

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(二十六)

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

邓丹：让传统体育焕发生机

本报记者 冯 蕾

邓丹身兼多职，不仅是国家级社会体育指导员，还是国际级毽球花毽裁判、团操(健美操)国家职业鉴定考评员。她长期致力于毽球、花毽、广播体操、健身操舞等项目的普及与提升，为全民健身事业贡献着自己的力量。

作为国家级社会体育指导员，邓丹深知肩负的责任。20余年来，她积极投身全民健身志愿服务活动，多次参与国家体育总局社体中心、中国社会体育指导员协会组织的科学健身指导走基层活动，累计培训骨干超过6万人次。她以耐心细致的教学，将专业的体育知识和技能传授给每一位学员，为全民健身事业培养了大量中坚力量。

凭借深厚的专业素养，邓丹在毽球领域成绩斐然。作为国际级毽球花毽裁判，她不仅执裁过众多国内外重要赛事，更凭借对毽球运动的深刻理解，创编了全国花毽比赛套路，制定全国比赛竞赛规则，并在全国及各省市广泛推广。套路的创编和规则的制定为花毽运动的专业化、规范化发展提供了有力支撑，让这项传统民间运动焕发新的生机，走向更广阔的舞台。

在团操(健美操)领域，邓丹同样发挥着关键作用。作为国家职业鉴定考评员，她严格把控职业技能鉴定标准，为行业选拔、培养了一批又一批专业人才。同时，她不断创新教学方法，将时尚元素与健身理念相结合，创编出一系列深受大众喜爱的健身操舞，让更多人在欢快的节奏中爱上运动，享受健身带来的健康与快乐。

邓丹始终坚信，体育是全民健康的基石。无论是推广传统体育项目，还是普及现代健身操舞，她都全身心投入，用自己的专业知识和实践经验，让更多人感受到体育运动的魅力。从社区广场到校园操场，从线下培训到线上教学，她以多样的形式、丰富的内容，将全民健身的理念传递到每一个角落。

朱礼：为农村体育教育注入活力

本报记者 冯 蕾

朱礼是湖南省长沙市望城区龙舞非遗传承人。他既是国家级舞龙舞狮裁判员、教练员，国家一级体育社会指导员，也是望城区舞龙舞狮协会会长，全国中小学体育工作创新杰出校长、湖南(十佳)最美社会体育指导员等，他以实干与创新，在教育 and 体育领域书写精彩篇章。

以文化人，龙魂铸师魂。作为龙舞非遗传承人，朱礼深知传统文化对学生成长的重要意义。他创建“龙魂”舞龙队，积极推动全国舞龙运动进校园。在他的带领下，学校舞龙队斩获国际级、国家级冠军23个。朱礼致力于专业教练培训，为全市中小学幼儿园教师和乡村舞龙爱好者授课，培养出大批优秀的舞龙教练员和裁判员。在教研领域，他同样成果丰硕，荣获全国赛课二等奖、省课例评比一等奖、市级一等奖的校本教材。

体育赋能，恒心守初心。作为雷锋家乡的教育工作者，朱礼始终以雷锋精神为指引，重视体育的育人功能。他精心打造特色多样的体育大课间，创新舞龙形态，将竞技舞龙、中华龙操、高杆龙巧妙融入其中，多次带领学校在市、区大课间比赛中荣获一等奖。秉持活动育人理念，他为学生搭建起实现梦想的舞台，带领学生参与各级大型表演活动，多次组织全国舞龙锦标赛和邀请赛。学校也凭借在舞龙教育上的突出表现，荣获第三批中华优秀传统文化传承学校、全国龙狮教育示范校等多项荣誉称号。

振兴乡村，坚定且坚持。来到农村学校任职后，朱礼展现出敢想敢干的魄力。他因地制宜，为农村体育教育发展注入新活力，以特色发展助力乡村振兴。在望城区，80多所中小学、幼儿园积极推广舞龙运动，在全国非遗展示大赛中屡获佳绩。在他的积极引领下，湖南省近300多所中小学、幼儿园加入到舞龙传承与学习的行列，舞龙已然成为新时代教育的亮丽名片。

