



■本报记者 吕亦菲 夏晨希 图文报道

本周将迎来我国第16个“全民健身日”。今年“全民健身日”的主题是：全民健身与奥运同行。竞技体育的魅力体现在激烈性、竞争性之上，全民健身的推进则在促进体育常态化、多样化和生活化发展发挥了重要作用。

眼下，巴黎奥运会激战正酣，全民健身与奥运同行发展、同步发展，我市正在举行的运动龙城大联赛也被赋予了丰富的内涵，健康、自律、时尚的赛事活动，掀起了全民健身的滚滚热潮。

本周将迎来我国第16个“全民健身日”



竞技的舞台，让全民健身“燃”起来

从幼儿到老年人，这是全年龄段的舞台

烈日炎炎，2024运动龙城大联赛常州市第五届小篮球比赛在江苏省常州技师学院打响，来自全市各篮球俱乐部和小学的43支队伍近300名选手参加。赛场上，小选手们不畏暑热、顽强拼搏、迎“篮”而上，其中最小的一名选手只有5岁。

近年来，越来越多“小孩哥”“小孩姐”站上竞技体育舞台，今年巴黎奥运会中国代表团年龄最小的郑好好仅仅11岁。无论是智力的交锋还是体能的鏖战，他们勇敢拼搏，突破自我。

而在老年人的竞技场，也有着独属于他们的“松弛”。在门球场上，一群平均年龄70岁的老阿姨、老叔叔们“排兵布阵”，把这项融合了高尔夫和围棋特色的运动玩出了花样；在气排球赛场，一阵阵“加油！”“接住！”“扣！”“好球！”的呐喊声响彻场馆，逼近38℃的高温也挡不住老年人参加气排球运动的热情。发球、二传、拦网、进攻、防守……在比赛现场可以看到，各队选手全神贯注，配合默契，以饱满的热情、昂扬的斗志投入到了每一场较量中，那活力蓬勃的精神面貌不输年轻人，更赛出了水平，赛出了快乐，赛出了老年人自己的运动风采。

“从幼儿到老年人，龙城大联赛的赛场是全年龄段的舞台。”常州市体育局群众体育处处长陈炜说，目前常州的全民健身活动实现了全年龄覆盖。这一目标的实现得益于各种形式体育活动的广泛开展，以及针对不同年龄段设置的特定比赛项目。例如，全民健身日活动中，不仅有面向青少年的乒乓球、游泳、围棋等项目，还有面向老年群体的广场舞、健步走、门球、太极拳、气功等项目，真正实现了全龄化参与。



新项目，“竞”现青春活力

6月23日下午，2024运动龙城大联赛常州市电子竞技联赛暨“高铁新城杯”首届青年电子竞技比赛全面打响，共有来自行业系统单位、体育社团、草根组织等近40支队伍踊跃报名，全市各地的近300名青年齐聚美丽的新龙湖公园，上演了一场精彩纷呈的电竞盛宴。

比赛项目为王者荣耀，采用bo3赛制淘汰赛，经过多轮争夺，决出最终名次。

比赛过程中，许多选手的发挥让人眼前一亮，一些精彩的操作甚至让人依稀看到了职业选手的影子。最终“小牛马”“一轮游战队”“ZYW”三支参赛队伍分获冠亚季军，成功拿下本届运动龙城大联赛电子竞技项目决赛的入场券！

运动员代表李军分享：“能和团队四个小伙伴一起并肩作战感觉非常激动，这次的参赛队伍数量不少，其中不乏一些高水平选手，是我们学习他人之长，提升自我能力的一次宝贵机会，同时也为我们广大电竞爱好者们搭建了一个良好的社交平台。”

裁判长章欣表示：“当前电子竞技比赛正处于蓬勃发展的阶段，深受青年群体的喜爱。我们作为相关从业者非常欣慰地看到，全市范围正在积极推动电子竞技产业的发展壮大，“电竞赋能”激发城市新活力，今年也还有精彩的电竞比赛正在筹备中，希望选手们能尽情地享受竞技的舞台，秀出高水平、赛出好成绩！”

在电竞进入亚运会的东风助推下，这项新兴赛事正持续得到更多常州市民的关注，随着更多赛事的成功举办，常州电子竞技产业正被注入新的动能。

比技能、比服务，遴选人才添活力

6月22日，2024运动龙城大联赛常州市社会体育指导员（健身）职业技能大赛在常州旅游商贸高等职业技术学校成功举办。比赛吸引了来自全市各区共19个参赛队，160余名参赛选手齐聚一堂，共同展示他们的专业技能和运动才华。

比赛将理论知识与体能技巧相结合，共分为个人赛和团体赛两部分。个人赛包括岗位知识竞答、体能竞赛、运动计划设计及课程演示、身体姿态与

动作评估，团体赛包括团体体能竞赛和团体知识竞答，旨在全方位、广覆盖、多维度地考察选手们的个人能力和团队协作能力。

社会体育指导员，是指在竞技体育、学校体育、部队体育以外的群众性体育活动中从事技能传授、锻炼指导和组织管理工作的人员。他们是群众体育的重要基石之一，本次比赛将进一步提升我市社会体育指导员的专业技能和服务水平，促进全民健康运动普及，为推动我市全民健身工作高质量发展注入新的活力，助力我市创建国家全民运动健身模范市。

“面对社会广泛的健身需求，很多小众、新颖的运动项目出现，社会体育指导员也需要不断学习，只有自身的知识和技术水平不断更新和提高，才能更好地服务于全民健身。”陈炜说。

小小群众舞台，走向更大的竞技场

6月14日下午，2024运动龙城大联赛常州市保龄球挑战赛在佳得利保龄球馆正式打响。预选赛前四场为青少年组专场，来自西横街小学的100余名选手精彩亮相，共同“碰响”青春活力。据佳得利保龄球馆负责人夏心蕾介绍，自2018年起，佳得利保龄球馆与西横街小学携手推进体教融合，安排五年级学生每周至少来馆上一节保龄球课。

“当然，除了西横街小学，我们也在与其他中小学开展合作，比如西新桥小学、北郊小学等等。”佳得利保龄球馆也从这批学生中发掘培养了一批幼苗，并将他们吸纳进了佳得利保龄球俱乐部。

就在上个月，2024年“小蜜蜂杯”江苏省青少年保龄球锦标赛在盐城市保龄球馆举办。佳得利保龄球馆的6名选手组成常州代表队参赛。经过两日激烈角逐，常州保龄球小将赖佳泓以12局总分2195分的高分夺得U13男子组冠军，唐嘉茂以总分2044分获U13男子组铜牌，许子毅以1965分位列本项目第五名。值得一提的是，在去年保龄球锦标赛中，当时年仅11岁的选手赖佳泓杀出“重围”，就将U13男子组金牌收入囊中。

“我希望更多龙城大联赛舞台上的运动员可以被发掘，站上更大的竞技场。”这是夏心蕾的心愿，也是常州体育人的心愿。

