

以武为媒 文体共生

全民健身

中国跆拳道协会全民健身系列活动多姿多彩

中国跆拳道协会近期连续在北京、山西永济落地两场面向大众的全民健身主题活动，一边以标准化千人晋级晋段考试夯实项目普及的群众基础，一边以“跟着跆拳道去旅行”的文体融合探索拓展运动场景边界，共同构成了中国跆拳道协会践行全民健身国家战略的生动实践。

中国跆拳道协会2026年全民健身日主题活动暨“千人晋级晋段”（北京站）日前在天坛体育中心举行，覆盖了北京市24家会员道馆的700余名考生。考试现场，从身着道服、以标准鞠躬礼完成礼仪环节的少年学员，到在品势考核中完整展示太极一章至高丽、金剛等不同套路的习练者，再到分组对抗中攻防转换清晰的实战选手，所有环节都将跆拳道“以礼始、以礼终”贯穿始终。

考场上两个特殊身影格外引人注目：年龄最小的考生王奕辰与董舒好，一个平衡学业与训练做到两不误，一个主动调整兴趣方向全身心投入跆拳道练习，在日复一日的训练中体会自律与坚毅的内核；50岁的考生张军权习武二十年，从传统武术转向跆拳道后专程赴考，希望以考试检验修

习成果、和年轻人同场竞技交流，用实际行动诠释了“全民健身、终身学习”的理念。

“诗韵鹳雀楼，亘古黄河情”，中国跆拳道协会2026年“跟着跆拳道去旅行”全民健身系列活动日前也在山西永济鹳雀楼广场启动。300余名跆拳道运动员齐聚黄河之畔，把跆拳道的竞技切磋搬进了千年名楼之下。作为中跆协重点打造的“体育+文旅”特色全民健身品牌，本次活动跳出了传统赛事“赛场内比拼”的单一框架，将跆拳道运动与河东地区厚重的黄河文化、盛唐文脉深度绑定。

赛事环节之外，组委会专门为参赛选手安排了完整的文旅研学路线：从普救寺、蒲津渡遗址到永济唐铁牛博物馆，从登鹳雀楼观赏黄河日落，再到前往西侯度遗址探访二青会圣火采集地，所有参与者在习武竞技之余，沉浸式走完了一条串联起黄河文化根脉的体验路线。这种“比赛+旅行+文化研学”的全新模式，既为各地跆拳道爱好者搭建了跨区域交流的平台，也通过赛事流量直接

赋能地方文旅消费，实现了“以武兴旅、以旅彰文”的双向赋能。

从北京天坛边的标准化千人考级，到黄河岸边鹳雀楼下的文体融合赛事，中国跆拳道协会连续推出的两项大众健身活动，走出了两条互补的普惠路径。前者以严谨统一的考评体系守住项目普及的专业底线，让不同年龄、不同基础的跆拳道爱好者都能获得清晰的成长路径；后者以“跟着跆拳道去旅行”的创新思路打破运动场景边界，让体育不再局限于场馆之内，而是成为连接人与城市、人与文化的纽带，也为全民健身国家战略的纵深推进贡献更多来自跆拳道项目的实践经验。

冠军进校园

中国跆拳道协会2026年冠军进校园、进社区暨全民健身志愿服务活（雄安站）日前在河北雄安史家胡同小学举办。2016年里约奥运会跆拳道男子58公斤级冠军赵帅，与两校区全体师生分享拼搏故事，传递体育精神。

在雄安史家胡同小学开学典礼上，赵帅结合自身追梦历程，以真挚的语言向同学们诠释了百折不挠的意义。他回忆道，年少训练时曾因体力不足、动作笨拙而受挫，伤病与失利更是家常便饭，但正是凭借忍耐与坚持，他才最终站上奥

运会最高领奖台。“真正的强大，不是永不跌倒，而是跌倒之后，拥有重新站起来的勇气。”赵帅勉励同学们，学习求知与习练武道一样没有捷径，面对困难不必害怕，守住定力、不轻言放弃，坚持体育锻炼，强健体魄、涵养品格，方能不断超越昨天的自己。

随后，赵帅为雄安史家胡同小学的学生们带来了一节跆拳道小课堂，他手把手指导孩子们动作要领，对基础站姿、发力技巧等进行细致讲解和示范，现场互动气氛热烈高涨。这样的互动不仅让同学们近距离感受到奥运冠军的风采，更在他们心中种下了不畏困难、勇敢追梦的种子。

