创新融合 社区运动会求新求强

城乡社区是社会的基本单元，也是广大群众参与体育赛事活动家门口的“赛场”。在国家体育总局的统筹指导和精心设计下，线上线下相结合、全社会参与、多项目覆盖、多层级联动的“社区运动会”正在如火如荼地开展。全国各地也围绕凸显“以人民为中心”发展理念、服务国家经济社会发展大局、服务大型体育赛事，以科技赋能、创新规则等手段，因地制宜推动社区运动会高质量发展，让社区运动会焕发生机和活力。

凸显“以人民为中心”发展理念——
“点单服务”提升群众幸福感

本报记者 **傅潇雯**

在全民健身理念日益深入人心的当下，社区运动会正成为各地丰富居民生活、提升群众幸福感的重要举措，生动诠释着以人民为中心的发展思想。

在青岛，社区运动会的“点单式”服务，以创新之举将以人民为中心的理念贯穿其中。以往传统的运动会模式，项目安排往往较为固定，群众只能被动选择，难以满足个性化需求。青岛市社区运动会“你点单、我办赛”的模式开启了全民健身的“定制时代”。群众只需通过小程序“点单”，趣味项目和竞技项目可供不同年龄段和不同运动水平的人们进行选择。青岛市市南区教体局相关负责人说：“像市南这样的老城区，个别社区居民年龄普遍偏大，现在可以自主选择适合自己的比赛项目，居民都踊跃参加社区运动会。”此外，小程序还具备强大的数据统计功能，能够详细记录参与“点单”居民的居住社区、年龄、运动习惯等信息，为赛事组织者提供精准的依据，让办赛过程更加贴合人们的实际需求。青岛市体育局充分发挥体育赛事融合能力，精心搭建社区运动会体育服务平台，积极整合体育协会、体育俱乐部、体育企业的优质资源，建立起青岛市社区运动会“项目超市”。社区群众“点”哪个项目，“项目超市”就送哪个项目，这一创新举措不仅解决了社区体育资源不足的难题，也鼓励和引导了社会力量参与举办社区运动会，实现了“双向奔赴”的良性循环。

近几年，各地在举办社区运动会的过程中不断创新和积累经验，更好地满足了群众的需求。“自第一场社区运动会赛事活动举办后，为了让运动项目和比赛形式更贴近群众，除了拔河、旱地龙舟、丢沙包等传统比赛项目，结合各工作区、村的赛事举办场地条件，我们通过发动群众、网络学习借鉴等方式，创意设置涵盖老、中、青三个群体运动项目，取得了很好的社会反响。”山东省临沂市兰山区方城镇相关负责人说。自2024年年初，围绕人民群众的健身需求，方城镇在精心筹备第二届方城镇村级足球联赛的同时，还举办了24场社区运动会，真正把公共体育服务搬到群众“家门口”。

从人民群众的需求出发，社区运动会让群众在参与中增强了获得感、幸福感和归属感。

新华社供图（资料照片）

服务大型赛事——
送“体”活动燃动全城

本报记者 **冯 蕾**

成都市社区运动会的创新举措——世界运动会项目进社区活动目前正在如火如荼地进行中。此次活动以“送‘体’进社区”为主题，旨在将世界级的体育盛宴带到市民的家门口，让更多人能够亲身参与并体验运动的乐趣。

成都市锦江区的社区广场上人声鼎沸，送“体”进社区教学活动场景热烈。居民们积极参与各种体育活动，脸上洋溢着幸福的笑容。活动组织者精心策划，设置了攀岩、滑板、飞盘等多个世界运动会项目的体验区，吸引了大量市民驻足尝试。

社区居民王女士带着11岁的孩子正在体验攀岩项目。她兴奋地告诉记者：“这样的活动真的非常有意义！孩子们不仅能接触到更多新颖的体育项目，还能在运动中培养团队合作精神。希望以后能有更多这样的活动。”

在滑板项目体验区，爱好者刘鑫边练习动作边说道：“我一直都非常喜欢滑板，但之前苦于没有专业的训练机会。这次活动让我有了更多练习的机会，感觉非常棒！而且还有专业的教练在一旁指导，让我受益匪浅。”

