

奉献 服务 健康 快乐

——最美社会体育指导员暨活力体育组织、全民健身志愿服务优秀案例巡礼(十二)

编者按：社会体育指导员与体育组织作为关键力量，持续推动群众体育事业蓬勃发展。为加强对基层体育人才的宣传激励，国家体育总局群体司举办了“奋进新征程 运动促健康”2024最美社会体育指导员暨活力体育组织征集活动，以及2024年全民健身志愿服务优秀案例征集活动。经过线上初评、网络投票、专家评审、社会公示等环节综合评定，结果近日揭晓。本版对遴选出的具有公信力、引领力和传播力的50名最美社会体育指导员、50个活力体育组织和20个优秀组织单位，50个有故事、有品质、有温度的优秀案例进行全面展示，选树典型引领示范，鼓励更多志愿服务组织和志愿者积极参与全民健身志愿服务活动。

最美社会体育指导员

吴宪元：用汗水浇灌南通体育之花

本报记者 傅潇雯

在江苏南通，有一位深受群众喜爱的社会体育指导员，她就是吴宪元。1986年，吴宪元投身于社会体育指导工作，2003年，她获得了国家级社会体育指导员的称号。三十多年来，她始终坚守在群体工作一线，为南通市的全民健身事业和精神文明建设作出了贡献。

这些年来，吴宪元在工作中积极配合各级体育行政部门，组织和引领周围群众参与体育锻炼。她不仅宣传普及健身方法，还积极培育健康文明的生活方式，成为群众心中的健身引领者。据统计，她多年来已举办了近千期各类健身公益项目培训班，受益群众达20万余人次以上。2023年她登上了江苏省电视总台演播厅举办的“魅力江苏·最美体育2022年度颁奖仪式”，在《最美·奋斗者说》环节中，她的演讲“木兰体育指导员故事”受到广泛好评。

针对虹桥社区老龄化现状，吴宪元先后组建了多个志愿服务品牌活动，如“木兰文化走进学校、社区、敬老院志愿服务”和“体育走基层”全民健身志愿服务等。她还成立了“志愿服务基地”，常年参与科学健身公益活动、慰问演出等志愿服务。

此外，吴宪元还注重健身作品的创作与推广。她创编的一系列健身作品屡屡获奖，其中有两个作品获得了江苏省新闻出版局注册版权。她还在江苏省第六届农民运动会开幕式及南通市第八届至第十二届运动会的大型开幕式上进行了表演，在“国际武术比赛”及东南亚举办的“中国木兰拳暨民族传统文化国际大赛”中获得14枚金牌，实现了她登上国际比赛领奖台的梦想。

吴宪元的付出与努力也得到了社会各界的广泛认可。她先后荣获全国优秀社会体育指导员、江苏省群体工作先进个人、江苏省十佳社会体育指导员等多项荣誉。她带领的健身团队也获得了包括民政部授予的“4A级社会组织”、江苏省“巾帼文明岗”、江苏省社区社会组织高质量发展案例、南通市属体育类社会组织“先进集体”等称号。

孟金丽：为柔力球推广奉献光和热

本报记者 冯 蕾

柔力球项目国家级社会体育指导员、国家级教练员、裁判员孟金丽十几年如一日，以柔力球为媒，将健康与快乐传递给千家万户。

孟金丽始终以服务为本，深入基层，走进社区，带头开展各类体育活动。无论是热闹非凡的社区广场，还是静谧祥和的公园绿地，都能看到她耐心指导、热情服务的身影。她用自己的实际行动，诠释了社会体育指导员的责任与担当，也带动了更多人加入到全民健身的行列。

2023年，江苏省南京市栖霞区组建了社会体育指导员志愿服务大队，孟金丽凭借其丰富的经验和卓越的组织能力，被任命为大队长。她带领团队深入基层，开展了一系列丰富多彩的全民健身活动。2024年3月，她协助区体育部门在全区成功组建了九支全民健身志愿服务小队，这些小队如同星星之火，迅速点燃了栖霞区全民健身的热情。他们走进社区、学校、企业，将健康的理念播撒到每一个角落。这些活动不仅丰富了居民的业余生活，还在很大程度上提升了居民的健康意识和生活质量。

孟金丽不仅是一位优秀的组织者，还是一位不断探索和创新的实践者。她通过视频号等平台发布自己的柔力球教学作品。这些作品专业性强，生动有趣，深受大众喜爱，推动了柔力球项目的普及和发展。在她的带领下，南京市柔力球队在国家、省级柔力球比赛中屡获佳绩，为南京体育事业争得了荣誉。

