绿茵场上的无声铿锵

本报记者 轧学超

足球在草皮上轻快地跳动，带着清脆的沙沙声，被一脚精准推送到队友脚边。队友迎上、停球、转身、摆腿射门，动作一气呵成。这里是全国残特奥会女子五人制聋人足球比赛的训练场，没有观众此起彼伏的呐喊，没有尖锐的哨声划破空气，只有球鞋与草坪摩擦的细微响动。

辽宁队的队员们正在进行训练。她们盘带、拉球、挑传，节奏轻快；跑动中，身体灵活转切，每一次传球都恰到好处，每一次射门都力道十足。场边，很多人举起手机记录下她们的动作，还有人用手语比划着加油。她们用眼神交流，用手势沟通，一个点头、一个抬手，就足以完成一次心领神会的配合。

这支队伍的班底，来自大连盲聋学校。主教练是师彦龙，也是学校的体育老师。他的声音或许无法直接传进队员的耳朵，但他的手势、眼神和一次次示范，却在球场上清晰而坚定。“她们对足球有热情，也有韧劲。”师彦龙告诉记者。在大连盲聋学校，每一位学生都要掌握至少一项体育技能，这不是任务，而是一种理念：让身体动起来，让心打开，让生活多一份色彩与力量。

林伽茹是队伍里的一员。她参加过上一届全国残特奥会，当时辽宁队获得第四名。对她来说，那是一次难忘的经历，也是梦想启航的地方。“今年我想冲击第三。”她用手语表达着目标，眼神中闪着光。她的梦想是成为一名职业运动员，虽然在别人看来或许遥远，但在她心里，正一步步靠近。

训练场上，林伽茹总专注投入。迎球、扣球变向、突然加速突破，动作干净利落；射门时，脚背绷紧，足球如炮弹般飞出。她知道，梦想必须用汗水和坚持去浇灌。“她自律、有天赋，更有一颗不服输的心。”师彦龙说。在他看来，体育不仅是竞技，更是一种教育，教会孩子们直面挑战，突破困境。

学校副校长安北英也认同这样的理念：“我们希望每个孩子都能在运动中找到快乐与自信。体育让他们学会沟通、合作，也学会面对生活的困难。”无论是足球，还是其他项目，每一项运动都在悄悄塑造着学生的品格。

“足球让我们找到了属于自己的舞台。”林伽茹说。她的梦想不仅是个人的追求，更是整个团队的共同目标。“我希望有一天，能站在更高的舞台上，让更多人看到我们的努力。”她的眼中，有光，有热，有对未来的无限憧憬。

体育，让她们跨越身体的障碍，收获自信与勇气，也让她们感受到生命的力量与价值。正如她们所证明的那样，无论世界是否喧嚣，只要心中有光，脚下就有路。 （广州12月7日电）

冠军门将残特奥会赛场再发光

张博宸

聋人足球（十一人制）是本届全国残特奥会最早开赛的夏季项目。5月，佛山人陆永健作为广东队的守门员帮助球队在点球大战中战胜辽宁队夺冠后，时隔数月，在聋人足球（五人制）比赛举办前回到比赛地，这一次他的身份变成了竞赛专班负责手语培训的工作人员。

12月8日，聋人足球（五人制）比赛在位于佛山三水的健力宝足球青训中心开赛，共有来自天津、浙江、广东、四川等地的18支队伍、近250名运动员和技术官员参与，比赛持续至12月14日。

在赛前对工作人员的手语培训中，陆永健一遍遍地演示“你好”“加油”“哪里不舒服吗”等赛场内外常用或应急手语，工作人员们逐一认真模仿并接受指导。培训过程中，陆永健阳光自信的性格、勤勤恳恳的态度让其收获同事的称赞，“他是很棒、可靠的工作伙伴。”

结束培训，陆永健表示，他的日常工作除了教志愿者和工作人员基础手语，还涉及赛事无障碍环境优化。目前，聋人足球项目的比赛场地已新增运动员休息室、无障碍卫生间；场馆整体标识指引及氛围宣传已进行全方位查缺补漏，增加氛围布置和100多处标识指引，确保清晰、醒目、无障碍，营造浓厚的赛事氛围。“从场馆设施到服务细节，我和团队其他成员都力求完善。我们要用暖心与细心，让每一位参与者感受到尊重。”陆永健说。

全国残特奥会是残疾人运动员展示技艺、赢得尊重、圆梦赛场的舞台，更是基于体育赛事活动向全社会展示残疾人积极向上的精神面貌、超越自我的意志品质的窗口。陆永健感慨道：“之前在家门口圆了冠军梦，我最大的感受是满足。我们可以和健全人一样，在多种场合发光发热，甚至在身体活动受到一定限制时，在赛场内外更坚强、更拼搏。”

