

多元赛事赋能成长

上海市少儿体育联赛 打造青少年运动新生态



上周末,多场2026年上海市少儿体育联赛如火如荼地进行中。上海市少儿体育联赛是在市体育局、市教委指导下,由上海市青少年体育协会自主创立的市场化无门槛青少年体育普及类赛事活动。政府提供政策背书,协会打造枢纽平台,社会力量生产赛事内容——构筑了上海青少年体育赛事体系的重要基石。

2026年上海市少儿体育联赛共计进行114项赛事,覆盖全市16个区,设置60个运动项目,其中散打、小轮车、冰球、垒球、匹克球、虚拟赛车、数独、排舞、室内冲浪等9个项目首次亮相,为青少年及家庭带来更多新鲜有趣的运动选择。

本版撰稿 本报记者 李一平

架起中外青少年交流桥梁

6月6日,2026年上海市少儿体育联赛软式曲棍球比赛暨上海市青少年软式曲棍球冠军赛在上海东方国际商务合作区拉开序幕。本次比赛共吸引了全市各区16支代表队约320名小运动员报名参赛,其中还有40多位外籍青少年参加,中外青少年相互协作,共同竞技,增进了彼此之间的友谊。

赛事设U8、U10、U12、U14四个年龄段,比赛参照国际软式曲棍球联合会(IFF)制定的软式曲棍球竞赛规则,实行男女混合组队模式,充分体现性别平等与团队协作理念。

作为一项已经连续举办了三年的赛事,本年度比赛的规模效应凸显,更为赛事专业运营提供实践样板,赛事不仅是对区域竞赛推进成效的一次集中检阅,更通过标准化流

程、专业化运营和多元化活动设计,为构建常态化、高质量、可持续的青少年体育赛事体系提供了可复制、可推广的实践样板。

软式曲棍球作为一项安全性高、趣味性强、团队协作要求突出的新兴校园运动,近年来依托体教融合政策支持,在本市中小学加速落地,初步形成“课程教学—社团活动—校队训练—区域竞赛”四位一体的发展格局。“我们从两年前开始在上海进行软式曲棍球的推广普及工作,通过进校园的方式,目前该项目已经吸引了不少青少年的参与。”据赛事负责人张少波介绍,目前上海已有超过10所国际学校开展软式曲棍球的体育课程,为项目的进一步发展打下了基础。

“孩子练了两年,体质明显变好了,更重要的是学会了怎么和队友沟通。”在场边观赛的家长周芸表示,软



式曲棍球器材成本低、场地适应性强,正成为长三角家庭体育消费的新选择。“而且这次比赛还有外籍小朋友参加比赛,我鼓励孩子主动去沟通,也交到不少朋友。”通过本次比赛,进一步促进了中外青少年之间的交流。

搭建飞镖培养体系

6月7日,2026年上海市少儿体育联赛飞镖比赛暨第三届上海市青少年飞镖公开赛在徐汇万科广场举行,430名飞镖小将齐聚一堂参与比拼。

2026年上海市少儿体育联赛飞镖比赛暨第三届上海市青少年飞镖公开赛涵盖团体赛和个人赛等多元

形式,既考验选手个人竞技能力,又强化团队协作意识。赛事结合青少年成长特点划分年龄层级,个人赛覆盖U10、U12、U15、U18四个年龄段,确保同年龄段选手公平竞争,充分挖掘不同年龄段潜力选手。这种差异化赛制既降低了低龄选手的参赛门槛,又能满足高龄选手的竞技挑战需求,让每个年龄段的选手都能发挥自身水平。同时,团体赛要求每队4人且包含一名女子运动员,注重性别均衡与团队协作能力的培养。

在举办赛事的同时,赛事组织方还推动“体育赛事进景区、进街

区、进商圈”,依托比赛的举办地徐汇万科广场,赛事邀请世界知名飞镖器材品牌入驻设置销售展区,结合赛事场景开展精准营销。参赛选手因备赛、升级装备的需求,现场选购热情高涨,器材销售火爆。同时,赛事联动商圈内餐饮、零售等增加赛事活动的“烟火气”,带旺街区、商圈的“满满人气”,为大众参与相关消费带来新体验,放大体育赛事活动的经济效益。除竞技比赛外,赛事另设有嘉年华体验区、互动区等,打破单纯竞技的紧张感,为参赛选手带来意外惊喜,提升了赛事的趣味性和参与体验。

单场八位选手平亚洲纪录 这场魔方赛事堪比“神仙打架”

本报记者 丁荣

6月6日至7日,一场被誉为“魔方界高考”的顶级智力盛宴——“奇艺魔方格杯”2026 WCA上海多于一个魔方赛在虹口区社会组织创新示范园火热上演。来自全国各地的魔方高手齐聚申城,以赛会友,展开了一场兼具专业性与竞技性的脑力巅峰对决。