成都市体育局相关负责人表示，为了确保活动顺利进行，他们投入了大量的人力物力，不仅提供了专业的教练团队和器材设备，还制定了详细的安全措施和应急预案。“我们非常重视这次活动，希望通过这样的形式让更多人了解并参与到世界运动会项目中来。这也是我们推动社区体育文化建设、增强社区居民体质的重要举措。”

与此同时，在广州市越秀区的一个社区体育公园里，社区的教学活动也同样热闹非凡。孩子们在教练的指导下体验着趣味田径项目，大人们则在一旁的篮球场上尽情挥洒汗水。社区居民张瑶感慨地说：“这样的活动让我们在家门口就能感受到运动的快乐，真的很方便！”

广州市体育局相关负责人介绍，作为广东省承办竞赛项目最多的赛区城市，广州赛区将承接第十五届全运会近40%的比赛项目。为此，广州今年举办的多场赛事活动都融入了全运会元素，旨在让广大市民近距离领略“激情全运会，活力大湾区”的无限魅力。

此外，广州还计划举办体育消费节，探索创新“体育＋”消费新场景。在赛事配套嘉年华、音乐节等活动中嵌入广府特色美食体验，推动文商旅体会展大融合。参与体育消费节的市民杨先生表示：“这样的活动让我们在享受运动的同时，还能品尝地道的广州美食，真是太棒了！”

助力乡村振兴——
“赛”出乡村精气神

本报记者 **轧学超**

“投中啦！”正在参加飞镖比赛的张君脸上洋溢着喜悦的笑容。为进一步丰富群众文化生活，增强社区凝聚力和向心力，一场乡村社区趣味运动会日前在陕西渭南合阳县拉开帷幕。活动当天，南沟社区的活动广场上人头攒动、热闹非凡，村民们踊跃参与，男女老少齐聚一堂，大家的欢声笑语交织在一起，奏响了一曲乡村振兴的欢乐颂。

本次运动会设置了多个适合不同年龄段村民参加的项目。飞镖比赛参与者每人赛镖5支，累计中靶环数，前三名获得奖励；保龄球比赛是由参与者抛出篮球击打矿泉水瓶，投球3次的倒瓶数之和即为本人成绩。“抬球接力赛”则需要两人一组，手持竹棍将篮球运送到指定地点。村民们为了让篮球不落地，各种有趣的动作和姿势频出，现场笑声不断。在随后的拔河比赛中，气氛热烈而紧张，各参赛队伍精神抖擞，队员们齐心协力，紧紧握住绳子，憋足了劲往后拉，观众也纷纷为自己的队伍加油助威，呐喊声此起彼伏。

在一处贴有“我健身、我快乐”的标语前，刚刚拍照打卡的张淼快人快语：“村民一起来参赛打卡，这样的赛事既宣传了合阳，又加强了乡村凝聚力，特别有意义。希望多开展这样的活动，为全民健身助力，为我们的家乡做宣传。”

经过激烈角逐，各项优胜者站在了领奖台上，当他们拿着精美的奖品时，脸上洋溢着自豪的笑容，台下的观众也送上了热烈的掌声和欢呼声。当地居民徐才光兴奋地说：“没想到还能玩到小时候的游戏，今天不仅锻炼了身体，还找回了当年的快乐，太有意思了！”

乡村的和谐发展，离不开一代又一代村民的辛勤耕耘。赛事相关负责人表示，为做好农村居民的服务保障，结合他们的核心需求，精心打造了此次运动会，力求把社区运动会融入乡村振兴。今后一个阶段，还将与社会各界加强沟通，融入更多的项目，开展多种形式的示范，让社区运动会更加贴近村民的需求。

助青少年健康成长——
将赛事送到他们身边

本报记者 **顾 宁**

近日，一场洋溢着青春活力的社区运动会在青岛市市北区河马石社区举行。此次运动会以青少年为主要参与者，不仅为他们提供了展示自我的平台，还通过丰富多彩的活动，促进了青少年的全面发展，成为社区文化建设的一大亮点。

