

上海市宝山区体育改革发展 “十五五”规划

根据《上海市体育发展“十五五”规划》和《上海市宝山区国民经济和社会发展规划第十五个五年规划纲要》，制定本规划。

一、总体要求

坚持以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导，坚持以人民为中心，构建与“一地三区”¹区域定位相融合、“一核两翼”²发展格局相协调的体育发展新格局。到 2030 年，公共体育服务提质增效，体育场地设施扩容增能，全民健身赛事活动、科学健身指导服务、市民群众体育活动参与度、运动促进健康空间覆盖率等全面提升。青少年体质明显增强，青少年业余体育训练成效更加显著，体教融合、社会参与的青少年体育服务体系等全面深化。体育消费融合场景不断丰富，赛事经济综合效应持续增强，公益体彩责任体系更加完善，国家体育消费和赛事经济试点城市等建设取得新的进展。体育社会组织规范化水平持续提升，宝山特色体育文化影响力不断拓展。在此基础上再奋斗五年，到 2035 年，宝山体育发展综合水平位于全市前列，成为彰显宝山活力、展示宝山魅力的体育名片。

“十五五”时期主要指标

¹ “一地三区”：指上海科创中心主阵地、国际大都市主城区、全市智能制造引领区和绿色低碳样板区，是上海市委、市政府赋予宝山区的战略定位。

² “一核两翼”：指宝山区在“十五五”时期重点构建以中部吴淞创新城为核心，东部滨江产业带和西部科创集聚带为两翼的发展格局。

序号	指标名称	单位	类型	“十四五”末 完成情况	2030 年 目标值
1	经常参加体育锻炼人数比例	%	预期性	51	53 左右
2	国民体质优良率*	%	预期性	/	全市前列
3	新增体育场地面积*	m ²	预期性	/	≥60 万
4	运动促进健康空间每万人 覆盖率*	%	预期性	/	40
5	万人拥有体育健身组织	个	预期性	26	32
6	注册青少年运动员数量	人	预期性	3657	4200
7	向上级运动队输送运动员 数量	人	预期性	264	280 左右
8	青少年体育训练项目数量	个	预期性	32	35
9	累计举办国内国际赛事活 动*	场次	预期性	/	25
10	规上体育服务业营收增长*	%	预期性	/	100%
11	居民人均体育消费占可支配收 入比重*	%	预期性	/	5

注：*为十五五新增指标

二、主要任务

（一）提升全民健身公共服务水平，增强群众体育活力

1.大力推动全民健身设施高质量供给。认真落实《全民健身计划（2026-2030 年）》，深入构建政府主导、部门协同、全社会共同参与的全民健身发展格局，优化区、街镇（园区）、社区三级全民健身服务设施布局。聚焦“一核两翼”等重点转型发展区域，协同开展吴淞创新城大型综合体育设施规划调研，提升城市核心功能，塑造区域竞争优势。对接推动西部科创集聚带南大智慧城文体中心、东部滨江产业带长江口水上运动体验中心等项目落地。加快罗店镇、杨行镇等地区级体育

设施建设，引导公园、景区、楼宇、商业综合体等配建运动空间，支持有条件的街镇（园区）结合“青年社区”“科创园区”配建健身设施，鼓励公共服务空间兼容运动健身服务功能，丰富银发群体、特殊群体、青年员工群体等各人群运动健身服务。结合城市更新、园区转型、商圈升级、社区服务扩容、乡村振兴拓展，引导闲置建筑、闲置地块等实施体育化改造，布局全人群友好健身苑点、青少年亲子、适老化健身设施与社区嵌入式体育设施，增加市民健身驿站、长者运动之家等运动促进健康空间，统筹“设施补短板、存量提效能、特色空间拓增量”，推进“15分钟体育生活圈”提质增效。

2.不断提升体育设施综合利用效能。落实新建小区、存量改造等新建及改建项目中体育设施配套标准，稳步提高体育场地在社区公共空间中的占比。坚持公共体育设施服务城市发展和市民需要，系统提升区属场馆、街镇市民健身中心运营服务水平，推动场馆智慧化改造，落地线上预约、赛事报名等数字化功能，推进大众健身、专业办赛、体育消费服务均衡可及。鼓励社会力量参与投资、建设和运营体育场所。支持专业场馆坚持以体为主、复合经营、数智赋能，打造多元融合的体育服务综合体。提高市民球场、市民健身步道等市民身边体育设施维护管理效能。联动商圈、园区、景区、街区、轨道交通站点，支持小型多样、邻里友好、服务规范的共享健身房、电竞馆、击剑馆、射箭馆、匹克球场等体育设施有序植入，更好满足各类群体多样化休闲健身需求。加强体育场地开放常态化指导检查，持续优化运营模式，不断

