

城市体育盛会启幕在即!

上海市第十八届运动会锚定“全球著名体育城市”目标

专题撰稿 本报记者 程超

5月21日,上海市第十八届运动会组委会会议在市政府举行。会议宣布,上海市第十八届运动会将于2026年7月至11月举行,开幕式将于6月在上海体育馆举行。

市政府副秘书长、上海市第十八届运动会组委会第一副主任周亚明出席会议并讲话。市体育局党组书记、局长,上海市第十八届运动会组委会副主任徐彬主持会议。市体育局相关负责人汇报筹备情况,市教委相关负责人补充汇报。全市相关委办局,各区和区体育局、区教育局负责人等参加会议。

上海市运动会(以下简称“市运

会”)是引导各区大力培养竞技体育后备人才、推动青少年体育工作发展、检阅全市体教融合工作成果的重要平台。首届市运会于1953年举办,从1974年第五届起每隔四年举办一次,是全市规格最高的综合性运动会。

本届市运会将坚持“立德树人”的根本任务和“健康第一”的教育理念,围绕上海建设全球著名体育城市的目标,以“体教融合,协同推进;以体育人,健康成长;人才选拔,促进发展”为引导方向,以“选拔优秀体育后备人才、动员广泛青少年体育参与、传播海派体育文化”为办赛目标,全面提升赛事品质,全力举办一届弘扬体育精神、展现青春风采、彰显健康活力的青少年体育盛会。



多方合力 扩大社会影响

本届市运会将以学校、家庭、社区、社会为重点,充分调动各界力量。会同市教委加强与团市委、市妇联以及各级体育协会、相关新闻媒体和社会组织的合作。重点打造“MAGIC3”上海市青少年三对三超级篮球赛、“新民晚报杯”暑期中学生足球赛、“上海市学生阳光体育大联赛”等品牌活动。围绕青少年“小眼镜”“小胖墩”“脊柱侧弯”“心理健康”等体质健康突出问题,在赛事活动中系统融入科学健身指导及健康管理内容。

本届市运会将在各项目比赛中强化仪式教育。通过升国旗、唱国歌,规范颁奖仪式,加强爱国主义、集体主义教育。高度重视赛风赛纪和反兴奋剂工作,制定实施细则,建立教育、管理、监督、检查和惩处机制,落实赛内赛外检查制度,全面开展准入教育。将举办“金牌体育小解说”比赛,开展市运会志愿者招募,组织“优秀运动员进校园”活动。

为安全有序开展本届市运会各项赛事活动,自组委会成立及组委会工作部门组建以来,定期召开工作例会,研究推进筹备工作。推进竞赛组织工作,印发《上海市第十八届运动会竞赛规程总则》。目前,各工作组正深入推进开幕式策划,各项工作有序推进。同时,积极开展宣传策划,做强“上海体育”宣传矩阵,加强与上海报业集团、上海广播电视台以及微博、抖音、小红书、B站等平台对接合作。

下阶段,组委会将进一步推进办赛及各项保障工作,确保赛事公平公正、平稳有序。

赛事布局全面升级

本届市运会分为“青少年组”和“高校组”两个组别。

青少年组设“竞技项目”“表演项目”和“活动项目”三个板块。以奥(冬)运会、全(冬)运会、智运会项目为引导原则,将本市开展较为成熟的夏奥、冬奥项目,全运会及智运会项目全部纳入赛事布局。新增铁人三项、自行车(小轮车)、壁球、霹雳舞和高山滑雪四个大项五个分项,项目总数由上届的36个大项50个分项增加至39个大项54个分项。衔接全国青少年三大球、田径运动会备战和人才储备要求,将三大球、田径、游泳等五个项目作为各代表团必报、必计项目。加强一、二、三线贯通,所有项目设立参赛体能和专项门槛要求。

高校组设甲(高水平学生组)、乙(普通学生组)两个组别,共设33个大项、38个分项,预计产生455枚金牌,参赛高校64所,较上一届增加23所。项目新增三人篮球、水上、健美健身等新兴项目。预期参赛将达28000人次,创历史新高。阳光大联赛首次纳入市运会活动板块,涉及26项中小学赛事及14项高校赛事。



奔跑吧·少年!

