可能”为主题打造六期系列视频。

视频聚焦街舞、瑜伽、防溺水等六大运动，每期邀请专业运动员等权威嘉宾，解读项目起源与现状，演示基础技能要领，并普及安全防护知识。

作为体育公益行动重要载体，

视频依托专业力量构建权威科普体系，如防溺水板块融入自救技巧教学。通过“运动介绍+技能教学+安全指南”三维结构，兼顾趣味性与实用性，助力公众尤其是青少年提升运动素养。

活动旨在以镜头为桥，激发全民运动热情，推动健康生活方式普及，为全民健身注入新活力。

（冯 蕾）

2025陕西网球公开赛落幕

本报讯 近日，2025陕西网球公开赛暨丝路长安网球精英赛在陕西网球中心落幕，吸引了218名选手参赛。

赛事采用“赛事+嘉年华”模式，将全民健身氛围推向高潮。为期三天的比赛，组委会通过视频与图片直播，让场外观众也能实时感受赛

场精彩。经过激烈角逐，三大组别七个项目的冠军相继揭晓。

近年来，陕西网球运动蓬勃发展，群众基础不断夯实。越来越多高水平赛事落户古城，让市民在家门口就能欣赏精彩对决，极大地激发了大众对网球运动的热情。

（冯 蕾）

本报记者 顾 宁

随着终场哨声的响起与全场的欢呼，2025年北京市第五届社区杯八人制足球赛落下帷幕。这场历时近5个月的足球盛宴吸引了184支男子组和12支女子组社区球队参赛。

作为北京规模最大的群众性足球赛事，3332名球员在一个多月横跨夏秋的500场精彩对决中，展现了北京草根足球的蓬勃生机与竞技热情。

至今已举办5年的社区杯足球赛，已经成长为连接北京城市脉络、凝聚邻里情感的重要平台。今年的赛事规模再创新高，彰显了足球运动在北京市民中的广泛吸引力。赛事首次采用“本区运动员代表本区参赛”的方式，这一举措有效激发了各区选手的参与感和归属感，有力促进了北京市各区社会足球的平衡发展，让足球真正扎根于社区土壤。

北京市足球运动协会负责人表示，“本区人踢本区赛”的办赛原则，有效促进了区域足球的均衡发展，切

实推动足球运动深入扎根基层社区、服务人民群众。赛事充分彰显了足球运动在促进全民健康、丰富群众精神文化生活、增进社区邻里和谐方面的积极作用。

自2021年开始，北京市社区杯八人制足球赛共有1147支球队登上赛场，569名女运动员用飒爽英姿诠释“巾帼不让须眉”，294名外籍选手因足球融入社区，总计25126名足球爱好者在奔跑中挥洒汗水，累计奉献了2500余场精彩对决。

社区杯的意义从来不止于一座奖杯、一场赛事。它是社区邻里从“点头之交”到“并肩作战”的契机，是孩子们眼中“爸爸妈妈和邻居一起踢球”的温暖画面，是老街坊们围坐讨论战术时重新升腾的烟火气。当足球走进社区，它不仅是竞技，也是联结情感的纽带，更是“远亲不如近邻”的归属感。

本届赛事由北京市体育局、各区人民政府、北京经济技术开发区管理委员会及燕山地区办事处联合主办。

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。



北京体育大学以龙为媒以舞健身

轧学超 郭思雨

北京体育大学“薪火游龙”健身龙舞流动实践志愿服务团队以思政教育为引领、文化传承为纽带，融合学术研究、基层服务与社会协同，秉持“传承中华龙舞文化、践行全民健身国家战略”的初心，重点关注特殊群体与偏远地区群体，打造兼具文化传播与公益服务属性的特色志愿服务品牌。

该团队2021年组建，队伍以北京体育大学师生为核心骨干，整合多方资源构建“专家引领+校社联动”的组织架构，涵盖健身龙舞学术研究团队（含国家级社会体育指导员、运动康复专家等），北京体育大学舞蹈表演、体育教育等专业的优秀学生，全国各省市的资深社会体育指导员、健身龙舞爱好者和跨领域公益人士，共同组成传播龙舞文化、服务基层群众的生力军。

