

## 近万名青少年及家长参与 打造沉浸式青少年体育盛会

# 复兴岛变身“亲子运动岛”

5月30日至31日,由国家体育总局指导,上海市体育局主办的“奔跑吧·少年”2026年庆“六一”上海市儿童青少年主题健身活动在杨浦区复兴岛船台公园圆满举行。活动深入贯彻落实“让孩子们跑起来”重要指示精神,立足复兴岛独有的工业遗产与滨江生态资源,创新采用“赛事引领+多维体验+文商旅体展融合”模式,打造了一场沉浸式青少年体育亲子盛会。

本次活动由上海市青少年训练管理中心、上海市青少年体育协会、杨浦区体育局联合承办。上海市体育局副局长罗文桦、杨浦区副区长王浩等相关负责同志出席开幕式。

本版撰稿 本报记者 丁荣



### 七大展区+六大赛事 近万人共赴体育嘉年华

活动现场设置七大主题展区、六大精品赛事、五大核心玩法,共计86家机构参展,吸引全市超4000组家庭、近万名青少年及家长到场参与,规模与热度均创近年同类活动新高。

七大主题展区覆盖运动体验、科技体育、素质教育、体旅研学、公益市集、童书阅读、健康餐饮等板块,搭配趣味打卡、集章抽奖、好礼派送等互动玩法,让青少年在游玩中培养运动兴趣、收获成长感悟。六大精品赛事涵盖平衡车、体适能、陆上赛艇、跳绳、街舞、光感射击,参赛年龄覆盖3至16岁人群,兼顾专业竞技与大众体验。赛

场之上,少年们奋勇争先、不惧挑战,展现出昂扬向上的精神面貌。

来自延安初级中学的刘米娅参加了上海市少儿体育联赛第七届“神枪少年”光感射击公开赛,并获得女子组第三名。她坦言对自己的成绩既有成就感也有遗憾:“到第二十几发的时候我还是第一名,但后面几发没能稳住,掉到了第三名。不过这次比赛让我收获了更多经验。”赛后,她又在现场打卡体验了轮滑项目,尽享运动乐趣。

### 奥运冠军支招家长 多些选择循序渐进

自行车奥运冠军、团市委兼职副书记、市体育局团委书记钟天使也以家长身份亮相活动现场。她表示,今

年的“六一”儿童节对自己来说格外特别。“今天的活动搭建了让孩子们来到户外、参加体育锻炼的舞台。”她向家长们分享了两条建议:一是给孩子提供更多体育项目的选择性,让孩子真正参与其中,找到自己喜欢的项目;二是循序渐进,千万不要让孩子过度锻炼,“孩子自己喜欢,顺其自然地参与锻炼,就是最好的方式”。

作为本次活动的特色亮点,上海市运会藏品快闪特展集中展出1953年至今共17套29件珍贵史料,梳理七十余年上海体育发展脉络,让青少年近距离触摸城市体育记忆。同步亮相的上海乒乓球嘉年华(复兴岛站)以趣味闯关形式推广国球文化,现场人头攒动、气氛热烈。

### 展出市运会“前世今生” 为体育强国积蓄青春力量

“五健”科学健身加油站同样人气高涨,邀请运动医学专家现场坐诊,免费提供骨龄检测、脊柱侧弯评估、运动防护指导等服务,推动科学健身理念走进大众生活。爱心宝贝公益市集汇集孩子们的手作与画作,义卖所得全部用于儿童公益事业,让公益种子在童心间生根发芽。

此次活动打破传统体育活动的场景边界,以体育为纽带串联文化、商业、旅游、教育等多元业态,依托百年工业遗产打造一站式亲子休闲场景,实现文商旅体展深度融合,为城市公共空间活化、青少年体育业态创新提供了可借鉴的实践样本。

本次活动也是2026年上海市第十八届运动会前夕一次重要的预热。随着市运动会脚步日益临近,全民运动的氛围持续升温。上海将继续深耕青少年体育事业,不断完善公共服务体系,推动体教融合走深走实,让更多少年儿童爱上运动、享受运动,为建设全球著名体育城市、助力体育强国建设积蓄蓬勃的青春力量。



爱心宝贝公益市集义卖孩子们的手作与画作



## 大同中学田径队全国赛场获2金2银 体教融合让“金字招牌”再擦亮

5月16日至17日,在全国U系列田径比赛中,上海市大同中学高水平田径队捷报频传:翟劲夺得U18男子跳远冠军,钱叶泊获U18男子跳高亚军,二线梯队运动员汪柏言斩获U16男子跳高冠军、庄子辰获得U16男子跳高亚军。两金两银的佳绩,让这支拥有42年历史的学校田径高水平运动队再度成为焦点。

