

# 场地更近,赛事更火,指导更准

## ——数读2025全民健身高质量发展

新华社福州3月20日电(记者刘旻 吴俊宽)2026年全国群众体育工作会议20日在福建南平召开,会议期间发布了健身设施、赛事活动、健身指导等方面的一系列数据,描绘出2025年我国全民健身事业在惠民利民中高质量发展的图景。



3月19日,市民在西安城墙环城公园安定门外练习太极剑。新华社记者 李一博 摄

### 设施更近:从“15分钟健身圈”到“下楼挥两拍”

国家体育总局持续把健身场地设施建到群众身边,把服务触角延伸到群众家门口。国家体育总局局长高志丹在会上说,从城市街巷到乡村阡陌,越来越多的体育场地悄然建成,成为群众强健体魄、以体会友、乐享生活的重要阵地。

截至2025年底,全国共有体育场地500.37万个,体育场地面积43.72亿平方米,人均体育场地面积达到3.11平方米。“十四五”期间建成并投入使用的体育公园超过1500个,完成“十四五”规划《纲要》确定的“新建、改扩建1000个左右体育公园”的目标任务。

公共体育场馆建设和服务水平持续提升。全年安排中央资金支持地方建设6400余个小型健身中心、小型体育公园等群众身边“小而美”的场地设施,“15分钟健身圈”基本实现,让健身触手可及;在1000个乡镇街道实施全民健身场地器材补短板工程,把健身设施送到基层末梢;下达资金支持3370家公共体育场馆向社会免费或低收费开放,免租开放场地面积超过2600万平方米,覆盖超过1400个县级行政区域,让体育资源取之于民、用之于民。

“国球进社区”“国球进公园”活动成果丰硕。截至2025年底,“国球两进”活动累计配建乒乓球台3.8万张、其他各类健身设施13.5万件(处),覆盖社区超2万个、公园超5000个;围绕“国球两进”活动开展全民健身赛事活动近1.4万场次,吸引参与群众超130万人次。

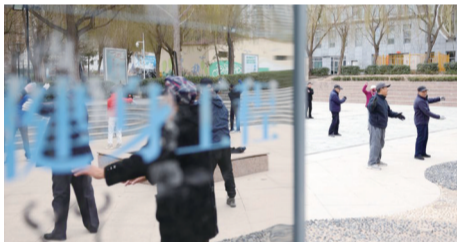
国家体育总局群众体育司司长陈杏年说:“一张张球台、一片片场地嵌入老旧小区、街头绿地,让‘小球’转动‘大民生’。调研时,有社区群众说:‘现在下楼就能挥两拍,日子美得很。’”



3月20日,市民在西安城墙环城公园文昌门至和平门段打羽毛球。新华社记者 李一博 摄



居民在天津市红桥区罗浮路口蒙公园内锻炼(3月21日摄)。新华社记者 李然 摄



3月18日,市民在兰州市体育公园的广场上锻炼身体。新华社记者 陈斌 摄



2025年11月1日,“苏超”冠军泰州队在颁奖仪式上庆祝。新华社发 曹政 摄

### 赛事更火:从“围观者”到“参与者”

2025年,群众赛事活动热潮涌动,全民健身活力被充分激发。

国家体育总局坚持“全民全运、全运惠民”理念,圆满完成第十五届全运会群众赛事活动组织工作。赛事共设置23个大项、166个小项,全国20个省(区、市)54个赛区累计举办预赛6819场。参与者涵盖学生、工人、农牧民、教师、医护人员、警察、退休人员等群体,涉及近20个民族,年龄最大的81岁、最小的8岁。

“我要上全运”系列活动在全国蓬勃开展,构建了“社区-县市-省级-全国”多层次赛事体系,累计举办7.1万场,110万人次直接参与,1.1万名民间高手站上决赛赛场。

8月8日“全民健身日”前后,全国累计举办赛事活动2.2万余场,直接参与群众超1100万人次。连续四届全民健身线上运动会累计开展赛事活动500余项,参赛总人次突破5861万。

“村超”“村BA”“苏超”“浙BA”“广BA”等省级联赛、城市联赛、乡村联赛、职工联赛火遍全网,全国妇女广场舞大赛如火如荼。人民群众从“围观者”变成了“参与者”“组织者”,进一步激活城市、乡村、企业活力,赋能地方经济社会发展。

2025年,“全民健身健康中国”全国县域足球赛事活动覆盖全国31个省(区、市)和新疆生产建设兵团,共950个县级行政区参与,10025支队伍、169369名球员参赛,比赛35115场。“我爱足球”基层系列赛举办超过4100场比赛,参赛人数超13万。

高志丹表示,我们坚持把赛事活动办在群众身边,不断完善赛事活动体系。群众赛事既以体育活力充盈群众的精神文化生活,还以前所未有的社会关注度和群众参与度,助力商旅文体融合发展。

### 指导更准:从“线下送健康”到“线上微短剧”

第六次全国国民体质监测显示,2025年全国总体达到“合格”等级及以上的人数比例为84.9%,较2020年提高0.8个百分点;7岁及以上居民经常参加体育锻炼人数比例达38.52%,较2020年增长约1.3个百分点。

2025年,国家体育总局持续推动科学健身指导走基层、进万家,让健身更科学、更有效。国家体育总局科研所、运医所、气功中心、社体中心等单位深入乡镇、社区、企业等基层单位以及边疆、少数民族地区,开展“科学健身指导走基层”活动近100场,直接受众6万余人次。

“职工体质检测与科学健身万里行”项目持续推进,2025年为全国超过79800名职工提供体质检测与科学健身指导,涵盖制造、交通、石化、通信、电力、科技研发、物流等7大行业的典型工种。针对不同工种的工作特征与健康风险,编创健身科普短视频,累计触达人次突破1.5亿。

社会体育指导员队伍持续壮大。

截至2025年底,全国累计拥有社会体育指导员约400万人,每千人拥有社会体育指导员约2.83人。“万村女性社会体育指导员培训计划”三年累计为全国3.3万个行政村培养了9.4万名农村女性社会体育指导员。全国范围开展“奋进新征程,运动促健康”全民健身志愿服务超1万场,动员志愿者参与全民健身志愿服务28.9万人次,志愿服务时长超231万小时。

在人才队伍日益壮大的基础上,科学健身理念的传播也迎来创新突破。例如,打造“山地中国”官方账号,两年多发布视频作品138条,粉丝超25万,项目传播总量10亿;打造体育健康科普IP“运动新知学院”,以“短视频+直播”的形式,深耕老年人健身和传统养生领域,2025年全平台累计播放量突破1000万;打造国内首部科学健身主题微短剧《手握减脂秘籍,古人被我卷哭了》,开创“微短剧+运动”新模式。全网总曝光量超20亿,播放量破5000万。