

# 上海体育提前超额完成今年为民办实事项目 身边的健身设施越来越多了

市民在徐家汇公园健身步道上跑步

本版图片 记者 李铭坤 摄



努力最好的肯定。

除了社区,曾经看起来与运动并不太沾边的商务楼宇周边,也多出了不少运动元素。职工健身驿站、楼顶足球场、屋顶运动公园等一系列全新的尝试,不仅让白领更加方便地体验到了运动的乐趣,也激发了健身产业的活力,更释放了上海这座国际大都市的活力与激情。据了解,如今越发受欢迎的职工健身驿站,未来将努力实现运营服务智能化,打造“互联网+科学健身”应用场景,配备智慧化、数字化的运营管理系统,打造全民健身电子地图、社区体育设施信息化管理服务等平台,实现信息、数据共享,提供便利服务。“利用好‘金角银边’,让更多市民能参与健身,进一步落实推动全民健身战略的发展,让市民有更多获得感。”这曾是市体育局方面在相关工作启动前,许下的美好愿景,如今经过多方努力,正一步步照进现实。

市民多功能运动场、市民健身驿站、长者运动健康之家、社区足球场、职工健身驿站……近年来,越来越多运动专属的新名词,在市民耳畔响起,这一个个听起来可能有些新颖,又有些陌生的名字背后,是“魔都”逐步焕发出的,属于全民健身的新活力,以及建设“15分钟社区体育生活圈”带来的驱动力。未来,申城市民将会有更多选择,用更便捷的方式,切身感受运动健身的乐趣,一座座崭新的市民运动场所,以及其中一个个挥汗如雨,又乐在其中的身影,将会为这座城市增添别样的吸引力。 本报记者 陆玮鑫

## 文体社会

“场地已经定好了,下班后有兴趣的同事,可以随时过来加入,比拼一下投篮手感。”工作日的下午,某公司财务白先生的微信上弹出这样一条消息,这是企业篮球社的定期活动,自疫情进入常态化防控开始,每周不间断。“一直听说上海在建设‘15分钟社区体育生活圈’,之前没什么感觉,仔细一观察,现在健身确实容易许多,场地距离家和公司近了,订起来也方便,还不像之前那样资源稀缺,感觉真的挺好。”

小白的感受,是一个典型的缩影。今年初,市体育局牵头了四项上海市为民办实事项目——新建改建80条市民健身步道、新建改建500个市民益智健身苑点、新建改建60片市民多功能运动场、新建改建80个市民健身驿站。截至10月底的统计数据,目前已高质量全面按时完成“新建改建市民健身步道92条、市民益智健身苑点612处、市民多功能运动场77片、市民健身驿站92个”。今年的市体育局为民办实事项目,已经提前超额完成。

一系列成绩的背后,离不开各相关部门的大胆尝试和协调统筹。虹口的一个社区健

身苑点,几年前还是设施陈旧,甚至有些破损,残破的外观加上可能存在的安全问题,曾让周边居民对其敬而远之。如今来到同一片区域,情况已经大不相同。在市区两级体育部门的统筹协作下,这个老旧小区健身器材,已经装上了“智能”的翅膀,从外到里全部“改头换面”,不仅周边市民愿意在空闲时段前来锻炼身体,甚至吸引不少兄弟区域的苑点健身团队前来参观考察,成了一道全新的风景线。“设施变漂亮了,而且用起来更加方便,还定期有专人指导,这对我们中老年居民而言,是实实在在的便利了。”居民范阿姨说出了不少人的心声,这样的表态,也是对各方

# “只要孩子想练,我就开心”

记普陀区青少年体校佩剑教练徐琳



了女子佩剑队,是专心读书,还是改项佩剑?徐琳觉得这道选择题不难,她决定接受新挑战。仅仅1年后,上海女子佩剑队成了全国冠军,很快徐琳和队友入选国家队。

选择不难,但要坚持下去不易。在备战国际赛事的关键节点,徐琳先后两次受伤,最终没能在国际赛场展现自己。带着这份遗憾,徐琳22岁退役后,去到普陀区青少年体育运动学校当了一名普通的基层教练。她相信,一定能培养出比自己更出色的运动员。