提升各类体育场馆综合利用率。

3.多元深化全民健身赛事活动内容。着力构建“区级品牌引领、街镇特色支撑、社区活力补充”的三级全民健身赛事网络，丰富赛事活动内容布局，提升办赛服务品质。聚焦契合宝山城市特质的新兴运动类、青年人群类、群众基础类、景观联动类健身赛事活动，推进赛事全年龄、全人群覆盖，持续激发全民健身活力。提升“战 FUN 宝山”等区级核心赛事 IP 能级，提高品牌辨识度、群众参与度。依托宝山滨江岸线、顾村公园、美兰湖等特色空间资源，持续放大樱花节女子 10KM 精英赛等“四季路跑”³品牌，形成贯穿全年的全民健身赛事活动主轴。立足内湖水系、街镇特点，培育发展皮划艇、龙舟、桨板等体验型群众赛事，积极引入智力运动、滑板、街舞等新兴运动赛事，探索拓展冰雪、电竞、攀岩等消费引领型时尚休闲运动，支持发展宠物类观赏型赛事，持续壮大区级全民健身赛事活动新矩阵。纵深推进“一地一品”赛事培育工程，常态化开展社区健康运动会、商圈商区活力赛、产业园区挑战赛、特殊人群融合运动会，优化全流程办赛服务，推动赛事办到群众“家门口”，打通基层参赛“最后一公里”。

4.协同支持运动促进健康服务升级。深化体育、卫生健康等多部门协同机制，深入实施体育促进健康行动，推进社区运动健康中心建设和运动干预、科学健身等特色服务。以面向市民需求、新技术赋能、多领域融合为重点，加大全民健身公共服务配送力度，增加市民健身夜校教学点，高质量

³ 四季路跑：指将运动与时尚、科技、健康及宝山文旅特色深度融合的“早春浪漫樱花女子跑、初夏亲子绿道健康跑、晚秋美丽乡村徒步跑、暖冬滨江迎新定向跑”，是宝山重点打造的全民健身品牌赛事系列，吸引了全国各地乃至国外跑友参与，已持续举办多年并在路跑圈内享有较高的知名度和影响力。

推进国家体育总局与国际奥委会“中国运动与健康合作项目”——杨行体育中心与科学健身服务中心建设。探索发展“线上+线下”“健身+X”健身指导体系。加强复合型体育指导员队伍建设，鼓励参与健身技能培训、体质监测、科学运动与健康指导、慢性病运动干预等志愿服务。推进“体医养融合”健康服务模式，构建“运动健康师”队伍，整合智慧健康驿站、体质监测站点等资源，推广公共体育场馆、体质监测站点、智慧健康驿站配齐社会体育指导员与运动健康师，推动数字化“一人一档”运动健康档案，优化常态化体质监测服务，定期开展全民健身状况调查，推动《国家体育锻炼标准》达标测验街镇全覆盖，提升市民群众科学健身素养。

5.持续深化体育社会组织规范发展。加强区级体育总会枢纽引领作用，搭建协作服务平台，加大持续培育力度，提升体育社会组织自我造血能力和服务供给效能。深化体育社会组织党建工作，推进党的组织和党的工作有效覆盖，激发体育社会组织活力。注重体育单项协会专业化、规范化、社会化、实体化发展，吸纳更多专业人士参与，增强专业发展能力、拓展多元协同共建，提升专业度、认可度和影响力。推动体育社会组织纵向贯通、横向联动，向上对接市级体育资源平台、向下延伸基层服务触角、向外拓展跨区域交流、向内深化跨项目协作。扶持培育体育社会组织“超霸杯”等自主品牌赛事，引导参与高品质赛事运营，深化赛事商务开发，拓展产业合作空间，激发行业发展内生动力。深化体育社会组织行业自律与依法规范有机衔接，发挥功能优势。

6.挖掘放大体育文化传播效应。聚焦“活力宝山 科创兴区”发展主线，积极嵌入科创、智造、低碳、城市转型等重点区域和重大项目，以体育视角展现城市风貌。深入挖掘宝山“五个百年”⁴历史底蕴和红色文化影响力，深度融入邮轮旅游、科创都市等现代特色，着力提升体育文化叙事能力，以市民群众喜闻乐见的形式，培育实践赛场文明，推介展示城市形象，激发体育文化独特魅力和辐射作用。加大围棋、武术、龙舟等传统项目和民俗体育推广力度，开展优秀运动员“进社区、进校区、进园区”和体育宣讲、冠军宣传等活动，弘扬中华体育精神、中华优秀传统文化。充分发挥主流媒体、新媒体、社会宣传阵地综合优势，联动区域内互联网企业和市民自媒体，借助数智技术与短视频、直播等传播手段，构建“赛事直播+短视频+深度报道”体育文化多元传播矩阵。加强与商务会展、文旅推广、城市宣介等活动联动融合，鼓励区域内高校、体育项目协会、影视创作机构等推出宝山特质体育文化产品，增强宝山体育故事的时代表达和艺术呈现。积极融入长三角体育季、长三角运动休闲季等区域性体育活动，持续提升宝山体育文化传播力和影响力。