2026上海庆“六一”青少年主题健身活动5月30日启幕

本报记者 李一平

为迎接“六一”国际儿童节,由国家体育总局指导,上海市体育局主办的2026年“奔跑吧·少年”上海市儿童青少年主题健身活动将于5月30日至31日在杨浦区复兴岛船台PARK(共青路136号)火热举行。活动以公益亲子运动为核心,打造集赛事、体验、科普、市集于一体的户外亲子乐园,让全市青少年在运动中欢度节日。

本次活动落地复兴岛船台PARK,这是由中华造船厂旧址改造而成的工业遗产公园,保留船台、塔吊等工业遗存,在历史文脉与滨水空间中,为青少年带来别具一格的运动体验。活动为期两天,设置七大主题展区、六大精品赛事、五大特色亮点,覆盖3-18岁全年龄段青少年。

活动现场规划运动体验区、体育科技区、旅游营地、素质教育区、美食集市、健康童书区、公益市集区、七大板块,满足运动体验、科普学习、休闲娱乐、亲子互动等多元需求。平衡车、体适能、陆上赛艇、跳绳、街舞、光

感射击六大赛事同步开赛,为青少年提供展示自我、挑战自我的竞技平台。

亮点活动精彩纷呈:上海乒乓球嘉年华带来乒乓保险、瓶盖运球等六大创意趣味项目;市运会藏品快闪特展展出1953—2022年近七十年珍贵展品,展现上海青少年体育发展历程;“沪”动青春科学健身加油站邀请专家现场提供免费骨龄测试、脊柱侧弯评估、运动损伤防护指导;足球、篮球、乒乓球等七大运动主题挑战区可集章兑换限定徽章;近百种互动游戏与科技体验项目,让青少年在玩乐中激发运动兴趣。

活动还设置多重福利与互动玩法:到场儿童可领取价值99元限定运动礼包,限量4000份;持运动护照打卡集章可兑换市运会盲盒、限定痛包等好礼;主舞台每日三场“运动大乐透”抽奖,送出夏令营锦鲤卡、主题乐园门票、度假酒店房券等重磅大奖。

与此同时,2026年“小能人”上海市青少年体适能大赛暨“骁闯者”体能挑战赛庆“六一”PLUS活动也将热开赛。



本报记者 丁荣

5月24日上午,2026年上海市少儿体育联赛“巨龙杯”武术散打比赛在浦东新区陆家嘴中心5楼中庭火热开赛。来自全市24支队伍的200多名青少年选手齐聚一堂,在擂台上展开激烈角逐,用汗水与拼搏诠释武术散打的独特魅力。

据赛事主办方介绍,本次比赛延续往届分组方案,精准聚焦青少年群体,按年龄划分为幼儿组、儿童组、少年组、活力组、激情组五大组别,覆盖

6岁至14岁年龄段,旨在通过竞技比赛弘扬中华武术文化,为全市青少年量身打造展示自我、交流技艺的平台。值得一提的是,今年小选手们的参赛热情空前高涨,报名人数较往年增长了约30%,俱乐部参与数量超过40家。组委会基于场地、时间等条件限制,最终将参赛人数限定在200余人,并在充分保障安全的前提下,力求将赛事办出高水平、办出影响力。

早上8时,陆家嘴中心商场尚未开门营业,但5楼中庭已是一片热闹景象。赛场上,小选手们虽然身形娇

“武”动陆家嘴!

2026年上海市少儿体育联赛“巨龙杯”武术散打比赛火热开赛

小,一招一式却格外认真专注。他们对胜利的执着追求,不时赢得现场观众的阵阵喝彩与掌声。

今年赛事的一大亮点是“体育+商圈”模式的深入推进,参与活动的商户数量明显增多。比赛期间,商场内人头攒动,欢呼声、呐喊声此起彼伏,全新的观赛体验让市民们赞叹不已。此外,选手凭参赛证可在指定商家享受餐饮购物折扣,实现了赛事流量向消费活力的有效转化。这种创新模式不仅推动了文旅商体展的深度融合,也为城市消费注入了新动能,成为拉动周边文化旅游发展的强劲引擎。

从参赛情况来看,青少年参与武术散打项目的年龄正不断“下沉”。近年来,家长对于身体对抗性项目的态度也更加理性、专业。值得一提的是,跆拳道作为大众更为熟悉的奥运项目,与散打形成了良性互动——许多孩子从跆拳道“引流”而来,两种项目互相带动,参与散打训练的少年儿童越来越多。