在教学内容上，团队将《全国彩带龙竞赛规则》《年龄分层+场景适配指导体系》等研究成果转化为具体套路，针对不同群体设计差异化内容，为社区中老年人编排舒缓型龙舞动作，兼顾健身与安全性；为乡村地区结合节庆活动创编展演套路，融入地方民俗元素；在甘肃、新疆、西藏等地，形成兼具地域特色与健身

功能的特色套路。

在服务形式上，团队采用“流动教学+定点扎根”模式。志愿者携带便携龙舞器材深入全国30余个省（区、市）的社区广场、乡村文化站，开展面对面教学，每年开展活动80余次，超2万人次掌握了健身龙舞基本技能。在偏远山区建立“科学健身服务站”，定期驻村教学的同时，重点培养当地居民成为健身龙舞指导员。

针对特殊群体，团队创新开发健身龙舞适配方案。为智力障碍儿童设计“趣味龙舞课程”，帮助孩子在舞动中提升肢体协调性，目前已进入10余所特殊教育学校；为肢体残疾、听力障碍人士改编《中华龙舞起来》套路，简化高难度动作，增加坐姿龙舞、手语指挥等辅助方式。目前已让800余名残疾人通过龙舞感受运动快乐。

团队还拓展了线上推广路径，制作的《中华龙舞起来》系列教学视频，全网播放量超500万次，成为群众自学龙舞的重要资源。同时，通过组织社区龙舞展演、乡村龙舞比赛等活动，让健身龙舞从技能教学延伸为文化活动，累计带动近5万人参与其中。

经过多年实践，健身龙舞已成为团队服务的鲜明标识，实现“以龙为媒、以舞健身、以文化人”的志愿服务目标。

特色周末让运动融汇生活

本报记者 顾 宁

日前，三场各具特色的体育赛事在北京同步上演。第三届北京腰旗橄榄球公开赛、北京市第十九届“和谐杯”乒乓球比赛总决赛暨首届北京乒乓球公开赛、首届温榆河“瓜车”赛接连开赛，覆盖不同运动领域、不同年龄段人群，近千名运动员与市民在赛场挥洒汗水，尽情享受运动乐趣，为首都周末注入蓬勃活力。

在通州区运河奥体中心，第三届北京腰旗橄榄球公开赛火热开赛。赛事由北京市社会体育管理中心、通州区体育局主办，设置5人制男子组与混合组两个组别，27支队伍、近400名运动员同台竞技。比赛采用小组赛、淘汰赛、名次赛相结合的赛制，55场激烈角逐既考验团队协作，也展现个人风采。赛事以高标准保障、高规格场地和高水平执裁，为爱好者搭建交流平台，更实现群众体育与竞技体育的良性衔接，多名参赛运动员凭借赛事积累入选国家腰旗橄榄球队。

同期，通州区弘赫国际体育运动中心迎来北京市第十九届“和谐杯”乒乓球比赛总决赛暨首届北京乒乓球公开赛。经层层选拔，来自各区、市总工会、市教委、市残联等

系统的73支代表队、近400名运动员齐聚赛场。赛事设置城区组、郊区组、中小學生组、残联组等多个组别，打破地域、行业、年龄界限，让不同水平的乒乓球爱好者得以以球会友、切磋技艺。自今年6月启动以来，“和谐杯”系列活动已举办323场比赛，吸引842支队伍、近万名运动员参与，覆盖人数达1.9万人次。小小银球展现了新时代首都全民健身成果与市民的良好精神风貌。

在温榆河公园浅草地，首届温榆河“瓜车”赛吸引200名骑手逐风“城市绿肺”。“瓜车”即砾石公路车，是介于公路车与山地车之间的全地形骑行运动。赛事设置男子精英组、大师组及女子组，通过“预赛计时筛选+决赛排名”决出名次。10公里半封闭赛道串联土路、碎石路、草地等多元地形，既保留越野特质，又契合公园生态肌理，让骑手体验“车轮丈量生态”的独特乐趣。

周末三天，三场赛事多点开花，兼顾专业性与全民性。北京以丰富的赛事供给，让体育融入市民生活，既为专业选手搭建竞技舞台，也为普通民众提供健身平台，持续推动全民健身事业高质量发展，让运动成为首都周末最亮丽的风景线。