此次“冠军进校园”活动是中国跆拳道协会推动体教融合、深耕青少年体育素养培育的生动缩影。近年来，协会持续组织奥运冠军、世界冠军走进中小校园，以榜样的成长故事激发青少年参与体育运动的热情。这不仅为校园体育多元化发展注入了专业力量，更在竞技体育与基础教育之间搭建起坚实的桥梁——让冠军从赛场走向课堂，让体育精神从竞技场延伸至人生产长过程中，在孩子们心中厚植爱国、自强、团结、拼搏的精神底色。

未来，中国跆拳道协会将继续以“冠军进校园”为载体，推动跆拳道项目在青少年群体中的普及与提高，为体育强国建设和青少年全面发展贡献更多跆拳道力量。



赵帅以榜样力量激励学子勇敢追梦

世界跆拳道大奖赛茂朱站 中国队收获2金1铜

本报讯 世界跆拳道大奖赛系列赛日前在韩国茂朱举行，作为G6级别奥运积分赛，本站赛事是洛杉矶奥运备战周期高级别赛事之一，中国队共派出12名运动员参加7个级别的比赛，收获2金1铜。

傅晓璐在女子49公斤级强势夺冠，为中国队赢得本次比赛第一枚金牌，这也是她个人的首枚大奖赛金牌。傅晓璐当天在1/8决赛中击败罗马大奖赛银牌得主、埃及选手贾娜·哈塔布，又在半决赛战胜队友马静月，成功闯入决赛。她在决赛直落两回合战胜无锡世锦赛冠军、中国台北选手刘侑芸，获得金牌。铜牌由马静月和哈萨克斯坦选手阿依达娜·库玛尔塔耶娃获得。

此外，邢佳妮在女子67公斤级半决赛中淘汰了韩国选手郭敏珠，与西班牙名将莱娜·莫雷诺·雷斯在决赛相遇。经过三个回合的较量，邢佳妮最终以2比1有惊无险地为中国队再搞一枚金牌。



夯实人才根基 打通培养渠道

中国跆拳道协会多措并举 推动体教融合高质量发展

近日，中国跆拳道协会围绕体教融合与青少年后备人才培养重点任务，从平台搭建、标准建设、人才集训多维度协同发力，打通校园与专业人才培养通道，全面推动跆拳道体教融合工作走深走实。

5月下旬，国家体育总局拳击跆拳道运动管理中心、苏州市人民政府、苏州大学三方签署共建框架协议，落地建设中国跆拳道学院，打造全国跆拳道体教融合创新示范区（简称“创新区”）。该国家级产学研平台聚焦体教融合人才培养、赛事经济产业升级、退役运动员职业发展、高等学历科研平台建设四大板块：开设跆拳道专项班，编制体教融合配套教材纳入中小学选修课程；建成国家级实训科研基地，开展教练员、运动康复、体育管理等职业培训；布局本科、研究生层次学历教育，共享国家队教练裁判优质师资，搭建国际交流合作平台。创新区将为校园课程开发、师资队伍培育、校馆协同联动、后备人才输送提供高校科研、学历教育、产业政策全方位支撑，探索跆拳道项目体教融合创新示范模式。

为破解传统青少年运动员选材依靠经验、缺少统一标尺的行业痛点，中国跆拳道协会将启动全国跆拳道后备人才科学化选材标准建设项目。项目组建跨学科专家团队，聘请奥运冠军担任顾问，计划2026年完成《全国跆拳道青少年运动员选材标准（试行版）》以及配套测试手册、操作视

频编制。后续依托各类赛事、训练营开展大样本实测验证，搭建分级后备人才库，2027年正式对外发布全国统一选材标准并建立动态更新机制。这套体系将把科学选材工作从专业运动队延伸至中小学校、社会道馆俱乐部，为基层发掘、评估运动苗子提供标准化技术工具，实现后备人才选拔规范化、科学化。

日前，2026年全国青少年跆拳道精英夏令营在湖南体育职业学院举办。本次训练营集竞技训练、科学选材、赛事观摩、思政教育、心理测评于一体，内容涵盖运动能力测试、选材数据采集、专项体能技术训练、外教实操教学、中国公开赛现场观摩、奥运冠军励志分享、爱国主义主题教育、SCL90心理健康测评等丰富模块。集训批量采集青少年运动员选材基础数据，既完成竞技后备人才储备，也为校园开展青少年人才选拔积累实测样本。同时，训练营沉淀形成一整套集训组织、测试评估、赛事研学、安全保障的标准化执行方案，为各地校园开展分层训练、体育研学实践提供可复制的样本。