孟金丽认为：“人生的价值不在于自己拥有多少，而在于为社会贡献多少。”2020年，她被评为全国群众体育先进个人，2023年，她又被评为省最美社会体育指导员。在江苏省第九届全民健身运动会开幕式上，她作为全省社会体育指导员代表宣读了全民健身倡议书。站在台上，她谦虚地说：“能取得这样的成绩，要感谢各级领导的信任和家人的理解，还要感谢引领我一路走向社会体育指导员道路上的所有人。这些荣誉是对我这些年从事全民健身工作的认可，同时也是对我的鼓励与鞭策。未来，我将继续秉承奉献、服务、健康、快乐的宗旨，为全民健身运动事业贡献自己的一份光和热。”

全民健身志愿服务优秀案例

龙狮志愿服务贡献青春力量

本报记者 刘昕彤

编写龙狮教材并开设课程，平均每年培训人数超800人，培养了一批龙狮裁判员、教练员和2000余名学员，带动了8000余名龙狮爱好者，走进了103所学校村镇，累计受众人数超100万……这是南京邮电大学“百龙进百校”志愿服务团自2019年来的成绩单。

据了解，南京邮电大学大学生龙狮团是中国龙狮运动协会的专业会员单位，始终致力于中华传统龙狮文化的创造性转化与创新性发展。团队组建了中华龙狮舞志愿服务团，包含了江苏省龙狮运动协会技术骨干、社会体育指导员、高校大学生、社会人士等，他们积极开展“百龙进百校”志愿服务，带动更多的体育爱好者参与到龙狮项目中来，在传承龙狮文化方面取得了显著成效。

在团队建设上，得益于龙狮团强大的师资力量和

完善的硬件设施。团队吸纳了国家A级、B级龙狮教练员，同时邀请非遗传承人作为专家顾问，为团队提供了坚实的技术和文化支撑。南京邮电大学对龙狮团给予了充分的支持，不仅保障了专项经费的投入，还配套了舞蹈房、龙狮舞工作坊、会议室兼荣誉室和仓库等活动场地，为团队提供了良好的发展条件。

在志愿者招募与培养上，龙狮团依托南京邮电大学，建立了可持续的志愿者招募机制。通过开设龙狮课程和培训，团队不仅培养了大量龙狮运动爱好者，还选拔了一批优秀的裁判员和教练员，为团队的长期发展奠定了坚实的基础。目前，志愿服务团已拥有1689人，其中不乏国家级裁判员和运动健将，他们成为龙狮文化传承与发展和开展志愿服务的重要力量。

龙狮团得到了政府、社会的广泛关注与支持。南京



邮电大学中华龙狮舞入选江苏省中华优秀传统文化传承基地项目，团队连续五年执行江苏省高雅艺术进校园活动。中华龙狮舞志愿服务团还与多所中学共建龙狮文化教育基地，为青少年提供了学习和体验龙狮文化的平台。值得一提的是，作为教育部公益项目高雅艺术进校园的唯一龙狮演出团队，龙狮团将红色文化和思政元素融入表演中，形成了思政教育、传统文化相融合的新路径。

团队创新也未停歇。团队建立了国内最大规模的数字龙狮数据库，并应用无人机等技术实现了龙狮表演的创新。在传播方面，团队建立了留学生龙狮教学示范点，培训海外学员500余人，将龙狮文化传播到了一带一路沿线的15个国家和地区，为推动中华优秀传统文化的传承与发展贡献了更多的青春力量。

传承舞龙灯文化 助力多元发展

志愿服务队还紧密结合当地“全民健身月”和“全民健身日”活动，利用农闲时节深入村居开展舞龙灯培训和演出活动。这些活动不仅提升了农民的身体素质和生活质量，还充分发挥了全民健身志愿服务在立德树人和强身健体方面的教育引领作用。

在传承与创新方面，志愿服务队也做出了积极的尝试。在与西湖实验学校深度合作中，作为学校的特色文化课程开展，将舞龙灯文化深深植根于校园之中。志愿者们耐心传授，学生不仅掌握了舞龙技艺，还增强了体质，培养了民族文化自豪感，使得地域文化得以传承与发展。

在学习传承民间原有九套动作的基础上，团队深入挖掘舞龙文化的历史渊源和技术舞法，进行艺术加工和创新。通过传统与现代的巧妙结合，西湖舞龙灯的观赏性得到了显著提升。同时，他们还引入了健身彩带龙等形式，打破了人员和场地的限制，吸引了更多群众参与到健身运动中来。

此外，志愿服务队还积极推进体育文旅融合发展，将舞龙灯与体育赛事、文旅节庆活动、乡村旅游结合，通过公益展演、志愿服务、进景区等方式，推动舞龙灯文化在西湖镇遍地开花。

