

青少年们“动”起来 活力之城叫得响

——青少年体育蓬勃发展的“日照路径”

12月18日，“儿童青少年科学健身20条”发布会在山东省日照市召开，国家体育总局正式向社会发布了“儿童青少年科学健身20条”（以下简称“20条”）。来自国家体育总局青少司、体育科学研究所、北京体育大学等单位的嘉宾和专家出席发布会，并在日照召开座谈会，共同把脉儿童青少年科学健身，促进青少年体育快速发展。

如此高规格的发布会为什么放在我省的日照举办，活力之城日照在儿童青少年体育发展和科学健身方面做了哪些有益的探索？



日照市新营小学的学生们正在上体育课。 刘涛 摄

记者 张宏磊 刘涛
日照报道

上好“体育课” 让更多孩子爱上运动

12月18日下午，日照市新营小学的校园里一片欢腾，欢快的少儿歌曲旋律萦绕其间，跳绳、踢毽子、篮球、足球、健美操、武术操等二十余项体育活动如火如荼地开展。尽管户外气温已接近零摄氏度，但踏入校园，便能感受到那扑面而来的运动氛围。孩子们的脸上洋溢着欢乐与活力。

“学校一直以来都很重视体育教育，将体育精神融入日常教学，让学生享受运动的快乐，增强体质，健全人格。”日照市新营小学教育集团党总支书记郭洪洁表示，学校开设了丰富的体育课程，专门引入校外优质资源，让学生都能选择自己喜爱的运动项目。通过各类体育活动，如体育节等，让学生人人有爱好、班班有队伍、周周有比赛、月月有进步，通过体育教学让孩子们养成良好的运动习惯和意志品质。

为了开好“体育课”，日照市体育、教育部门可谓用心良苦。当地中小学以年级为单位开展“模块化”体育教学，实行“走班选课+班级授课”，破解了体育课“一只嘴，两个球，老师学生都自由”的尴尬局面。开展百校学生体质提升工程，选派高校和体育社会组织的业余教练员共计2万人次，到全市250余所中小学开展体育课后服务，指导建立起了580多支“三大球”及其他特色项目运动队，既提高了学生的运动兴趣，又解决了家长的接送难题。全市7个区县，功能区均建立了学习与训练相结合的新型体校，形成了以市体校为龙头，区县新型体校为基础的青少年体育后备人才培养体系。

建好“运动场” 场馆实现资源共享

在日照职工活动中心的国恒体育馆内，场馆被分割成了



“奔跑吧·少年”第二届中国城市青少年跳绳公开赛在日照举行。 刘涛 摄



国恒体育的篮球培训深受孩子们喜爱。 刘涛 摄

四块训练场地，其中三块属于少儿篮球爱好者的场地。每块场地上，有十多名小球员正沉浸在运球和带球的训练之中。另一块按照标准规格打造的篮球场，一群中学生正在进行上篮训练，每一次成功上篮都会引来队友们的掌声鼓励。

国恒体育在当地以篮球培训项目出名。另外，安泰体育的网球培训、领航体育的足球培训、山海大象的围棋项目……在当地，越来越多的企业积极参与体育产业发展，也搭建起了更多体育运动场馆。

当地还积极推动大型体育场馆“进校园”。结合重大赛事筹办，优先与中小学共建共用体育场馆，既能保障竞赛需要、满足教学需求，也有利于提高赛后资源利用率。比如，以筹办山东省第25届运动会为契机，12处省运会新建场馆中，有9处与学校共建或共用。其中，奎山体育中心是省运会主场馆，包括5.15万平方米的市体校新校区；东港区体育中心承办省运会篮球、体操项目，建在东港海曲中学内。

当地还推动学校体育设施“进社会”。采取物理隔离、场地修补、器材配置、智能监控等措施，做好学校体育设施对外开放，每天开放时间教学日不少于4小时，节假日不少于8小时，带动更多学生和家长养成锻炼习惯。目前，实现了所有非寄宿制公办办的160所学校的体育设施对社会开放。

当地大力推动足球、篮球等青少年体育场所建设，已建成健身设施场地9000余处，优先向青少年开放。市人均体育场地面积提高到4.89平方米，居全国地级市前列。比如，建设了黑虎山全国科技体育综合基地、山东省首家青少年水上运动体验中心，开展科技体育教育、航海模型制作等活动；在海滨黄金地段建设“无动力”儿童运动乐园，布设太空舱攀爬等40多种体验项目，免费供青少年运动娱乐。

