



## 健康上海 人人来赛

# 四年等一回“阿拉的奥运会”

覆盖面更广,参与人群有年轻化趋势,社会力量办赛的热情更高且参与性更稳定,市民满意度逐年提升,社会效益显著……挥别2023年,迈入2024年,申城的全民健身事业依旧行在路上,而每四年举办一届的市民运动员便是“阿拉”今年的重头戏之一。

专题撰稿 本报记者 章丽倩

## 大众化 生活化 社会化 贯穿全年 体系灵活

当2024年申城的第一缕曙光升起时,结合本市的迎新主题健身系列活动,上海市第四届市民运动会也开启了序幕。

自2012年赛事诞生之日起,市民运动会就以“全民参与、全民运动、全民健康”为宗旨,以“提高市民身体素质、提高体育健身人口、提高社会参与程度”为目标,着重突出“大众化、生活化、社会化”的理念。由于办赛时间和奥运会同步,所以市民运动会也被大伙儿称为“市民身边的奥运会”。按照每四年举办一届的规律,今年将是它第四届举办。本届市民运动员正式的开幕式日期被定在4月下旬,而闭幕日期则是11月下旬。

从第一届办到了第四届,今年市民运动会的总体设计将更具创新性,赛事体系和项目设置更加灵活多样,办赛标准更高,覆盖人群更广,旨在进一步满足广大市民高品质、多样化的运动健康需求。

第四届市民运动会由竞赛板块和活动板块组成。竞赛板块分为65个比赛类项目、15个展演类项目及2个达标类项目;活动板块包含40个市级品牌活动和16个区级品牌活动。

其中,市级品牌活动是经选取的群众基础好、市民参与度高、人群覆盖

率广的活动。所有市级品牌活动都将以招投标的形式招募办赛单位。而区级品牌活动方面,组委会将继续引导各区培育本区的综合性品牌赛事活动,提升各区品牌活动的影响力和区域人群覆盖率。

竞赛体系主要分为三个层级:总决赛、选拔赛和基层竞赛。第一层级为总决赛,80个竞赛项目都将举办总决赛;第二层级为选拔赛,16个区举办区级选拔赛,市级机关工委、市总工会、市教委也将举办行业选拔赛,80个竞赛项目共举办280个市级选拔赛;第三层级为基层竞赛,为街镇赛事,与社区健康运动会相结合。总决赛和市级选拔赛都将通过招投标方式招募办赛单位。

此外,数字化转型也将为本届市民运动会提质增效。组委会将进一步优化赛事申报、审核、发布和报名一站式管理平台功能建设,提升官方网站和关联小程序的服务能级。优化机制建设提升市、区赛事平台数据关联度,全方位掌握各区、各层级群众体育赛事信息,夯实数据决策依据和基础。借助市民运动会平台,各办赛单位将努力整合相关社会资源,充分发挥体育促进消费的功能和价值,着力提升赛事的社会效益和经济效益。



奥运冠军吴敏霞(右二),上海国际象棋队主教练、国际特级大师倪华(左二),第十四届全国运动会群众项目篮球冠军成员姜先勇(右二)担任第四届市民运动会形象大使

## 广覆盖 年轻化 更满意 评估报告给出重磅数据

浩浩荡荡起跑的马拉松赛,魅力常青的各项球类运动,健身房里进进出出的锻炼人群和参赛者,还有越来越多“体育+商圈”的联动……在热热闹闹发展了这些年,如今申城全民健身事业的“水温”到底如何了呢?这不能全靠“毛估估”,最好还是用数据来说话。近日,《2021-2023年上海城市业余联赛三年影响力评估报告》正式发布,为大家带来了更多数据参考。

评估报告显示,这三年间,城市业余联赛的办赛水平和办赛质量不断提高,在助力健康上海和全球著名体育

城市建设中的作用日益彰显。覆盖面更广,参与人群有年轻化趋势,社会力量办赛的热情更高且参与性更稳定,市民满意度逐年提升,社会效益显著……整体来看,这份评估报告给出了以上重要线索。

与2021年时相比,2023年城市业余联赛全年的赛事活动场次从6121场增加到7895场,赛事总体满意度从92.08%提升至95.35%,赛事忠诚度从80.82%提升至94.84%,赛事推荐度从84.13%涨至95.25%。综合三年数据,有2550万人次已参加过该联赛,其中,25岁至44岁群体占比最高,达到

