# 越野闯关、故事接力，这场亲子健康运动会好“燃”

今日女报 / 凤网记者 徐珂 章清清

燃动秋日，乐享运动。10 月 18 日，“凤舞潇湘 健康未来”2026 年湖南省亲子健康运动会火热开赛，来自全省各地的 100 余组亲子家庭齐聚现场，其中包括各级最美家庭、五好家庭、爱心妈妈家庭、“三新”领域家庭等，大家用汗水与欢笑点燃运动热情。湖南省妇联党组书记、主席杨兰英出席活动并致辞。



启动仪式现场。

## 现场：百组亲子家庭协作闯关



参赛家庭陆续从起点出发闯关。

活动以“五力成长 向阳绽放”为主题，采用“定向越野+趣味闯关”形式，将勇敢力、协作力、专注力、耐挫力、意志力五大心理品质培养融入每一个闯关环节。

比赛现场人头攒动、氛围热烈。每组闯关赛道前都排起整齐队伍，家长与孩子们并肩闯关，活力十足。

“小心爆炸”关卡热血又有趣，亲子背靠背默契夹气球，在欢声笑语中锤炼无畏勇敢力；“一圈到底”关卡考验同心协作，亲子手脚协调一致才能让呼啦圈顺利通关；“一击即中”关卡，大小朋友凝神聚力沉浸式比拼投掷水球。“携手同行”“足底勇者”两大关卡极具挑战性，模拟独木桥、荆棘赛道层层考验，只有勇者才能直达终点。赛场之上，呐喊声、助威声此起彼伏，每一组家庭在并肩挑战中收获成长、增进亲情。

活动还充分依托湖南省博物馆与湖南烈士公园“馆园融合”成果，将红色文化打卡、历史文化体验巧妙融入闯关路线。参赛家庭在烈士纪念塔前肃立敬礼，在纪念亭前开展薪火相“连”的英烈故事连线，在馆园融合广场体验非遗投壶……沿途还设置了湖湘英烈和先进模范人物问答题目，引导大家在奔跑中感悟湖湘底蕴、传承红色基因。

杨兰英在致辞中表示，这场运动会既是践行习近平总书记关于注重家庭家教家风建设重要论述的生动实践，也是深化“向阳花”行动，用“体育+心育”赋能亲子成长、涵养家庭健康新风尚的创新探索。期待以本次活动为示范，带动更多社区、学校、家庭常态化开展亲子运动，让亲子运动真正走进日常、成为生活方式，把爱运动、重家教、传家风的种子播撒到三湘大地。

省教育厅一级巡视员王玲，省总工会二级巡视员易鸿志，省文旅厅党组成员、副厅长袁悦平，省卫生工会主任张敏，省计生协副会长肖质彬，省戒毒管理局党委书记、局长李明海，省妇联副主席张忆寒，各主办单位、承办单位、协办单位相关处室负责人及代表共同出席了启动仪式。

家庭“体育+心育”指导服务进社区活动由省妇联联合湖南财政经济学院专项研发打造，是全省首个实现体育运动与心理教育深度融合的创新性亲子公益服务项目，依托趣味运动培育青少年“五力”品质，全方位助力儿童青少年身心健康、向阳成长。项目自今年 7 月启动以来，先后走进长沙、湘西、怀化等地，开展了 80 余场活动。

本次亲子运动会由省妇联、省总工会、省教育厅、省文旅厅、省卫健委、省计划生育协会、省戒毒管理局联合主办。湖南财政经济学院、长沙市妇联承办，湖南烈士公园管理处、今日女报 / 凤网协办。

## 分享：在运动中汲取成长力量

来自郴州的一对 11 岁姐妹钱彦彤、钱彦廷分别斩获单项奖一等奖和三等奖，姐妹俩开心地分享参赛体会：“很开心参加本次活动。今天和妈妈一起参与红色闯关游戏，体验挤气球、投水球项目，聆听英烈故事，真切感受到革命先辈的艰辛，我们要珍惜现在的幸福生活，好好学习，传承先辈们不畏艰难的精神。”

