

荷兰

## “街区体育”降低民众参与运动门槛

本报记者 任彦

一群孩子正在小型足球场上进行着一场激烈的比赛，他们虽然个头不高，但脚下功夫不错，一看就训练有素。家长在场边看得起劲，不时热烈地鼓掌喝彩。在不远处有一个篮球场上，几名身材高挑的女孩正在教练的指导下练习投篮。这附近还有一个网球场，一名教练正在耐心地向几名孩子示范如何正确发球……

这是本报记者日前在荷兰海牙南部的维米尔公园游乐场看到的场景。据工作人员介绍，每周一至周四下午，这里都会组织两到三个小时的集体活动，除了球类运动，还包括一些田径项目和游戏活动。

在海牙市，共有33个游乐场和体育场馆举办类似的社区体育活动。这些活动被统称为“街区体育”，由海牙雇主体育俱乐部基金会负责实施。在该基金会工作的社区体育教练西尔瓦娜·登布尔告诉记者，“街区体育”项目已经开展多年，旨在激发海牙市民的运动热情。“我们在网站和社交媒体上公布运动地点和时间，任何人都可以参加，无需报名，完全免费。”

“街区体育”项目面向海牙所有人开放。由于活动时间与学生们的课余时间相对重合，参加者多为运动场所附近社区的青少年。项目组织者不仅免费提供参与者提供运动设施，还免费提供专业教练，通过定期且专业的训练提高青少年的运动水平。此外，教练们还经常把运动设备借给孩子们，方便他们自己决定运动项目和时间。

为了确保参与者在安全有序的环境中参与体育锻炼，海牙市政府与区政府合作成立了协调机构，安排联络员与具体项目组织者对接。社区警察也为项目提供安全保障。

巴斯·德布鲁因是海牙市赛格布鲁克区政府

府工作人员，也是“街区体育”项目在该区域的联络人。据他介绍，该区域居民大多收入不高，很多孩子没有条件进入俱乐部参加运动，在这一区域开展“街区体育”项目至少可以实现两大目标，一是让孩子们获得运动的机会，二是减少不良少年滋生滋事的可能性。

“‘街区体育’项目的门槛很低，但意义非凡。”德布鲁因说，集体活动不仅有助于提高青少年的身体素质，也有利于培养他们的社交能力，从而增强社区的凝聚力。“孩子们通过参加体育训练，对公平竞争和规则有了切身感受，对团队合作有了更深入的理解。对社区体育运动的投入，就是对美好未来的投资。”

海牙一位家长对记者说，他的孩子以前不爱运动，也不愿与人交流，整天里盯着手机和电脑。后来尝试了几次“街区体育”活动，不久之后便喜欢上了踢足球。现在，他把课余时间大都用在了足球训练上，不仅增强了身体素质，性格也开朗了许多，还交了很多朋友。

北京冬奥会荷兰体育代表团团长卡尔·韦尔海延说，在荷兰各地都有类似于“街区体育”这样的群众性体育项目。荷兰政府和社会各界在发展群众体育方面不遗余力，兴建了一大批体育设施。有数据显示，在荷兰，社区每隔600米就能看到体育设施，触手可及的体育设施增加了荷兰人体育运动的参与热情，83%的荷兰人每周都会参加体育活动。

荷兰虽然总人口只有大约1700万，却是体育大国。在冬奥会奖牌榜上，荷兰长期名列前茅。北京冬奥会上，荷兰取得8金5银4铜的优异成绩。

“无处不在的群众体育活动就像一个巨大的蓄水池，荷兰很多优秀运动员就是从中脱颖而出的。”韦尔海延说，这些贴近社区居民的“零门槛”运动项目正是荷兰竞技体育的基础。

德国

## 居民社区不乏俱乐部“百年老店”

本报记者 李强

在本报记者位于德国柏林的住所不远处，有一片公共体育运动场，每天都有不少附近居民前来踢球、跑步。特别是到了周末，他们还会专程来到这个只有铁丝和栏杆包围的简易球场，为本地区的维尔默斯多夫足球队呐喊助威。

相比拜仁慕尼黑等世界知名的德国足球甲级联赛俱乐部，维尔默斯多夫可谓寂寂无闻——它只是德国第六级业余联赛的一支球队，球员业余，排名中游，在柏林以外毫无知名度。但翻看球队的历史，让人不禁感到惊讶——这家足球俱乐部自1911年创立以来，已逾百年历史。