本次赛事引人注目的创新,莫过于最少步项目首次在国内WCA官方赛事中启用双重轮(Dual Rounds)全新赛制。这一突破性改革打破了传统赛制“一轮定生死”的局限:所有选手全员直通前两轮,无淘汰、无一轮止步。无论首轮发挥是否出现失误,每位选手都拥有第二次竞技机会,最终以前两轮个人最佳成绩作为晋级依据。第三轮决赛则综合两轮排名,择优录取前45名(最高取前75%)晋级终极对决。新赛制更加公平、包容,既有效规避了临场失误带来的遗憾,也为新人选手提供了更多施展空间,堪称国内魔方赛事赛制的一次重要升

级。

比赛现场强者云集,前世界纪录、现亚洲纪录及国家纪录保持者同台竞技,最终有8位选手在比赛中打平了亚洲纪录。其中,最少步原世界纪录获得者、现中国平均纪录保持者董百强是一名拥有20多年魔方经验的资深选手。他告诉记者:“这个项目很有挑战性,每名选手就像拿到一张答卷,需要找到解法,方法不限。你必须掌握各种复原技巧,最终看谁用的步数最少,还要把正确的解答写下来。”如今他依然在坚持,用热爱诠释着魔方运动的魅力。

而作为赛事的最后重头戏,多盲挑战将全场气氛推向高潮。“多盲”是魔方竞技中难度顶尖的王牌项目:选手蒙眼竞技,凭借超强瞬时记忆与脑海空间构图,在完成编码记忆后,一次性还原多颗打乱的魔方。多盲挑战亚洲纪录保持者陈裕斌也参加了本次比赛。他分享道:“窍门在于把魔方上的每个颜色变成字母,然后记住路线,对应公式进行复原。”关于提高盲拧成功



率的方法,他坦言唯有每天不断练习。高中时,班主任播放的央视《最强大脑》节目让他接触到盲拧魔方,从此便爱上并坚持练习至今已11年。对于未来,陈裕斌目标明确:“我想刷新自己的亚洲纪录,挑战一下世界纪录。”

本次比赛由虹澜魔方联合会主办,招商蛇口上海公司、虹口区瑞邻社区营造发展中心协办,并得到场地服务支持单位虹口区社会组织创新示范园、上海申杰社会组织培育评估中心的大力支持。

第36届上海“六一娃娃杯”实现新突破 分区选拔+颁发“六一之星”

本报记者 丁荣

5月31日,第36届上海市“六一娃娃杯”游泳比赛的总决赛在上海城市运动中心顺利开赛。来自全市各区的988名6至8岁游泳小将齐聚赛场,为六一佳节献上一场精彩绝伦的少儿游泳盛会。

本次比赛由上海市游泳协会主办,黄浦区体育总会、黄浦区游泳协会承办,黄浦区卢湾青少年业余体育学校、黄浦区飞鱼青少年游泳俱乐部协办。赛场上,参赛小将们精神饱满、状态昂扬。6岁组别小将初生牛犊、毫不怯场,以坚定的毅力全力完赛;7岁、8岁组别选手赛场竞速对抗激烈、看点满满。赛场边,教练员细致观赛、实时指导,家长亲友团呐喊助威,营造出积极向上、文明和谐的竞赛氛围。

相较于历年赛事,2026年第36届“六一娃娃杯”迎来重大赛制升级与创新改革,赛事规模、选拔体系、专业水准均实现历史性突破。今年赛事首次创新设置六大赛区分区选拔机制,采用“分区比拼、择优晋级”的科学竞赛

模式,明确要求参赛运动员必须在分赛区赛事中达到“娃娃杯”二级及以上标准,方可获得总决赛参赛资格。通过分区赛的选拔,参加总决赛的选手水平相当,同组别之间的竞争更为激烈,对青少年选手有了更好的锻炼。

在颁奖环节,本次比赛也是首次设置了“六一之星”奖,每个单项的前六名都可以获得这一奖项,以鼓励孩子继续参与游泳训练。据上海市游泳协会副秘书长严显民介绍,本次赛制改革成效显著,极大拓宽了赛事参与覆盖面与人才选拔维度。本届赛事六站分区赛累计参赛人数高达3100余人,创下赛事创办以来历史参赛规模新高。严显民表示:“通过分区赛,既能扩大参赛的规模,为更多青少年提供参赛舞台,让更多孩子有机会站在专业的赛场上展示自我;同时,能提升最后总决赛的水平,发掘各区的游泳苗子。”

值得一提的是,为了推动文商旅体展融合,本次比赛还在凯德晶萃广场、博荟广场开设领奖区,为参赛选手发放赛事包、证书和消费券,以赛事流量助力商圈消费。