朱礼以开拓创新和精益求精的作风，在体育教育一线发挥着模范带头作用。他用实际行动诠释着基层体育教育工作者的责任感与使命感，是新时代社会体育指导员的典范。

全民健身志愿服务优秀案例

群众体育引领员助力四川全民健身

本报记者 軋学超

近日，四川省体育局、省直机关工委、省总工会联合打造的“百万群众体育引领员志愿服务”品牌，以其创新模式和显著成效备受关注。这一全国首创的群众体育志愿服务模式，正在成为推动全民健身事业发展的强大力量。

群众体育引领员作为社会体育指导员的有力补充，覆盖全省基层单位、村落、小区。一支由政治过硬、热爱体育、甘于奉献的基层群众组成的庞大队伍，活跃在全民健身一线，直接带动身边群众参与健身运动。四川省现已招募培训群众体育引领员超73万名，他们每天组织引导周围人群健身，还走进公园、景区、社区、机关、学校，开展科学健身宣传和指导服务，将健康生活理念传递到千家万户。

为满足群众多样化的线上运动健身需求，四川省搭

建了引领员专属网络信息平台——“引体向上”APP及“引体向上小助手”微信小程序，并免费向公众开放。平台功能齐全，涵盖健身课程、运动记录、赛事报名等丰富内容。2022年，平台创新开展线上健步走活动，引导分散式科学锻炼。截至目前，平台累计完成注册培训120万人次，最高日页面访问量峰值超122万，参加云健身活动超1000万人次，通过科技赋能让更多人享受到运动的乐趣。

在品牌建设方面，团队为群众体育引领员设计专属标识，定制专属志愿服务服装，从服饰、礼仪、场景等多维度展示独特形象，不仅提升了群众对引领员品牌的认知度，更增强了引领员自身的身份认同感和工作凝聚力。

福建厦门有了群众家门口的“健身管家”



本报记者 軋学超

近年来，福建厦门创新构建的社会体育指导员志愿服务驿站体系成效显著，成为群众家门口的“健身管家”。这一由厦门市体育局指导、市社会体育指导员协会运营的惠民工程，自2021年启动以来，通过线上线下融合服务模式，已覆盖全市38万群众，成为基层体育服务的标杆。

作为市级总站，厦门市社会体育指导员志愿服务驿站以社会体育指导员轮值服务为核心，推出公益课程、器材借用、健身指导等十大便民服务。驿站开设太极拳、

跆拳道、射艺等65门特色公益课程，累计开展4100余场教学活动，吸引数万群众参与。从银发老人的健身气功课堂到亲子家庭的跳绳互动，多元化课程实现全年龄段覆盖，深受群众好评。

在服务网络建设上，当地已建成“1+4+8”三级驿站体系，即1个市级总站、4个区级驿站和8个社区级驿站，并联动75个社区提供服务场地。驿站内配备的LED屏循环播放简易健身视频，同时提供篮球、瑜伽垫等多种器材免费借用服务，让科学健身触手可及。而依托“厦门i健身”微信平台，“公益课程”“找指导员”“单位登录”三大功能板块，当地更是实现了健身服务“一键直达”，市



此外，该团队积极开展特色服务活动。“四川省科学健身坝坝会”“冠军、运动队进社区”等活动，组织引领员与奥运冠军、全国冠军及国家级教练培训师等，以四川群众喜闻乐见的“坝坝会”形式，激发居民参与科学健身培训和体育项目的热情。去年，引领员工作进一步深入四川全省21个州市的社区、赛场，成立体育安全应急救援队伍，在社区普及知识、指导运动安全救援，提供日常健身服务。据统计，现已有1.6万名引领员在182场志愿服务中发挥重要作用，受益人群超过200万人次。



民可在线预约课程、查询周边社会体育指导员信息，还能完成场馆预约、器材借用等操作。平台特别搭建的社会体育指导员管理系统，通过实名认证、任务派单、服务时长自动记录等功能，让队伍管理智能化。目前平台注册用户已突破90万，成为全国领先的群众体育数字化服务平台。

“以前想健身找不到专业指导，现在家门口就能上免费课程，还有器材可以借，全民健身越来越方便。”家住思明区的市民陈晶晶道出众多受益群众的心声。如今，通过线上线下融合发力，厦门社会体育指导员志愿服务驿站不仅构建起“15分钟健身圈”，还实现了从传统服务向智慧化、精准化服务的转型升级。

厦门市体育局相关负责人表示，未来将继续完善驿站服务网络，深化数字化平台功能，推动社会体育指导员服务向更广泛的基层延伸，让科学健身理念惠及更多群众，为全民健身事业高质量发展注入新动能。