活动当天，由青少年组成的方阵迈着整齐有力的步伐入场，他们精神抖擞，手中挥舞着自制的彩旗和标语牌，展现出蓬勃的朝气。

此次运动会精心设置了一系列既具挑战性，又充满趣味性的比赛项目，充分考虑不同年龄段人群的需求。企鹅漫步、跳绳、乒乓球运球、摸石过河、篮球投篮、投壶、九宫格飞盘、篮球颠球、踢毽子等项目精彩纷呈，小朋友们纷纷大展身手。家长在与孩子们并肩作战中享受亲子时光，共同体验运动的快乐。现场加油声、欢笑声交织成一片，居民们或是积极投身比赛，或是在一旁热情助威，整个社区宛如一个充满活力的大家庭，洋溢着和谐与欢乐的氛围。

无独有偶，一场以青少年为“主角”的社区运动会也在天津火热开赛。在“奔跑吧·少年”天津市津南区第五届社区运动会国际跳棋、五子棋、国际象棋比赛上，260余名青少年棋手齐聚一堂，展开智慧的博弈。比赛采用积分循环赛制，赛场上，小棋手们全神贯注、凝神静思、落子果断。津南区智力运动协会负责人介绍，此次比赛的获胜者有机会进入校队或者区队的选拔赛，对参赛选手今后在智力体育方面的发展以及走上专业道路都有一定的助力。

作为津南区青少年素质教育的品牌活动，津南区社区运动会已连续3年开设棋类专场，举办各项棋类比赛70余场，培养棋类运动爱好者近万人。通过打造“家门口的奥林匹克”，有力地推动了全民健身与青少年素质教育的深度融合。

社区运动会不仅是一场体育的盛会，也是促进青少年全面发展的生动实践。它见证了青少年在运动中挥洒汗水、收获成长的美好时刻，也为社区文化建设注入了新的活力与动力。家长们纷纷表示，运动会让孩子们走出家门，远离电子设备，不仅锻炼了身体，还培养了团队精神和创新能力。社区负责人表示，举办此类活动旨在为青少年创造更多交流互动的机会，激发他们对体育运动的兴趣，促进其在德、智、体、美、劳等方面全面发展。未来，社区将持续举办类似活动，为青少年营造更加良好的健康成长环境。

科技赋能体育——
为社区运动会插上“智慧翅膀”

张博宸

近日，2025年温江区社区运动会在花都小学校留炼运动场开幕。在特别设置的国民体质监测站，智能体测为市民提供身体形态、机能、素质等方面指标的专业检测并出具个性化运动处方，吸引了300余名市民参与。杨先生在完成全部环节后表示：“个性化的运动处方包含运动方式、强度、时长、频次等内容，能帮助我在后续健身时练得更科学、高效。科学的健身指导也让我们的生活更加健康、幸福。”

围绕“赛事展演＋世运体验＋体质监测”，2025年，更智慧化的留炼运动场将助力打造当地全民健身新场景。“要想提供更高质量服务，体育设施、运维模式的智能化必不可少。”留炼运动场相关负责人介绍，目前已采取小程序扫码登记的方式入场，而且为避免场地拥挤、提高场内不同项目运动区域的使用效率，居民可在小程序里提前预约，“程序内还包含体质监测、志愿服务、赛事活动信息发布、体教融合智慧化服务平台等专题页面，后续将依托15个留炼运动场开展社区运动会。”

由国家体育总局群体司、中华全国体育总会群体部联合咕咚App主办的“2025全民健身线上运动会——咕咚AI智趣领跑，畅享律动新程”线上运动会赛事活动日前结束，在15天的赛期内，共有114847人完成了此次比赛。

此次活动的亮点之一是咕咚推出的“AI配速兔子”功能，该功能可为参与者免费提供配速指导，让每一位参与者都能在科技的引领下，找到最适合自己的跑步节奏。参与者可在跑步前根据自身跑步里程和时长目标，借助该功能在App内自动生成完成目标所需的配速表。跑步后，App还可根据跑者的运动表现进行配速稳定性评分，并智能推荐训练课程，帮助跑者找到提升配速稳定性的科学方法。

随着AI技术在运动健身领域的应用越来越广泛、深入，健身服务也更加便捷、高效、个性化。运动软件可根据运动人群的个人体质、目标和生活习惯，制订个性化的训练计划，并通过智能穿戴设备和移动端设备实时收集心率、步数、卡路里消耗等运动数据，再结合数据对训练计划进行动态调整，确保每次训练都能达到最佳效果。