谈及身份转变的不同感受，陆永健说：“‘平等、参与、共享’是本届残特奥会一直强调的精神。能为赛事再出一份力，我很开心、很荣幸。感谢组委会提供的平台，让我们能帮助更多听障运动员在赛场上绽放光彩。” （广州12月7日电）

■图片新闻

12月7日，在内蒙古乌兰察布市大河湾滑雪场，众多爱好者享受滑雪的乐趣。图为滑雪爱好者带领小朋友滑雪。

新华社记者 连振摄

“一带一路”群众体育系列赛匹克球比赛开锣

本报讯 12月6日，2025年“一带一路”群众体育系列赛匹克球比赛在泉州职业技术大学泉太网球馆开幕。本次比赛立足于福建“21世纪海上丝绸之路”核心区优势，以体育为纽带搭建跨国界交流平台，加深不同文化背景人群之间的了解和友谊。

赛事吸引了16支队伍近200名球员报名参赛，大家以球会友，促进民心相通，深化文化交流。

本次比赛不仅注重赛事质量，更突出“体育+文化+交流”的复合功能。在赛场之外，组织方还安排了簪花、提线木偶等非遗文化，以及品类丰富的闽南美食，让参赛选手和观众在感受激烈比赛氛围的同时，深入体验闽南文化的独特魅力。“这不仅是一场体育竞技，也是一次文明互鉴。”福建省社会体育指导中心相关负责人表示，赛事通过“边打球、边交友、边看文化”，让大家从多个维度了解泉州、了解福建。

“福建荣耀——第十五届全运会八闽健儿风采巡回展”也搬到了赛场，在广大球友中引发热烈反响。展览通过丰富的图文与生动的解说，全面回顾了福建省代表团在本届全运会上取得的辉煌成就，将赛场上的荣耀时刻与背后的拼搏故事带到了现场。

（刘小珠）

（上接第一版）

值得一提的是，张华还参与编纂了《八段锦图谱》《八段锦百问百答》《中国近现代养生颐养文献汇刊》系列中的导引养生专辑等，梳理、阐释了传统养生运动的当代价值，为健身气功的科学化、规范化、国际化推广筑基。

在张华的引领下，如今有越来越多的群众从被动健身转变为主动健身，将体育纳为日常生活的重要组成部分，在全民健身之路上向着更科学、更智慧、更融合的方向前行。

宿州将试点工作抓出特色和实效

（上接第一版）

乡村校园结出体育硕果

“对得起青春，抵得住诱惑，耐得住寂寞，我的命运我要去争，大泽加油！”这是全国群众体育先进工作者、大泽乡镇中心学校篮球队主教练丁文亮定下的口号，也是他7年前组建篮球队至今想传达给孩子们的核心内容。

从乡镇学校的自娱自乐，到代表宿州市义务教育阶段校园篮球最高水平，7年来，丁文亮从一个爱打篮球的数学老师变得越来越懂体育。“刚建队时出现过头一天凑齐12人，但第二天只来一人的情况，我只能重新找学生和家长单独沟通。”

如今，大泽乡镇中心学校的篮球班名额有限、供不应求，各年级每学年固定开展篮球比赛，全校80%以上的学生对篮球运动有认知、有接触。谈话间，丁文亮眼角泛起微光、语气更为坚定：“从首个女队员考入武汉体院，到现在队员们批量被省重点院校录取，大家纷纷以体教融合的方式成才，促进孩子身心健康的路恰恰是帮他们走向更好人生的路。”

试点工作开启后，宿州市教体局在资金支持、修缮场馆、送教下乡三方面给予大泽乡镇中心学校帮扶。目前，该校已是宿州市篮球队的建设单位，还配备了一名专职体育教师在日常上课之余全程参与校队的竞训工作。队员韩梦璐说：“练球这两年，爸妈起初不支持，但我们今年的比赛质量越来越高，校内体育活动也越来越丰富，队伍成绩越来越好，爸妈现在有了更大的底气，鼓励我追逐梦想。我今年12岁，会用体育的方式拼出更好的人生！”

市队校办助力体教融合

今年，宿州市积极推进“市队校办”模式并借助该模式打造“一校一品”。通过“特色项目+常规课程+社团活动”等模式将体育元素进一步融入教育体系，缓解“小眼镜”“小胖墩”“小豆芽”“小焦虑”等困扰青少年身心健康的问题。

