



专项化指导员把露营搬进园区

杨浦白领“玩转户外1小时”

本版撰稿 本报记者 丁荣

白领午休休息的时候,在园区里来一场露营?没错!这样新奇的体验就在杨浦的科创园区里。5月29日至6月1日,“玩转户外1小时”杨浦区社会体育指导员进园区——露营体验周活动在天盛科创广场举行,利用午间一小时引导白领走出“格子间”,来到园区绿草坪,将绿色空间拓展为体育空间,享受“自在于心,精致于行”的城市户外露营体验。

本次活动由杨浦区体育总会和新江湾城街道营商办、宣文办指导,杨浦区体育活动中心主办,上海市登山户外运动协会、招商积余中航物业承办,杨浦区社会体育指导员协会协办。聚焦当下白领工作繁忙、生活压力较大,既苦于没有充足时间走入大自然,也忧于个人户外技能的欠缺的痛点,主办方选择露营这一热门项目,特邀户外运动专项化社会体育指导员走进园区,让园区白领省去舟车劳顿,在办公之余就能体验户外运动带来的乐趣。

在园区绿地里搭帐篷、架装备,模拟自然与人和谐共处的BC露营,BC餐具DIY,模拟急救、绳索技巧……在为期三天的活动中,专项化社会体育指导员为天盛科创广场的白领们带来了“身边的户外技能小课堂”,和大自然一起Nature,以“轻户外”“野露营”的方式,让白领在园区里就能感受、体验露营的美,并打卡留下自己城市“野”露营中的倩影。

毗邻大学路的天盛科创广场,是一个TMT(电信、媒体、科技)企业集聚的高端商务区。随着项目吸纳的企业愈加多样化,园区集聚了大量来自全国各地的青年人才和时尚白领。围绕这些年轻人的需求,结合园区方提

出的缺少运动空间、尝试新型运动模式等需求,杨浦区体育活动中心积极探索“体育+园区”共建新路径,通过专项化社会体育指导员进园区,打造城市中心的露营,为忙碌的生活和工作减压、减负。杨浦区体育活动中心相关负责人表示:“我们希望通过打造一场别开生面的户外体育技能专项化指导活动,让参与者能卸下压力,利用午休和下班后的一个小时放松身心、获得相关技能,从而营造出更好的营商环境,为企业服务。”

作为全国全民运动健身模范市区的杨浦区,2020年年底,率先在四平路街道开展了社会体育指导员年轻化试点工作,通过整合辖区内的大中小学、医院、企事业单位、商务楼宇等资源,吸引更多中青年加入,优化队伍结构。2021年年初,杨浦区作为上海市社会体育指导员改革第一批试点区,全力配合市里通过小程序完成指导员信息认证工作,认证率名列前茅。近年来,杨浦区每年积极举办3-5期社会体育指导员等级培训,平均每年增加八九十名社会体育指导员。

杨浦区持续为社会体育指导员提供上岗服务的机会,今年3月已在全市率先推动社会体育指导员进校园,继上次体育融合科技指导员进园区服务上岗之后,此次更是将项目化指导员服务岗位再次拓展到了园区,为园区白领和周边居民提供了专项化的科学健身指导服务。杨浦区体育活动中心相关负责人表示:“我们通过服务送上门的方式,进一步拓展社会体育指导员的服务岗位,让指导服务的范围从社区延伸到学校和园区,将服务人群从中老年人拓展到全人群,为建设‘人人运动、人人健康’的活力之城贡献力量。”



■ 短讯

以赛会友促提高 健身气功爱好者相约西岸

6月2日,2023年上海城市业余联赛上海健身气功指导员交流赛“长桥杯”徐汇区百城千村健身气功交流展示活动大赛在乐动力西岸风之谷体育公园举行,全市各区300余名健身气功爱好者参赛。

本次活动中全市各区的健身气功爱好者集体进行了八段锦的展示,还进行了健身气功指导员交流赛。最终,徐汇区长桥街道、宝山区顾村镇和闵行区新虹街道获得一等奖。

目前,徐汇区共设有59个健身气功站点,健身气功习练人数近4000人,习练人数逐年增加、习练水平不断提高。徐汇区将进一步加大健身气功推广普及力度,弘扬中华优秀传统文化体育文化,激励更多市民参与到科学健身中来。

市第九届教工运动会 游泳比赛收官

6月3日,上海市第九届教工运动会游泳比赛在东方体育中心举行,上海市教育系统62支队伍613名运动员参赛。

本次比赛由上海市教卫工作党委、市教委、市教育工会主办,上海电子信息职业技术学院、上海市游泳协会承办,上海市教卫工作党委二级巡视员、上海市教育工会常务副主席李蔚等领导嘉宾出席开幕式。

仪式上聘请了黄雪辰、朱颖文担任“新长征精神校园传播大使”成员。中国花样游泳名将黄雪辰为大家呈现了一场精彩美妙的“水中芭蕾”表演,让现场观众充分感受到花样游泳这一水上竞技项目的艺术之美。

为感谢承办方对本届游泳比赛的大力支持,李蔚常务副主席为上海电子信息职业技术学院和上海市游泳协会颁发了“特别贡献奖”。

2023上海市职工射箭大赛人气高

弯弓减压 增强凝聚力



上弦、开弓、瞄准、放箭、直瞄靶心……5月27日,数百名来自上海知名企业事业单位的射箭爱好者汇聚在新场古镇旁的开新文体公园,参加第一届“仪电杯”精准引领精彩上海市职工射箭大赛。

本次比赛由上海市总工会、上海市体育局指导,上海市职工文化体育协会、上海仪电(集团)有限公司主办,浦东开发集团所属新场古镇公司为本场比赛提供了场地支持。上海市总工会副主席桂晓燕等领导为本次比赛开弓。

本次活动旨在推动职工体育运动的发展,丰富职工业余生活。射箭是一项古老而又充满魅力的体育运动,是体育与传统文化的完美融合。比赛现场人头攒动,热情洋溢。选手们身着统一的比赛服,举着反曲弓,箭簇在指尖闪烁,精神饱满地以自己最高水平开始了角逐。运动员们弯弓拉弦、屏住呼吸、仔细瞄准,全神贯注投入比赛,无论是命中10环的喜悦,还是稍有偏差的遗憾,都令他们能够体验到射箭运动的精髓。

随着一阵阵弓弦声响起,箭矢飞向目标,气氛达到了高潮。最后,来自青浦少年业余体育学校、仪电集团一队、上海市警察协会刑侦队这三支队伍获得了团体冠军季军。此次比赛展现出的不仅是参赛者的热情与专注,更多的

是团队合作与友爱互助的精神。文化在交流,赛事在升温,运动员们在比赛中共同传递着积极向上的正能量。

上海市仪电工会主席顾文表示,职工体育运动在今天已经成为一

种时尚和潮流。“参与体育运动除了增强职工身体素质,还可以为职工提供机会互相交流、减轻压力、增强团队凝聚力。本次比赛充分展示了射箭运动的魅力,也加深了大众对职工体育运

动的认识和理解。期望未来能够有更多的类似比赛,让大家共同感受到射箭运动的魅力和乐趣。”据悉,市总工会将继续举办更多的职工体育比赛,丰富职工业余生活。