44.37%;私营/民营企业是城市业余联赛的重要办赛主体,占比65.53%,践行了联赛“开门办赛”的核心理念。

2023年,共有249家社会组织和企业通过公开招标的形式成为城市业余联赛的合作伙伴,共举办赛事活动7895场,共有850万人次参与,其中包括:线下赛事活动7269场,527万人次参与;线上赛事活动626场,323万人次参与。2023年城市业余联赛安排政府引导资金2500万元,实际吸引社会办赛资金1.5亿元,为上海各行业带来的产业效应是赛事投入的57倍。

本报记者 丁荣

1月6日,2023年上海市国家级社会体育指导员培训在嘉定区开班。来自各区以及单项运动协会的226名指导员参加培训。

本次培训由国家体育总局社会体育指导中心、中国社会体育指导员协会主办,上海市体育局承办,上海市社区体育协会协办,培训为期两天。培训进行了广泛发动,参与本次培训的226位学员中,各区符合条件的相关指导员有139人,此外还有来自龙狮、轮滑、跳绳、社区体育协会广场舞专委会等市级协会推荐的87人。

本次培训班学员呈现“年轻化”“专项化”特点。其中不乏来自于退役运动员、项目教练员、在职体育教师等。他们自身具有较高的体育专业素质和教学能力,将通过此次培训学习完成从自身能力向能力输出的转变,从工作岗位向公益服务的转变,成为打通“科学健身最后100米”的核心力量,让更多市民感受运动乐趣,推动全民健身运动的普及。

本次培训班邀请了业内大咖、专家学者担任培训师。上海体育学院党委书记戴健教授讲授《激发社会体育指导员强大效能,汇聚全民健身

## 2023 上海国家级体育指导员培训开班 塑造更多全民健身“公益人”



人才队伍磅礴力量》。此外,还有上海市法学会体育法学研究会秘书长向会英、上海大学体育学院院长刘兵、中国志愿服务联合会理事张祖平、上海体育大学资深教授曹可强等专家学者为

学员带来《上海市体育发展条例》解读、社区体育基层公共体育事务治理、体育志愿服务精神、体医融合与运动促进健康、体育赛事策划与组织管理、社会体育指导员科学指导与沟通

方法、急救实践操作课程与考核等培训。值得一提的是,本次培训注重劳逸结合,在课间休息时段安排了健身气功八段锦帮助学员调整状态,在晚间安排了健身技能传授,帮助学员在运动健身中提升自我。

上海市体育局群体处副处长黄海松对2023国家级社会体育开班表示祝贺,并提出了三点要求:一是希望学员要把握学习机会,提高科学健身指导水平;二是要做好角色转变,弘扬志愿服务精神、体医融合、服务、健康、快乐的宗旨,做好全民健身“公益人”;三是要发挥自身优势,为群众提供专业科学健身指导,为全民健身贡献自己的力量。

近年来,上海市体育局积极营造“处处可健身、天天想健身、人人会健身”的全民健身环境,推动社会体育指导员改革工作,打通人才壁垒,引导更多高水平体育人才参与全民健身志愿服务,逐步打造年轻化、专业化、多元化的社会体育指导员队伍。

## 乒乓联谊迎新年 上海“体医融合” 助力帕金森康复

本报记者 丁荣

1月1日,2024年“战帕·趣味乒乓”迎新联谊活动在中国乒乓球博物馆举行。来自长三角地区的近50名帕友和20名乒乓球爱好者用一场乒乓球赛事迎接2024新年的到来。

20名乒乓球爱好者激烈的比拼调动起了帕友们参与乒乓球运动的热情。随后,近50名帕友参与了小桌手机乒乓球擂台赛、弹簧球击打、乒乓跃龙门、飞运乒乓球四项乒乓趣味活动,切身感受了乒乓球的乐趣。

去年10月,国际乒乓球联合会博物馆和中国乒乓球博物馆共同举办了乒乓球大讲堂之《帕金森与乒乓球系列公益讲座第一讲》。本次活动作为《帕金森与乒乓球系列公益讲座第一讲》的后续系列活动,旨在通过乒乓球促进帕友康复,建立相互交流平台。

本次活动由中国共产主义青年团上海市体育局委员会、上海市乒乓球协会、上海市体育科学学会共同主办。