值得一提的是,U16男子跳高冠军汪柏言不仅赛场上表现出色,学业同样优秀。他在赛后分享了自己的独特感悟:“我发现在跳高的内倾动作时会产生离心力,跳高这项运动和物理以及生活中的理科知识都是分不开的。”赛场与课堂的双向赋能,正是大同中学高水平运动队育人理念的生动体现。

据上海市大同中学高水平田径队总教练何明新介绍,这支队伍的底蕴可追溯至1984年。当时,原南市区少体校田径教练胡鸿飞创办了大同中学跳高学校,曾培养出三破世界纪录的著名跳高运动员朱建华。此后,队伍历经市办二线运动队、校高水平运动队等多个发展阶段,历任校领导都一以贯之坚持学校办训。校田径队也始终坚守胡鸿飞指导的跳高训练理念——以速度为中心,力求身体素质均衡发展。“这次比赛多名运动员发挥很好,突破了自己的PB(个人最好成绩)。”

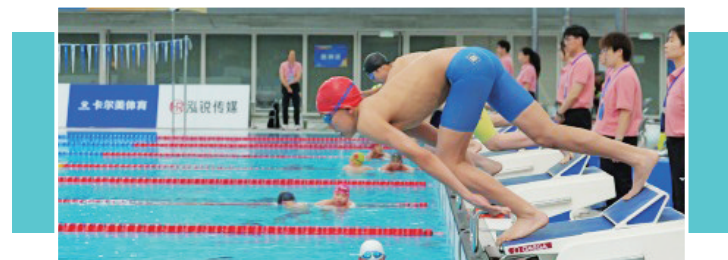


据上海市大同中学体育教研组组长王骏介绍,学校由校长牵头担任运动队组长,班主任会密切关注运动员的日常学习。目前,大同中学高水平田径队每周一至周六每天训练两小时以上,教练团队由总教练何明新、学校体育教研组长王骏以及毕业于同济大学原大学生跳高运动员、见习体育教师胡爽组成。下一步,教练组将针对本次比赛暴露出的不足进行技术性指导,力争优中更优,学校层面的支持同样有力。

上海市大同中学副校长王菲表

示,学校始终遵循“做好人、读好书、出成绩”的育人原则,要求学生运动员不仅竞技水平突出,更要在学业等方面全方位发展。“这几年我们狠抓竞技水平和学习成绩,两条腿一起走路,取得了比较好的效果。”王菲说,在新高考政策下,学校也在深入思考如何培养运动成绩与学习成绩双优的学生运动员,未来既能在赛场取得佳绩,同时也能进入更好的大学。

42年新火相传,大同中学正以“体教融合”的实践,书写着校园体育的新篇章。



## 竞赛、办赛水平全面提升 上海泳池激荡“未来之星”

5月29日至31日,2026年上海市青少年体育精英系列赛游泳比赛总决赛暨上海市青少年游泳锦标赛在上海东方体育中心游泳馆举行。来自全市16个区的1263名选手同池竞技,争夺市运会参赛资格,赛事规模与竞技水平均创近年新高。

本次比赛由上海市体育局主办,上海市竞技体育训练管理中心游泳运动中心、上海市游泳协会承办。赛事设置A至F共六个组别,涵盖四种泳姿的单项、小全能及接力项目。值得关注的是,本次比赛与上海市第十八届运动会游泳比赛(青少年组)参赛资格直接衔接——运动员需达到上海市青少年体育精英系列赛第一站暨上海市游泳二线体能测试赛准入标准分50分,且在本次比赛各组别单项(含全能、不含接力)中排名前16名,方可获得市运会参赛资格。这一赛制激发了各区参赛热情,比赛竞争异常激烈。徐汇区游泳运动员在多个组别中

表现抢眼,其中徐汇区青少年体育训练中心教练员钱伟所带的E组斩获多枚金牌。钱伟赛后表示,成绩的取得离不开徐汇区体育局领导及工作人员对游泳训练的大力支持。另一大亮点来自奉贤区——浚贤青少年体育俱乐部的李襄怡夺得女子F组100米自由泳冠军,这是奉贤区历史上第一枚青少年体育精英系列赛游泳总决赛金牌,实现了历史性突破。

为确保比赛公平公正,本次赛事首次引入高速摄像系统,并设置水下摄像装置。上海市游泳协会裁判员、本次比赛副裁判员(视频主管)郭叶舟表示,摄像装置的引入让青少年在更公正的环境中比赛,同时与全国U系列青少年游泳比赛接轨,帮助教练员和运动员“知其然并知其所以然”,清楚了解犯规点在哪里。

本次比赛在竞赛水平和办赛水平上均实现了显著提升,为上海青少年游泳人才选拔和储备奠定了坚实基础。