下一步，中国跆拳道协会将持续以体教融合为抓手，用好创新平台、科学标准、集训赛事三大载体，贯通青少年跆拳道普及推广与竞技后备人才培养链条，充分发挥跆拳道项目育人价值，为我国跆拳道事业持续输送优质新生力量，助力体育强国建设。

龙城敲响战鼓 健儿蓄力奋进 ——世界跆拳道女子公开锦标赛综述

2026年世界跆拳道女子公开锦标赛日前在山西体育中心汾酒体育馆落幕。作为2028年洛杉矶奥运会周期打响的首场顶级国际女子跆拳道赛事，60多个国家和地区近400名运动员的参赛规模，刷新了该项赛事参赛纪录。三天鏖战，奥运冠军、世界冠军与新生代选手同台交锋；主场作战的中国队交出3金2银5铜的成绩单，在高水平实战中完成洛杉矶奥运周期的一次重要练兵。

本届赛事设置女子46公斤级至73公斤级以上共八个竞赛级别，汇聚全

球女子跆拳道顶尖力量。世界跆拳道联合会主席赵正源表示，这项赛事早已超越奖牌争夺本身，是彰显性别平等、释放女性体育力量的重要载体，鼓励更多女性勇敢追逐运动梦想。

选手们在展现女子跆拳道竞技水平持续提升的同时，也折射出洛杉矶奥运周期全球女子跆拳道竞争格局的变化。对各支队伍而言，这不仅是抢夺奥运积分、提升世界排名的关键赛场，更是检验训练成效、观察主要对手、积累国际大赛经验的平台。

主场作战，中国跆拳道队女选手

们稳扎稳打，在激烈对抗中收获成长。傅晓璐、王肖璐、申紫诺先后站上最高领奖台，左菊等队员斩获银牌、铜牌，年轻小将在国际赛场得到充分历练。多场比赛里，中国队小将直面巴黎奥运会冠军、世界顶尖名将，不畏强劲的对手，敢打敢拼，既有胜利的收获，也看到差距与不足。

赛场上运动员短短几分钟高光对决，背后拼的是系统化、精细化的兜底保障。从运动队报到注册、出入境对接、交通流转，到食宿接待、训练场地、竞赛运行、反兴奋剂、医疗保障，整套

最小25岁 最长73岁：

他们用一场展演诠释跆拳道魅力

日常训练，还多次和石有宾一同赴韩国参加品势、竞技赛事。扎根基层这些年，他培养输送了大批运动员，从市队、省队到国家队都有他带过的选手。在他心里，跆拳道从来不止于赛场争金，更是全民健身的重要载体，能让更多人强体魄、磨心性。

52岁的赵海燕来自广东深圳，她与跆拳道故事，是全民健身改变人生的真实写照。“我36岁才开始接触跆拳道，那之前身体一直不好。”机缘巧合踏入道馆后，她很快痴迷上这项运动。2013年练习品势后，身体素质一天天好转，自信心也慢慢建立起来。十几年来，她始终没有放下品势训练，国内、国际赛

事的奖牌攒了厚厚一摞。后来，她开了自己的道馆，前后教过数百名孩子，把这份运动带来的力量传递给更多人。从习练者到推广者，赵海燕的人生变化，正是跆拳道助力全民健身的具体体现。

这群深耕行业数十年的从业者，因热爱汇聚，因责任坚守，是中国跆拳道事业最稳固的基石。在道馆、校园、社区的健身站点，在每一个全民健身的场景里，他们以身为灯。“礼义廉耻，忍耐克己，百折不屈”这十二字落在王永志三十年如一日训练的身影里，落在赵海燕从病榻到赛场的坚持中，也落在无数基层从业者扎根半生的日常中。

人物风采



最小25岁 最长73岁：

日前，2026年中国跆拳道公开赛在湖南师范大学江湾体育馆举行。在开幕式上，三十余人身着笔挺道服，一招一式沉稳有力，动作整齐划一。他们是2026年中国跆拳道协会晋段考试官培训班的学员，也是本次公开赛开赛仪式上的特别展演团。

76名学员因同一份热爱奔赴长沙，其中既有持证复训的资深考官，也

有各地方协会推荐、冲刺备考的新晋考官。整支队伍年龄跨度极大，最小的25岁，最长的73岁。“段位和资历从来都绕不开时间沉淀，没有岁月的打磨，守不住这杆标尺。”中国跆拳道协会培训讲师、中级晋段考试官、跆拳道黑带七段石有宾说。

58岁的王永志来自江苏徐州，深耕跆拳道已近30年，几十年从未间断