



扫码关注西藏商报、快捷西藏

ལྷོ་ཁྲིམས་གྲོགས་པོ་གྲྭ་



奔跑吧·少年

我区举办青少年健身示范活动

商报讯(记者 德吉曲珍)4月8日,由自治区体育局、自治区禁毒办联合主办的2026年“奔跑吧·少年”西藏自治区青少年健身示范活动,在那曲市聂荣县举办。

本次活动3800余名青少年参与,实现该县主要中小学青少年群体广泛覆盖,充分调动了基层青少年参与体育锻炼的热情。活动立足青少年身心发展规律,精心谋划设置20余项体育体验项目,涵盖足球、篮球、气排球等大众球类运动,轮滑、街舞、飞盘等时尚潮流运动,健身气功八段锦等传统健身项目,围棋、藏棋、象棋、五子棋等益智类项目,以及跆拳道、自由搏击、国防体育运动等竞技与国防教育类项目,既兼顾运动趣味性、普及性,又融入传统体育文化元素,为青少年搭建了多元化、沉浸式的体育体验平台。

活动坚持榜样引领+多元育人相结合,着力提升活动育人实效。特邀我区优秀滑雪运动员次仁占堆、扎西旦珍亲临现场,结合自身成长、艰苦训练、奋勇争先的运动经历,向青少年分享体育追梦历程与拼搏精神,以身边榜样激励青少年树立运动兴趣、磨砺意志品格、坚定理想信念。同时,联动自治区禁毒办,组织那曲市、聂荣县禁毒工作骨干开展禁毒专题宣传讲座,通过科普禁毒法律法规、讲解毒品危害、普及防毒知识,将体育健身与禁毒安全教育深度融合,引导青少年在强身健体的同时,牢固树立防毒拒毒意识,守住健康成长底线,实现体育赋能与法治教育协同推进。活动还为学校捐赠了体育器材。

此次活动紧扣全国青少年主题健身活动统一部署,立足我区实际,聚焦基层青少年体育需求,是推动青少年体

育事业下沉基层、惠及群众的务实举措,也是助力青少年德智体美劳全面发展的生动实践,进一步深化了体教融合工作成效,全面展现了我区青少年朝气蓬勃、乐观向上、奋勇争先的良好精神风貌,切实营造了全社会关心支持青少年体育、关注青少年健康成长的浓厚氛围。

下一步,自治区体育局将持续擦亮“奔跑吧·少年”青少年体育活动品牌,立足我区体育发展特色,聚焦青少年体育健身需求,不断丰富活动载体、拓展覆盖范围、创新活动形式,持续推广科学健身理念与体育文化知识,全力推动青少年体育活动常态化、规范化开展,着力促进全区青少年身心健康、体魄强健,为推动西藏体育事业高质量发展、培养担当民族复兴大任的时代新人夯实基础。



图由自治区体育局提供

我区运动员入选国家队 参加2026年竞走世界杯团体锦标赛获得佳绩

商报讯(记者 德吉曲珍)4月12日,2026年世界田联竞走团体锦标赛(原竞走世界杯)在巴西首都巴西利亚落幕。我区运动员桑旦曲珍入选国家队集训队并随队参赛,代表国家队斩获了该赛事女子团体第四名,一举刷新西藏竞走项目建制以来参与国际顶级体育

赛事的历史最好成绩,实现我区竞走专业体育事业对外参赛突破性跨越。

作为全球最高级别竞走团体赛事,本届赛事吸引40个国家和地区的333名运动员同台竞技,我区运动员桑旦曲珍在比赛中展现顽强作风,与队友协同配合,为中国队女子团

体总分贡献关键力量,最终获得第四名的成绩,创造西藏竞走项目建制以来参与国际顶级赛事的最佳战绩。

此次突破是西藏竞走项目长期深耕训练、持续人才培养的重要成果,不仅彰显我区运动员在高原环境下练就的过硬素质,也为

西藏竞技体育未来发展注入强劲动力。自治区体育局相关负责人表示,将以此为契机,持续完善竞走项目后备人才培养体系,深化与国家集训队的协作交流,推动西藏竞走项目实现更高质量发展,力争在更多国际赛事中再创佳绩。