北京科技大学社区亲子跑团—— 在奔跑中传递爱与力量

本报记者 顾 宁

2020年春天，为增强体质，北京科技大学社区6岁的常鑫远在父母的陪伴下，坚持每日到操场跑步。几个月后，常鑫远完成人生首个5公里。在他们一家人的带动下，“与孩子共奔跑”亲子跑团正式成立。截至去年9月，跑团已涵盖北京海淀、西城、朝阳区15所中小学的学生，累计举办跑步活动166次，吸引超千人次参与，运动里程突破4万公里，相当于绕地球赤道一圈。

跑团始终坚持公益属性，将跑步打造成孩子的锻炼赛道、成长乐园与人生课堂，促进家庭共同成长。每周固定的5公里长跑，要求家长与孩子共同挑战。不少孩子在参与10余次活动后，成功完成人生第一个5公里。跑步不仅强健了体魄，更成为亲子沟通的“情感桥梁”。数据显示，85%的家长认为，参与跑团后，亲子互动频率提升40%以上。2024年，跑团发起“为爱奔跑 积善成好”公益跑步活动，通过跑步打卡为

外地来京就医的大病儿童筹集善款，赋予体育更温暖的意义。跑团成员在学校开学典礼、国旗下讲话等场合分享奥林匹克故事，带动全校掀起运动热潮。

作为“双奥之城”的见证者，跑团积极传播奥林匹克精神，向世界展示中国少年自信大方的形象。2022年冬奥会期间，千组家庭“奔跑奥林匹克森林公园”为冬奥助威；北京马拉松赛道旁，助威的孩子们成为赛事“最美风景线”；中轴线徒步活动中，数百个家庭分批完成20公里徒步，相关视频获北京市中轴线创意大赛优秀奖，收到北京市中轴线申遗办公室的致谢信。2022—2024年间，国际奥委会主席巴赫两次致信点赞，称赞孩子们的奔跑“让奥林匹克精神永葆活力”。在“纪念顾拜旦诞辰160周年庆典”等活动中，跑团成员用自信风采和标准英文解说，获央视多次报道。2024年，跑团荣获“2020—2023年北京市体育突出贡献奖”先进集体称号，并被命名为2023年北京市五星级健身团队。

浙江长兴乡高阳桥社区运动加油站—— 舞出社区活力新篇章

本报记者 顾 宁

浙江省湖州市长兴县高阳桥社区运动加油站成立于2014年，它以独特的魅力和持续的影响力，成为社区居民健康生活的坚实后盾。社区运动加油站不仅承载着居民对健康的追求，更是站长陈霞(丫丫)无私奉献与创新的结晶。

每天黄昏，古城公园内都会响起动感的音乐，向来往居民展示充满活力的“丫丫健身舞”。在57岁的陈霞带领下，300余名中老年人享受着运动带来的活力与健康。据统计，运动加油站每年参与活动人次达10万。

随着互联网的发展，线上平台可以为更多人提供接触和参与健身的机会。于是，陈霞巧妙地利用微信视频号、抖音等网络平台，发布了自创的“丫丫健身操”。这些舞蹈动作中，有80%是她根据老年人的生理特点而精心设计的，简单易学，同时能有效锻炼到身体的各个部位。截至目前，她的抖音账号已吸引了3.1万的粉丝。

除了线上推广，陈霞还非常注重线下的组织和动员。她带领着一支由50名志愿者组成的队伍，不仅为居民提供专业的健身指导，还积极参与到各种志愿服务活动中，目前累计参与次数已达30次。

在陈霞的带领下，“丫丫健身舞”已经成为高阳桥社区的一张亮丽名片。它不仅丰富了社区居民的业余生活，提高了他们的身体素质，还促进了邻里之间的交流与合作。每天，古城公园内的欢声笑语和动感音乐，成为社区居民追求健康、享受生活的美好见证。

陈霞的辛勤付出和卓越成就也得到了社会的广泛认可和赞誉。她先后荣获了湖州市“明星社会体育指导员”、湖州市群众体育工作成绩突出个人、长兴县优秀志愿者、最美志愿者等多项荣誉称号。2023年，她还被评为社会体育一级指导员和浙江省履职前500名的社会体育指导员，并获得了湖州市体育舞蹈教师和裁判员的资格。这些荣誉不仅是对她个人努力的肯定，更是对她为社区体育事业所作贡献的认可。