

居民在家门口也能快乐健身

记者走访昆明部分学校了解体育场地免费开放实施情况

自2024年起,昆明市逐步实施学校体育场地向社会免费开放政策。昆明市2024年首批开放了39所学校的体育场地,2025年暑假增至82所,到2025年寒假,昆明主城区免费开放体育场地的学校达到122所。近日,记者实地走访了五华区红云小学和盘龙区新迎第一小学,了解这一政策的实施情况。

红云小学 周末和假期全天开放

2月28日清晨,红云小学俊园校区的篮球场上,几名年轻人正在进行篮球赛,孩子们在场地一旁欢笑奔跑,旁边的足球场上,一些居民在慢跑锻炼。作为昆明市首批试点学校之一,红云小学在2024年便向市民免费开放了篮球场、田径场和足球场等多个运动场地。

“学校的开放时间非常灵活,平时从18时到20时,周末和假期则全天开放。”红云小学体育老师毛立斌介绍,学校自2024年向市民开放体育场地以来,已接待了数千名居民。“大家的反馈非常好,尤其是家长和孩子一起锻炼的场景越来越常见,这也是我们最期待看到的。”

家住美璟新城的王先生表示,每周末,他和邻居们都会聚集在这里打球。“不需要再为找场地而发愁,也不需要额外花钱,学校开放的时间很方便,预约就能来,最重要的是完全免费。”王先生认为,自己和邻居们通过运动不仅能强身健体,还加深了邻里关系。

不仅是家长,学生们也感受到了体育场地开放带来的便利。六年级的闫心慈是学校篮球队的成员,她开心地说:

“以前只能去收费的场地,浪费时间又不方便。现在学校开放了,随时都能来训练,特别是我们这些运动员能有这么好的训练条件,真是太方便啦。”她表示,学校场地的开放让她有了更多训练机会,还结交了很多热爱运动的朋友。

尽管场地免费对市民开放,学校依然采取了严格的管理和安全保障措施。“所有市民必须通过‘昆明体育’平台进行实名预约,完成风险告知书签署等步骤,以确保安全。此外,学校还设置了人脸识别系统、安保巡逻以及专职的清洁人员,确保场地使用秩序和设施维护到位。”毛立斌说。

新迎一小 70%的家庭都是亲子共练

盘龙区新迎第一小学是在2025年寒假对外开放其体育场地的。学校党支部书记李载雪带着记者走进学校足球场时,恰好看到一群家长正带着孩子踢足球。“自2月开放以来,我们的体育场地已接待了超过800人次,其中70%的家庭都是亲子共练。”李载雪笑着说,“家长带着孩子一起来打篮球、跑步、踢足球,不仅锻炼了身体,还增进了彼此的感情。”



附近居民在校园里锻炼 本报记者 王琼梅 摄

在新迎小区住了20年的马女士对学校的开放赞不绝口。“学校操场开放后,孩子和家长都有了固定的运动场地,周末我还可以带着孩子一块儿跳绳、跑步,既安全又便捷。相对于过去在路边运动,学校的场地更宽敞,也没有交通安全隐患。”

在现场采访中,一位三孩妈妈的心声引起了记者的注意。她表示,学校体育场地的开放让她能够带着三个孩子一同运动,极大解决了她带孩子外出锻炼的困扰。“我们家老大喜欢踢球、打篮球,老二喜欢跳绳,我又可以带着老三在旁边活动。孩子们有了更多的活动空间,既安全又能和小伙伴一起玩耍。”她感慨道:“学校提供运动场地不仅方便了她的日常生活,也带来了更好的亲子互动机会。”

此外,大家也提出了一些建设性的建议。闫心慈希望学校在确保场地安全的同时,能增加一些基础设施,比如增设饮水点等。“有时候运动量大了,水不够喝,场地旁的设施还可以更完善。”

熊先生则提出,学校可以根据需求适当增加羽毛球场地。“羽毛球场地使用频率高,但目前场地数量较少。如果能增加几个羽毛球场,大家就能更好地享受运动。”他希望学校能根据需求扩展设

施,满足居民的多样化需求。

密切合作 社区支持推动政策落地

东华街道文艺路社区党委副书记程靖淇在接受采访时表示:“我们社区主要是通过每周的‘流动办公桌’,向居民尤其是老年群体宣传学校体育场地的开放信息,确保他们能够及时知晓并参与其中。”程靖淇还提到,社区志愿者还会在学校开放期间提供引导,确保场地秩序井然。

社区与学校密切合作,不仅有助于政策推广,还能通过联合举办活动进一步增强居民健康意识。“我们希望能够举办更多社区联赛和亲子运动会,带动更多人参与健身。”程靖淇表示,社区将继续加强与学校合作,共同推动全民健身事业的发展。

通过实行学校体育场地免费开放,昆明市的“社区15分钟健身圈”正在快速扩展,居民在家门口就能享受到便捷、安全、免费的健身服务,不仅收获了身体健康,更享受到了邻里之间的温暖。而对于未来,居民们的建议也提醒着政策的优化方向,推动全民健身梦想在每个社区的土壤上生根发芽。

本报记者 王蕾

3998名中外运动员瑞丽开跑

3月1日,2026中国瑞丽—缅甸木姐跨国马拉松赛(以下简称“一马跑两国”),在瑞丽市弄莫湖规划展览馆鸣枪开跑。

清晨的弄莫湖畔早已被赛事的激情点燃。现场彩旗飘扬、气氛热烈,运动员们个个精神抖擞、跃跃欲试。上午8时整,随着一声响亮的枪声,3998名中外运动员浩浩荡荡地冲出起跑线,以万马奔腾之势,朝着晨曦的方向奔去。欢呼声、呐喊声此起彼伏,赛场上洋溢着青春朝气蓬勃的气息。

比赛恰逢“一马跑两国”赛事创办10周年,以“十载瑞马胞波情·‘一带一路’绘新景”为主题,主办方旨在打造一场致敬10年征程、彰显民族特色、融合异国风情的国际体育盛会。赛事设马拉松(42.195公里)、半程马拉松(21.0975公里)2个组别,来自多个国家和地区的运动员报名参赛,其中缅方运动员227人。

本次马拉松路线自弄莫湖规划展

览馆起始,经市区、姐告国门、独树成林景区、瑞丽江畔等地,最后返回弄莫湖规划展览馆,赛道融合瑞丽的自然禀赋与中缅文化元素,独具边境风光。赛事结合10周年纪念特色活动,推出专属T恤、徽章、非洲翠纪念奖牌,沿途设特色打卡点、“中缅风情补给站”,举办“十年记忆”主题展、景颇族目瑙纵歌体验活动等,让跑者沉浸式感受民族文化、边境文化、胞波文化。

10年来,赛事累计吸引来自33个国家和地区的近60万名运动员参与。2026年,“一马跑两国”成为中国田径协会正式批准、全国唯一由中外边境城市联合主办的跨国马拉松赛事。“一马跑两国”积极促进中缅友好交流,是具有区域重要影响力的赛事品牌。此次赛事用奔跑连接友谊,以10年之约为新起点,续写“一带一路”背景下中缅命运共同体的生动篇章。

本报记者 马楠
通讯员 王磊 杨雪梅 摄影报道



鸣枪开跑