作为运动员代表宣誓的长沙最美家庭代表曾颖也分享了自己的感受。她说，这场定向越野考验孩子的耐力：沿途要不断寻找打卡点，即便走错路线，也要重新调整方向、完成答题。而“扁担”闯关项目，则把协作力诠释得很具体——孩子要在不稳定的条件下保持平衡向前行进，家长在一旁适时给予支撑，而不是直接代劳。“这种相处模式同样适用于日常家庭教育。”曾颖举例，在家时和孩子一起拼装书桌，让孩子自己看图纸、动手试，遇到重物支撑这类难点时，家长再搭把手，做到适度陪伴、放手成长。



参赛家庭在潇湘忠魂纪念馆前参与知识问答。

# 一间屋、一张网、一份档！益阳资阳区破解家庭教育服务难题

今日女报 / 凤网讯（记者 章清清 通讯员 曾晓玲 冯珊珊）

10 月 17 日，周六，早上 8 点半，益阳市资阳区大码头街道沿池巷 1 号，挂着“资阳区家庭教育指导服务点”牌子的屋子准时开门。这里没有讲台，只有沙发和档案柜。值班的是刘轶劳模家庭教育创新工作室的 37 名教师和心理咨询师，覆盖幼教到高中。从 2024 年 4 月至今，服务点几乎每个周末开放，累计接待咨询家庭 500 余户，开展公益讲座 80 场，服务家长近 9000 人次，并为事实无人抚养儿童、留守和残疾家庭提供“一人一档”跟踪服务。

如何解决家庭教育个案咨询家长找不到人、学校管不过来、社区接不住的难题？资阳区妇联不另起炉灶，而是利用区教育局已建成的刘轶劳模工作室资源，招募优秀讲师，建固定服务点。服务点首先做到“固定”：固定地址、时间、团队。每周六、周日上午 8:30—12:00、下午 2:30—5:30，37 人两人一组轮流值班，一人主谈、一人记录。妇联则搭“派单台”，把教育、民政、关工委、工会、乡镇街道串起来：收集问题、筛选派单、服务点评估分诊、解决后回单。妇联做调度中心，不替代专业判断。

服务点最“较真”的地方，是课程。他们不许讲师拿着同一套 PPT 走遍所有学校。课程按学段分四类：幼儿段讲情绪接纳，小学段讲沟通和习惯，初中段讲青春期破壁，高中段讲内驱力。每堂课只解决一个痛点，并留家庭作业。2026 年上半年，团队打磨 8 堂精品课，进入多所学校的家长学校，社区、学校可按需“点菜”。个案咨询坚持“首访必建档，建档必回访”。档案不写“问题儿童”，而写“家庭互动痛点”。简单问题当场给建议、七天后回访；复杂问题由讲师加心理咨询师联合跟进、30 天评估；特殊家庭由“爱心妈妈”和专业老师双人入户。两年多来，500 余户家庭一户一档、全程留痕。

机制带来了四个转变——妇联从“办活动”变“做调度”；服务从“专家来讲课”变“阵地长期有人”；课程从“千人一课”变“学段分诊”；管理从“记活动台账”变“一人一档、一跟到底”。

这些成效的背后，是具体的改变。有母亲学会写“非暴力留言条”，三周后孩子主动问她“今天吃什么”；有事实无人抚养男孩在“每周一次倾听计划”中眼里有了光。2026 年 4 月，湖南省家庭教育研究会会长王建平调研时评价其“矩阵协同、标准化服务”，益阳市妇联也将其纳入全市家庭教育指导服务体系。

一个区级妇联，不增编制、不建大楼，靠“1+4+N”的协同机制打造出了家庭教育新样板。未来，资阳区还计划把个案分级管理做得更细，把“体育+心育”课程包推广到更多村和社区。