拂晓小学是乒乓球项目“市队校办”的基地。在校内乒乓球馆，五年级的徐国轩正在与高年级运动员同台对练，6岁开始练球的他现在已是国家一级运动员。“开始是在体育课上接触了乒乓球，被教练选中后白天上课、放学练球，不需要专门去俱乐部，还能出去打比赛，这种日常安排我平衡起来没有压力。握上球拍的那一刻，我感觉很兴奋。”徐国轩说。

宿州市乒乓球队总教练丁鹏介绍，“市队校办”要求专业教练每周进校和体育老师共上体育课、提供课后服务，“我们一周保证有四天到校，除了给学生带来专业的教学，更重要的是我们的专业度、职业经历等激发了学生更大的兴趣。基础教育环节，体育项目的推广普及非常重要，‘市队校办’这种既包含兴趣培养，又有专业底色的体教融合举措有更长远的价值。”

拂晓小学银河一路校区执行校长李伟从教学管理的角度谈起了“市队校办”的影响。他提到，乒乓球和击剑两个“市队校办”项目的入校弥补了学校小球类和非球类项目社团的空缺，打破了校园体育队和专业俱乐部的壁垒，双师课堂让基层体育教师和职业队教练得到教学相长的良机，“师生共同营造热烈的体育氛围，更多孩子养成了运动习惯。家长们在了解细节后，给予学生参与体育锻炼更大支持，提升了家校双方促进青少年身心健康工作的质量，体育精神进一步根植校园。”

宿州市教体局副局长于枫表示，体育总局青少司主办的“体育促进青少年身心健康试点工作推进会”让试点城市有了深度交流的机会。总局领导对青少年身心健康的重视和专家学者给出的建议深化了宿州对试点工作的认识、提振了工作热情、明确了工作方向，“宿州会从凝聚多方合力，强化协同推进；加快基地建设，发挥中心效能；强化队伍建设，提升专业素养；做好摸底筛查，建立数据支撑；组织赛事活动，激发运动热情；推进科普与宣传，营造良好氛围六个方面推进试点工作落实，努力为青少年身心健康工作贡献‘宿州经验’。”

第三届中国—东盟国民体质与健康促进国际学术会议开幕

林剑 杨秋玲

12月6日，以“科技引领健康，合作共创未来”为主题的第三届中国—东盟国民体质与健康促进国际学术会议在南宁国际会展中心开幕。作为2025年中国—东盟人文交流年框架下的重要活动，本次会议由国家体育总局体育科学研究所、广西体育局、中国体育科学学会、中国—东盟中心联合主办，吸引了来自国际奥委会、亚洲群众体育协会、东盟各国及美国、澳大利亚等国家和地区的领导嘉宾、专家学者近千人参会，共同聚焦体质测评、科学健身、数据共享与人工智能等前沿领域，深化区域体育科技合作。

开幕式现场举行多场重磅战略合作签约仪式。体育总局科研所与广西体育局签署全民健身与全民健康深度融合战略合作协议，聚焦区域健康发展需求，打造辐射东盟、服务全国的高水平健康创新示范区；与新加坡、泰国、越南相关机构签署体育科技合作协议，确立运动健康领域共建共享、互联互通的合作机制；与国际奥委会奥林匹克主义365部门签署《中国运动与健康技术合作协议》，推动奥林匹克运动理念与区域健康促进实践深度融合，为区域健康事业打开通向世界舞台的广阔之门。

本次会议亮点纷呈，创新性融入多项新兴元素。国内首部科学健身题材微短剧《手握减脂秘籍，古人被我卷哭了》预告片正式发布，该剧由体育总局科研所联合半月谈文化传媒中心、咪咕数字传媒有限公司打造，以“穿越+喜剧”形式传播科学健身知识，开创“微短剧+运动”健康科普新模式；由体育总局科研所与无锡市梁溪科技城联合研发的CISS NationFit AI全民悦动大模型智能体全球首发，构建“监测—评估—干预”全流程智能服务闭环，推动全民健身服务向精准化、智能化升级。

会议主旨报告分享了我国全民健身事业实践成果。“十四五”期间，我国经常参加体育锻炼的人数比例持续提升，人均体育场地面积达3.0平方米，构建起完善的政策体系、场地网络、赛事体系与指导队伍；“十五五”期间将持续优化场地设施、丰富赛事供给、加强人才培养，并提出与东盟共建体质监测体系、共享科学健身资源、共通体卫融合经验的合作愿景，携手打造“健康丝绸之路”。