### 面对好苗子 动情

“她比我当年厉害。”提起已入选国青队的刘彬淑,徐琳有很多感慨,“她刚入队时,是一个看上去不怎么起眼的孩子。”中间有个小插曲,练了一阵子,因为父母工作的原因,刘彬淑一家搬去了外地。没想到一年后,父母又将女儿送回了徐琳手里。原来,刘彬淑认定了要练佩剑,但在地找不到好教练和俱乐部。为了佩剑,全家又搬回上海,那一刻,徐琳便告诉自己,冲着她这股劲儿,一定要好好培养。

“她平时看上去文文静静的,但在训练时,特别有拼劲、有韧劲。她家离少体校距离非常远,但无论刮风下雨,都会早早到达训练场地。训练时从不偷懒,不折不扣地完成每一项训练要求,回家后还自我加压,反复回顾动作要领……”

去年全运会,比赛刚开始不久刘彬淑的脚踝就扭伤了,但她忍着疼痛坚持,在她的带领下,上海女子佩剑团体冲进决赛,创造近几届全运会最好成绩。“她最后是凭意志品质坚持下来的,我听说后差点落泪。”徐琳说。自己当运动员时很少落泪,反倒是当教



徐琳(右)指导孩子训练

练后,徐琳会因为孩子们在成长过程中遇到的快乐和挫折而动情。

### 全身心工作 值得

教练这份工作几乎占据了徐琳的整个生活。一周训练6天,每年只有春节放4天假。“我从来不给自己放假,也不出去旅游。”甚至在休假期期间,她也心系训练,“只要孩子想练,我就开心。”

徐琳说,佩剑的技战术一直在更新,她也一直在自我学习。前几年全国联赛,她自费带队比赛。“从早上7点到晚上9点,我一直在各个赛场指挥,虽然很辛苦,但看到家长支持、孩子积极性强,我就觉得很值得。”

队里有不少来自甘泉外国语学校的孩子,为了备战市运会,徐琳每周二到学校给孩子们开小灶,在体育课的时间,孩子们到她这里报到,她一对一带训。

去年的上海市击剑锦标赛,普陀区佩剑位列全市总分第一,徐琳本人则连续两年获得上海市精英系列赛优秀教练员称号。“我练重剑时参加过市运会,当时运动员没现在那么多。”徐琳说,“今年市运会,击剑共有48个组别,其中佩剑就有16个组别,包括个人、团体、男女单项等比赛。无论最终成绩如何,击剑运动对孩子们的人生会有深远的影响,培养了他们的体力、脑力、意志品质……” 本报记者 陶邢莹

## 记者手记

### 亲历者

因为受伤,徐琳的击剑生涯,以一种遗憾的方式落幕。如今,在刘彬淑的身上,徐琳看到了比自己更强、更有韧劲的新一代。全运会后,徐琳问刘彬淑,脚疼的时候有没有想过放弃。她坚定地说:“没有。我就想着,无论如何都要拼一把!”

徐琳是上海第一批佩剑女运动员,到了今年市运会,上海的佩剑队伍愈发壮大,培育出的佩剑人才更是一茬又一茬。她和她弟子的经历,也是上海体育蓬勃发展的缩影。

上海市运动会是培育青少年体育人才的舞台,这个舞台,曾走出王励勤、庄泳、钟天使等世界冠军,鼓舞着更多的青少年向更高的目标奋进。即便最终没有获奖,体育依然能带给青少年无穷的宝贵财富,塑造坚强不屈、勇于挑战的性格品质,这是徐琳的亲身经历,也是她想跟参加市运会的青少年说的。 陶邢莹

### 人生选择题 坚守

人生,就是在不断做选择题,徐琳说自己就是那种一旦选定了,就会脚踏实地,将眼前的事情做好的人。

16岁,徐琳就面临人生第一个选择。练了4年重剑的她,成绩平平,1998年上海成立