未来，志愿服务队将持续开展舞龙文化主题展示活动，促进西湖舞龙灯进村居、进乡镇、进企业、进机关，开展形式多样、内容丰富的教育培训。此外，还将进一步推进“传统体育项目进校园”，为传统体育项目培养大批年轻一代传承者、传播者，帮助青少年通过体育锻炼享受乐趣、增强体质、锤炼品格。



厦门市海沧区体育总会

把健身指导带到更多人身边

本报记者 軋学超

福建厦门海沧区体育总会自2013年成立以来，积极开展体育进社区、体育下乡等公益课程志愿服务，为广大群众提供免费的健身指导服务。近一年来，总会还开展了篮球、幼儿跳绳、太极拳、围棋、轮滑、乒乓球、中国舞、成人形体课等10余项共200节体育公益课程，约有3000名群众报名参与。

厦门海沧区体育总会以志愿服务为依托，把体育的健康与温暖带到更多人身边。他们结合大学生和居民组建志愿者服务队伍，协助筹办体育赛事活动，参与了2024海峡两岸（厦门海沧）大众田径公开挑战赛、2023—2024游泳俱乐部大联盟联赛（厦门站）等20余项体育赛事活动。

据统计，厦门市海沧区体育总会志愿服务队成立以来，开展各种赛事活动与公益活动的志愿服务，至今有志愿者614人，累积服务时长约10000小时。此外，总会积极开展体育健身展演与优秀志愿者表彰活动，完善社会体育指导员

激励与提升机制，有效激发了社会体育指导员的积极性。

值得一提的是，厦门海沧区体育总会还开展了2024年海峡两岸（厦门）青少年足球邀请赛，并承办2024海峡两岸（厦门海沧）体育研学夏令营，通过体育交流，让两岸同胞共同感受祖国文化的魅力。与此同时，总会联合海沧区长跑协会与海沧区体育总会悦跑团等，以体育+生态文明结合全国生态日的主题，开展了2024年海沧区仙灵棋环保活动，以实际行动践行生态文明理念。

为进一步多元化开展体育志愿服务活动，并同步向人们传递科学健身理念，近年来，厦门海沧区体育总会不仅组织各界志愿者以全民健身、科学锻炼、健康生活为主题，开展街头采访、挑战与问答等活动，还招募了社会体育指导员与大学生志愿者，对各个社区居民与单位职工进行免费体质测试，提供科学的运动与营养建议，并与当地学校、企事业单位合作，邀请专家开展体卫融合体育公益讲座和培训，以提高群众的体育素养和健康意识。

江西会昌山地运动协会

引领健身潮流 展现活力风采

本报记者 冯 蕾

在江西省赣州市会昌县，有一支备受关注的体育社会组织——会昌山地运动协会。自成立以来，协会不断发展壮大，迅速成为县内人数最多、成绩最突出、最具活力的体育社会组织之一。协会现有一级社会体育指导员2名、二级1名、三级95名，他们以其专业的技能和满腔的热情，为协会的发展注入了强大的动力。

会昌山地运动协会积极开展丰富多彩的全民健身活动。从2019年的秀美古坊徒步大会、“美丽中国，我是行动者”公益徒步活动、汉仙岩千人徒步活动，到近年来的跑步、徒步、自行车等赛事活动，协会都展现出了强大的组织承办能力。

此外，协会积极组织了“骑聚戏剧小镇·游享畲族风情”2024年会昌县第四届赣闽粤环汉仙畲乡自行车骑游、“运动赣鄱·活力江西”江西省第七届全国全民健身运动会暨会昌县第六届全民健身运动会、全民健身大拜年活动、“奋进

新征程 运动促健康”全民健身志愿服务系列活动、学习雷锋体育志愿者服务等，有效推动了全民健身运动的普及和发展。

除了积极组织体育活动外，会昌山地运动协会还热心公益事业。协会定期组织志愿者进行禁毒宣传、无偿献血、关爱老人等活动，传递了大爱精神，为建设“健康会昌”“文明会昌”贡献了力量。

会昌山地运动协会还通过公众号、手机报、新闻等新传播媒介，长期开展“全民健身，健康会昌”宣传活动。这些宣传活动不仅普及了全民健身的知识和理念，还激发了市民参与体育运动的热情和积极性。

会昌山地运动协会赢得了广泛的认可和赞誉，先后被评为“五星级体育协会”“群众体育运动先进集体”“群众体育运动先进单位”“2023年度赣州市精品社会党组织”等荣誉称号。

会昌山地运动协会将继续秉承“全民健身，健康会昌”的宗旨，不断创新活动形式和内容，提升服务质量和水平，为推进全民健身高质量发展贡献力量。