据悉，本次会议共收到投稿论文3582篇，录取1235篇，将通过20场专题报告、墙报交流等形式促进学术思想碰撞。会议期间，主办方专门组织与会嘉宾赴南宁青秀区观摩“邕BA”季后赛，现场见证我国基层体育赛事的蓬勃活力与全民健身的万千气象，进一步深化对中国群众体育发展实践的理解。

此次会议的举办，不仅为中国与东盟深化体育科技合作搭建了坚实平台，更彰显了体育在促进人文交流、构建人类命运共同体中的重要作用，为区域健康治理能力提升与体育强国建设注入澎湃动力。

家门口触手可及的“小幸福”

——河北体育“十四五”高质量发展全民健身篇

本报记者 张 昕

“手腕再抬高3厘米，好，这一式得了85分！”68岁的王大爷正跟着智能屏学打太极拳，屏幕实时显示着他的动作标准度，他笑着对旁边的老伙计说：“现在健身就跟打游戏似的，越练越带劲。”作为保定市首个智慧体育公园，5G、人工智能、物联网等技术与运动、民生相结合已不是新鲜事。五年间，河北推进全民健身工程，让“健身去哪”的难题成了历史，“15分钟健身圈”全面落地——448个体育公园星罗棋布，全省人均体育场地面积达3.09平方米，比“十三五”末多了约0.8平方米的运动空间。

硬件升级让健身触手可及

“十四五”期间，河北统筹推进的10个专业场馆，建成后将具备承办全运会的条件；市县两级则重点填补区域大型体育设施空白，五年建成投用36个中心场馆，85%的市实现“五个一”标准，80%的县达到“三个一”标准；符合国标的体育公园、高品质的街边球类场地达到了县县全覆盖，乡村振兴示范村的高标准健身设施实现全覆盖，全省每年有超过140家公共体育场馆免费或低收费开放，惠及千万人次。

更让群众暖心的是“15分钟健身圈”全面落地——126个新建标准体育公园、252个新建改建体育主题公园，星罗棋布的体育公园达到448个，群众“健身去哪”的问题得到解决，甚至部分地区达到“下楼即健身”的水平，人民群众的获得感、幸福感大幅提升。

石家庄市裕西公园东南角，建成近一年的室外智能健身房，始终是周边群众最喜欢去的地方。何阿姨是这里的常客，“每一台设备都能够实时监测健身者的心率、消耗的卡路里等数据，还能生成‘运动处方’，以前觉得健身是年轻人的事，现在才知道，咱们老年人也能当‘运动达人’。”她边蹬智能动感单车边说，“现在条件太好了，在室外，还有遮阳棚，风雨无阻都能练。”这些细节让健身真正融入百姓生活。

赛事焕新让全民当主角

河北在全国率先创立的全民健身大赛，贯穿全年，省市县乡村五级联动，每届总参与人数超过50万人次，真正实现了“全民参与、全民共享”。“以前当观众看比赛，现在自己就是运动员。”沧州市的李阿姨兴奋地说，她作为亚龙湾社区代表队的成员曾参加2024年沧州市首届社区运动会。这样的赛事在河北遍地开花，五年间全省累计举办16万场次全民健身赛事活动，培育打造了五人制足球、铁人三项、自行车、越野跑等一批高品质赛事。

其中，河北省五人制足球超级联赛作为全国首个省级群众性五人制足球主客场联赛，将体育比赛与文商旅深度融合，成为经济发展新平台；崇礼168超级越野赛、雪耀中国·高山滑雪积分赛等品牌赛事，让“赛事+消费”“冰雪+旅游”的组合火出圈。

精准指导让健身更科学

“以前健身靠感觉，现在靠科学。”糖尿病缠身十多年的王先生感慨道。在医生的帮助下，他通过抗阻训练和饮食调整，血糖指标连续半年达标。这样的变化得益于河北建成的154家健身与健康融合中心，采用“医院+社区+全民健身中心+健康管理中心”的运动促进健康模式，让群众在家门口就能享受到专业的健身指导。

更贴心的是社会体育指导员的志愿服务。现在，河北每千人拥有2.45名社会体育指导员，超过“十四五”规划指标0.29名，他们深入社区、乡村，开展“小蓝帽在行动”科学健身指导志愿服务累计3751场，手把手教群众科学健身。目前，全省经常参加体育锻炼人数比例达39.3%，较“十三五”末提升1.3个百分点，177人和234家单位受到全国表彰，全民健身与全民健康的深度融合正在燕赵大地开花结果。

五年来，河北省围绕构建更高水平的全民健身公共服务体系，实施体育惠民工程，这不是遥不可及的“大工程”，而是家门口触手可及的“小幸福”，是百姓最真实、最温暖的获得感。