



杨浦区四平路街道探索社会体育指导员年轻化试点

培育科学健身指导的青春力量

本版撰稿 本报记者 丁荣

讲台上的授课老师是来自同济大学的教授，坐在课堂上听课的学员来自中小学校、社区卫生服务中心、派出所、企事业单位……12月17日，在杨浦区四平路街道举办的三级社会体育指导员专场培训班上，培训学员年龄结构为18至45岁之间，经过培训之后，这些来自各行各业的年轻人都将多一个共同的身份：社会体育指导员。

为深入贯彻落实习近平总书记重要讲话精神和《全民健身计划（2021—2025年）》，把人民群众对美好生活的向往作为奋斗目标，全面落实《体育强国建设纲要》，深入实施全民健身和健康中国国家战略，进一步加快体育强市建设，推动社区体育工作高质量发展，在上海市体育局指导下，杨浦区体育局、杨浦区体育活动中心、杨浦区社会体育指导员协会率先在四平路街道开展了上海市社会体育指导员年轻化试点工作。



今年，杨浦区社会体育指导员协会在杨浦区体育局、杨浦区体育活动中心领导下，着重进行专业化、年轻化试点工作，先后举办四平路街道、上海体育学院、健身气功专项指导员等级培训，增加中青年比例，优化指导员队伍结构。

在以往，四平路街道的社会体育指导员主要由各居委会的文教干部、健身团队的骨干以及社区体育爱好者经过考核后组成，并在社区体育发展中发挥重要作用。但是随着时间的推移，社会体育指导员队伍也出现了年龄结构偏大、性别结构不合理、体育专业技能相对缺失等问题。为优化指导员队伍结构，本次培训主要对象为辖区内同济大学、中小学校、四平路社区卫生服务中心、四平派出所、城管、企事业单位、商务楼宇及工会组织中的中青年文体负责人75人，并首次设置了年龄限制为18-45岁。

张向荣、季蓓、潘永和、季蕾都是同济大学的教师，同时他们又有一个共同的身份：四平路街道的社会体育指导员。正是他们的辛苦付出，为与同济大学一墙之隔的四平路街道金安小区居民带来了科学健身指导。据四平路街道金安小区居委会文教干部陈玮玲介绍，小区内的居民科学健身需求旺盛，于是就通过住在小区里的同济大学退休联系教师了同济大学教工太极拳协会。在协会的支持下，张向荣、季蓓、潘永和、季蕾四位同济大学的教授开始在课余时间免费指导小区居民练习太极拳，通过他们的专业指导，小区居民提高了身体素质，部分学员的慢性病也得到了干预和控制。其中一位77岁的老者在练习之后还通过段位制晋考获得了中国武术初段位。

吸纳年轻人参与
优化结构培训赋能延伸服务范围

“大中小学、企事业单位来的这些同志，通过培训将成为我们社区里的新社会体育指导员，这样既能提高指导员队伍的整体文化素养，又促使指导员队伍年轻化转变。”据四平路街道体育俱乐部主任徐作林介绍，通过指导员队伍人员结构多元化，使四平路街道的科学健身指导覆盖面从单一的居委会健身团队骨干向学校、企事业单位及楼宇全面延伸，使更多体育爱好者及居民可以掌握科学的健身理念，提高身体素质，更为探索推进全市指导员队伍年轻化工作迈出坚实有力的第一步。

四平路街道进一步加强与同济大学合作，通过整合社区中的中小学校、

医院、派出所、城管、企事业单位、商务楼宇及驻区工会等资源，吸引更多中青年进入社会体育指导员队伍，改变了原有社会体育指导员队伍年龄结构偏大现象。2018年，同济大学体育部季蓓、潘永和、季蕾加盟社会体育指导员队伍；2020年，同济大学体育部的10位青年老师也相继加盟社会体育指导员队伍。截至目前，四平路街道的社会体育指导员已扩增至412名，服务社区家庭2500余户。指导员队伍中有国家级指导员4名，一级指导员27名，二级指导员51名，三级指导员330名，45岁以下指导员达到101名，年轻化占比从原来的12%提升到目前的25%，社会体

育指导员队伍中高高中以上学历以及男性比例不断提升，逐步向着年轻化、高学历化、性别结构合理化的方向发展。

四平路街道也积极为他们搭建服务实践的舞台。街道积极开展午间“舞动1小时”科学健身你点我送服务，为辖区内的园区、企事业单位进行上门服务，形成区域全覆盖。在区级层面，杨浦区社会体育指导员协会也积极开展“学在杨浦·指导员小课堂”线上线下再培训工作，将十二个街道全覆盖，对指导员进行理论和技能再培训以增强专业能力，同时开展杨浦区线上指导员风采展示活动，激发指导员活力，增强指导员认同感。

探索长效机制
让社区指导站成为居民健身之家

居住在同济绿园的徐红妹，退休在家后基本不出门，对社区内的各类活动也不了解。直到家庭健身指导员到她家里提供上门服务指导，她的退休生活才逐渐丰富起来。目前，徐红妹不仅掌握了舞蹈和腰鼓的健身技能，还慢慢走出家门，主动担任居委舞蹈队、街道腰鼓队长，成为社会体育指导员队伍的一员，并经常利用空闲时间在市民健身房和智慧健康小屋承担志愿者工作。

“我们积极吸引单位人、社会人、

社区人走出家门，参加社区体育服务。他们到社区市民健身中心值班，还代表街道团队出去展演，对于他们来说，这也是一件很骄傲的事情。”四平路街道体育俱乐部主任徐作林表示，不论是来自哪里、什么职业的社会体育指导员，他们都把社区里的指导站点当成了自己的家，用真情为市民提供科学健身服务。“通过服务居民，让他们从中收获开心和自豪感，逐渐地指导站就是社会体育指导员和居民共同的‘家’。”

为了形成长效机制，四平路街道正探索建立公益补偿机制，加大经费投入，以鼓励更多中青年加入社会体育指导员队伍，服务社区更多需要服务的人群。同时街道将进一步建立社会体育指导员队伍评价考核体系，明确奖惩和淘汰机制，不断完善有效的考核和激励办法，确保社会体育指导员队伍充满活力和后劲，为社会体育指导员队伍建设切实提供体制和机制保障。

沪虞乒协友好交流赛举行
架起长三角
全民健身交流桥梁

12月19日，沪虞两地乒协友好交流赛在上海国际乒联博物馆举行，五支来自上海与浙江上虞的民间乒乓球俱乐部以球会友。国际乒联终身名誉主席徐寅生宣布比赛开幕。

本次比赛由上海市乒乓球协会主办，闵行区乒乓球协会、浙江上虞乒乓球协会承办，由中国乒乓球博物馆支持。赛场上队员们你来我往，每次下蹲发球、正手快攻、反手弧圈都牵动人心，观众区不时爆发出阵阵喝彩声。“上海业余乒乓水平很高，通过参赛学到了很多经验。”来自上虞的选手李增作为一名中学体育老师、校队教练感到受益匪浅。“通过参观乒乓球博物馆也让我对乒乓的历史与发展趋势有了新认识。”

上海市乒乓球协会主席陈一平表示，此次比赛是加强长三角全民健身乒乓球联动的一次盛举，不仅促进了沪虞两地民间乒乓技能与水平的互动，同时也加强了上海与上虞的乒乓文化交流，营造了全民健身良好氛围。“未来，我们将与长三角地区有更多交流合作，共同推动长三角群众乒乓运动的普及与提高。”