德国俱乐部众多。根据最新数据，目前柏林一共注册有2479家体育俱乐部，而在德国全境，这一数字更是高达9万，会员总数超过2700万，相当于每3名德国人就有1人是体育俱乐部会员。在地图上搜索，仅记者住所附近，就有至少10家体育俱乐部，其中不乏“百年老店”。这些俱乐部大都以所在街区命名，维尔默斯多夫、弗里德里希、舍恩贝格、滕佩尔霍夫……

这类俱乐部或协会大都由民间自发注册成立，政府给予一部分资金补助，俱乐部负责日常管理活动。全德9万家体育俱乐部由大约270万名志愿者管理，每年他们义务贡献超过5亿小时的工作和练习时间。加入俱乐部的方式非常简单，居民只需就近寻找自己感兴趣的运动项目，提交申请，缴纳会费就可以成为会员。

作为传统体育强国，德国的体育俱乐部项

目可谓五花八门。距离维尔默斯多夫俱乐部不远处的弗里德里希体育俱乐部，创立于1886年，是柏林最古老的俱乐部之一，该俱乐部下辖足球、篮球、排球、羽毛球、手球、体操、赛车等10余个分会，拥有会员2000余人。

除了让会员定期参加体育锻炼外，体育俱乐部还经常举办其他活动。如弗里德里希俱乐部还经营了一家会员餐厅，丰富整个街区的生活，增强了社区的凝聚力。

对于体育俱乐部来说，最重要的莫过于运动场地。大多数体育俱乐部都是在政府投资建设的公共运动场开展活动。如维尔默斯多夫俱乐部借用了市立公园的公共体育场，弗里德里希俱乐部则是和一所中学共用场地。根据德国基本法，政府有责任承担城市社区的体育基础设施建设。

这其中，德国已推出的体育“黄金计划”功不可没。二战后，德国经济快速发展，为缓解战后日趋严重的体育设施不足问题，德国在1959年推出“黄金计划”，按照每人2平方米的运动空间需求制定规划。在半个多世纪的时间里，德国先后执行三期“黄金计划”。截至目前，德国全国已建成体育设施13.6万余个，其中包括78个大型体育场，6.6万余个露天运动场，3.5万余个体育馆，1.5万余个射击场，7000余个室内游泳池，等等。

正是这种民间自发与政府支持相结合的模式，共同打造了德国这一植根于社区的体育俱乐部文化，也奠定了德国体育强国的群众基础和人才梯队。

新加坡

## 打造便利的公共体育空间

本报记者 刘慧

新加坡裕廊西街的裕廊区邻里公园里，矗立着一座造型独特的两层建筑。上层是一片绿色空地，既可以运动，也可以作为观景平台；下层是一个多功能场地，用于举办社区活动或开展体育锻炼。在新加坡政府实施的邻里体育计划支持下，这种适合日常运动的邻里公园及公共绿地随处可见。

邻里体育计划是新加坡“2030年体育愿景”的一部分，该愿景旨在推动全民运动，是应对日益严峻的人口老龄化挑战的措施之一。邻里体育计划着眼于完善公共基础设施、打造便利的公共体育空间，努力让民众在步行10分钟内就能到达运动场所。

正是得益于邻里体育计划，裕廊区邻里公园经过更新改造，已成为一个设备齐全的体育休闲中心。公园内健身设施齐全，扫描二维码即可获得体育设施正确使用方法和运动小知识。社区有时还会在这里组织瑜伽等健身课程，一些专业的体育志愿者为居民提供指导。此外，该公园的运动场还设有幼儿游乐场、五人制足球场、慢跑跑道等，满足不同年龄段人们的运动需求。

家住附近的陶先生说，裕廊区邻里公园改

造后既漂亮又实用，家里人会时常来此共度闲暇时光。“改造后的公园运动场更有活力了”，裕廊区居委会的志愿者张振辉看到，如今越来越多的老年人在这里组织活动，晚上来此慢跑的人也多了起来。

除邻里公园，健身角也体现着新加坡对于有限城市空间的合理规划。新加坡超过80%的人居住在由政府规划建设的公共住房即组屋里，大部分组屋都建有健身角。在绿地与树木的环绕中，孩子们在游乐场欢快玩耍，年轻人在健身器材上锻炼，老年人在空地上打太极……健身角成为适合三代人一起运动的空间，也为居民融入社区提供了方便。