或和同学一起，或和家人一起……有了更多社会力量的参与，以及在体育场馆设施方面的不断完善，当地的市民尤其是青少年参与体育锻炼和运

动健身的热情“水涨船高”。

办好“系列赛” 叫响活力日照品牌

12月15日，日照市主城区中小學生“三大球”校际联赛正在火热举行，三处专业场馆里，篮球、足球、排球赛事轮番登场。就在同一天，日照万象汇，“奔跑吧·少年”第二届中国城市青少年跳绳公开赛举行，近500人欢聚赛场，尽显体育少年活力风采……在日照，近年来青少年赛事越来越精彩。

当地坚持练赛结合“搭好竞技台”，构建青少年健康管理赛事供给体系。坚持以练促赛、以赛代练、练赛结合，让广大青少年在比赛中培养体育运动兴趣，感受美好体育生活。

一方面，构建青少年三级竞赛体系。依托“三大球”进校园，建立校际联赛、区县联赛、市青少年锦标赛三级竞赛体系，每年办赛5000余场次，参与学生80余万人次。比如，每年的主城区中小學生“三大球”校际联赛，有近百支代表队，2000名运动员参赛，比赛时间由以前集中1周延长到5个月，进行近300场比拼，实现了训在平常、练在日常、赛在经常。

另一方面，培育青少年竞赛品牌。结合青少年体育发展需求，重点打造“三大球”、网球、航海模型等十余项特色赛事。比如，先后承办5届CSBA全国中学生篮球锦标赛，3届全国青少年航海模型教育竞赛总决赛和第14届全运会足球、篮球、水球相关项目以及中国青少年女子足球联赛。2023年7月，NYBO青少年篮球公开赛全国总决赛在日照举办，吸引了来自全国160余个赛区的442支球队，共计4049名小球员参加，是我国规模最大、参赛人数最多的单体青少年篮球赛事，赛事规模创历史之最。

阳光海岸，活力日照。一系列精彩赛事的举办也让来自全国甚至世界各地的青少年运动员，来到日照、了解日照、爱上日照，活力日照魅力更大、流量更足。

山东体育 您在看

短道速滑世巡赛 李文龙接力再夺金

近日，2024-2025赛季国际滑联短道速滑世巡赛第四站在韩国首尔落幕，我省李文龙与队友合力在男子5000米接力夺得金牌。继上周北京站后再度在该项目夺冠，这也是中国队在本站比赛中收获的唯一一枚金牌。男子5000米接力决赛是本站最后一个比赛项目，中国队派出孙龙、刘少昂、李文龙、刘少林四人出战，四人配合默契，队员之间稳定完成交接推人，最后以6分53秒654的成绩无悬念获得冠军。此外，我省公俐携队友在混合接力夺得银牌。（宫尚文 刘丹）

山东首次举办 全省花样滑冰锦标赛

近日，2024年山东省花样滑冰锦标赛在德州体育公园冰雪运动馆举行。比赛设6个项目，分为甲、乙、丙三组进行，共6个地市代表队58名运动员参与。这是山东首次举办全省花样滑冰锦标赛。花样滑冰被誉为“冰上芭蕾”，是技巧与艺术性相结合的冰上运动，各地参赛运动员顽强拼搏、奋勇争先，展现出山东花滑运动蓬勃发展的景象。（宫尚文 刘丹 马悦）

儿童青少年科学健身20条 在日照发布

12月18日，“儿童青少年科学健身20条”发布会在日照召开，国家体育总局正式向社会发布“儿童青少年科学健身20条”。“20条”内容涵盖了青少年近视防控、科学减脂、体态改善、心理健康、科学健身五大方面，是首次为儿童青少年身心全面发展提供科学健身指导类的纲领性文件。“20条”旨在全面提升儿童青少年体育素养和健康素养，为儿童青少年健康成长和国家的长远发展奠定坚实基础。（金康）

省“冠军公益行”活动 走进青岛职业技术学院

12月16日下午，山东省“冠军公益行”暨体育技能宣讲志愿服务活动青岛职业技术学院举行。射箭项目奥运冠军张娟娟、武术项目三届世锦赛冠军、三届亚运会冠军和一届全运会冠军孙培原等七位冠军，携手健身教练全国五一劳动奖章、全国技术能手、全国青年岗位能手荣誉称号获得者朱建安，以及健身教练国家职业资格指导师、考评员、培训师陈亮，为师生们带来一场别开生面的志愿服务活动。学院师生共计600余人参加。（宋莹）

“好运山东”黄河骑迹 沿黄九市自行车赛举行

“好运山东”黄河骑迹·第四届山东沿黄九市自行车赛在雪野湖畔举行。作为省内知名的沿黄赛事，吸引了省内沿黄九市各地的骑行爱好者积极参与。山东沿黄九市自行车赛是山东打造的黄河体育品牌赛事，本次比赛的举办将进一步深化山东沿黄九市的体育交流与合作，推动黄河流域体育赛事活动开展，助力打造黄河流域生态保护和高质量发展的体育样板。（姜振）