骑行是新加坡人喜欢的便捷环保的运动方式。新加坡政府在多个组屋区修建了自行车道，并将其与公园车道相连接，人们骑自行车便可以从家通往公园和景区。沿着遍布城市的道路网骑行，民众既可以欣赏河岸景观，也可以探索公园里的红树林保护区……骑行也成为游览新加坡的一种便利方式。目前，新加坡自行车道网络全长460公里，政府计划在2030年前将其扩大至1300公里，让人们能够在城市里更加安全舒适地骑行。

他山之石

# 推进社区体育运动场地和健身设施建设



运动健身已成为更多人的日常生活方式。在社区内或附近公园里，运动场地和健身设施的建设，让在家门口锻炼身体更加便捷，运动健身的氛围更加浓厚

一些国家发展出比较成熟的社区体育文化，在满足居民体育运动需求的同时，推动社区体育公共服务和组织化水平不断提升



图①：英国曼彻斯特，小朋友参加网球训练。 影像中国

图②：荷兰海牙的公园里，孩子们在打曲棍球。

本报记者 任彦摄

图③：德国柏林，几位居民在社区运动场进行足球训练。

本报记者 李强摄

观点

## 全民健身事业的重要组成部分

王凯珍

上世纪80年代中后期，社区体育在我国兴起，目前已发展成为全民健身事业的重要组成部分和城市亮丽的风景线。30多年来，作为城市社会体育公共管理的基本单位，社区体育在组织体系、场地设施建设、居民参与度等方面都取得了显著成就，不断丰富着社区居民的文化生活，提高了居民的身体素质和健康水平，提升了居民的生活质量和幸福感。

当今时代，科技飞速发展，自动化、信息化、智能化让人们的生活更加便利，但静坐生活方式导致很多人缺少身体活动，肥胖、“三高”等疾病日渐增多。同时，现代社会的生产生活方式，也容易增加人们的疏离感并导致归属感缺失，影响身心健康。

社区体育具有参与主体多元、活动范围就近、活动时间和形式灵活、活动内容多样等特点，能够实现健身、娱乐、社交等多种功能，既是人们强身健体、娱乐身心、提高幸福感的较好选择，也是增进居民互动交流、增强社区凝聚力的重要途径。截至2020年底，我国人均体育场地面积达到2.2平方米，经常参加体育锻炼人数比例达到37.2%，每千人拥有社会体育指导员数超过1.86名，社区体育处在快速发展时期。

在社区体育中，儿童体育、家庭亲子体育和老年体育是需求比较旺盛的形态。1996年，联合国儿童基金会和联合国人类住区规划署发起了一项“发展有利于儿童居住的社区和城市”的倡议，即在城市和社区建设中融入儿童友好理念，建设儿童友好城市和社区。去年10月，我国印发的《关于推进儿童友好城市建设的指导意见》提出，到2025年，将开展100个儿童友好城市建设试点。此举将推动社区体育公共资源配置优先满足儿童需要。我国已经进入老龄化社会。老年人拥有较多闲暇时间，又有健康长寿和重建社会交往圈的愿望，在社区体育组织和设施建设中更多考虑老年人的需求，将有助于他们保持健康、扩大交往、增进幸福。

发展社区体育，应该着力提升社区体育公共服务水平和组织化水平。目前，我国社区体育场地多为分布零散的室外场地，如健身苑、健身广场、健身步道等，但是足球、篮球、排球、网球场地和集多个项目为一体的综合性室内外体育场馆数量相对有限，致使现代体育项目较少在社区层面普及开展。同时，我国社区体育组织以松散的健身团队为主，正式的社区体育俱乐部数量较少、组织化程度较低。从国际经验看，体育俱乐部作为德国、英国等欧洲国家社区体育的基本组织形式，具有非营利性、自主经营和政府扶持相结合等特征。它既是社区、学校体育一体化的桥梁，也是人们有组织参加体育活动的有效途径。把社区体育俱乐部建设与附近的体育场馆和公园的体育服务中心相结合，有利于促进社区体育持续稳定发展，为居民提供有效的体育运动和交流平台。

社区居民的参与状况也决定着社区体育建设的效果。社区要充分利用体育促进社区发展的功能，发挥参与主体的广泛性、活动形式的多样性、活动内容的趣味性等优势，以体育运动增强社区居民归属感和凝聚力，为建设体育强国、健康中国作出积极贡献。

(作者为首都体育学院原副校长、教授)