（二）提高青少年体育综合实力，完善联合育才体系

7.优化宝山特色青少年体育项目布局。聚焦国家体育总局“633”项目⁵和上海市“4+3+3+X”备战格局⁶，深化统筹构筑

⁴ “五个百年”：是宝山深厚的历史文脉底蕴，具体指百年开埠、百年工业、百年市政、百年教育、百年军事。这五大历史脉络承载着上海近现代发展的缩影，是宝山文化的核心符号。

⁵ “633”项目：“6”指的是我国奥运会传统优势项目，包括乒乓球、体操、举重、跳水、羽毛球、射击；第一个“3”是指田径、游泳、水上三个基础大项；第二个“3”是指足球、篮球、排球三大球项目。

⁶ “4+3+3+X”备战格局：“4”指田径中心、游泳中心、水上中心、自剑中心；“3”指市足协、篮球中心、排球中心；“3”指射击中心、体操中心、乒羽中心；“X”指其他训练单位。

宝山“1+2+2+3+X”项目布局⁷。在优化项目布局基础上，加强各项目的梯队衔接和动态评估，确保领先项目持续拓展、基础项目稳步提升、潜力项目有序推进。丰富竞赛项目设置，健全“奔跑吧·少年”、阳光体育大联赛、区内各单项运动联盟竞赛和校园运动会有效衔接的贯通式赛事体系，扩大青少年参赛覆盖面及选材基数。通过分类科学管理、优化资源配置，力争到 2030 年青少年体育业余训练项目达 35 个，注册青少年运动员达 4200 人以上。

8.推动“三大球”项目实现新突破。足球方面，落实上海建设全国足球发展重点城市的区级重点任务，健全区级足球青训中心建设与运营，逐步建立 U8-U18 精英梯队培养体系，夯实足球人才根基。篮球方面，通过体教融合“一条龙”龙头学校示范引领作用和社会俱乐部资源优势相结合，完善区级青少年篮球训练网络，强化教练员配备和赛事体系支撑，扩大青少年篮球参与人口。排球方面，注重补项目短板，鼓励有条件的学校率先开展排球特色项目建设，积极培育社会排球青训机构，拓展排球项目普及面，提高竞技水平，逐步完善排球后备力量梯队。

9.促进“体教融合”实现新发展。加强与教育部门协同联动，统筹推进青少年文化学习与体育锻炼协调发展，持续畅通优秀体育特长生招生和升学通道。充分发挥行知中学、吴淞中学、上大附中、宝山中学、同洲模范学校等“一条龙”龙头学校引领作用，将华师大二附中宝山分校、上师大附中宝

⁷ “1+2+2+3+X”项目布局：“1”为乒乓球（领先项目），“2”为田径和游泳（基础项目），“2”为手球和击剑（优势项目），“3”为足球、篮球和排球（三大球项目），“X”为水上项目、铁三、自行车、网球、水球、射箭等（潜力项目）。

山分校、宝山区世外学校等优质高中作为新增长点，不断拓宽“一条龙”学校覆盖广度，巩固提升乒乓球领先优势，夯实田径、游泳基础大项，为高水平青少年运动员提供全链条优质教育支撑。加大专业教练员进校园力度，完善阳光体育大联赛和区内各单项运动联盟竞赛长效机制，做大做实青少年体育人口基数，确保学生每天综合体育活动 2 小时，熟练掌握至少 2 项运动技能，切实提高青少年体质健康和心理健康水平。

10.激活教练员队伍建设新动能。持续优化教练员培育体系，常态化组织教练员参与各级专业培训，不断提升执教队伍专业素养与综合能力。拓宽教练员引进渠道，积极吸纳高水平退役运动员进入教练员队伍，充实专业带训力量；发掘体育教师育人潜能，夯实校园训练基础，多主体双向发力，带动基层训练水平整体提升。健全兼职教练员选聘、培养、考核及激励机制，积极引进前沿执教理念与科学训练方法，持续壮大教练员队伍力量。力争到 2030 年，带训教练员规模达到 200 人，科学化训练水平和体育后备人才培养质效全面提升。

11.优化竞技体育后备力量培养路径。以高级教练员工作室为引领、优秀年轻教练员为根基、“未来之星”运动员为榜样，家庭共同参与培养，构建层次分明、协同高效的青训人才培养架构。发挥体校在竞技体育后备人才培养中的主渠道作用，激发青少年俱乐部等社会办训力量活跃度，提升训练质量和竞争力。探索推进青训体系数智赋能，完善办训绩效评估机制，进一步拓展各类运动项目区域普及度。深化政府

主导、市场运营、社会参与的青少年赛事活动体系，抓实抓细赛风赛纪管理工作，筑牢反兴奋剂宣传教育防线，全面提升宝山青少年竞技体育综合实力。

（三）深化体育消费多元融合，培育体育经济动能

12.促进完善体育消费环境。以文商旅体展农深度融合为主线，支持鼓励运动空间与商业综合体、综合产业园、都市运动中心、社区综合服务设施等合作发展，推动运动、商务、休闲、健康、餐饮等多业态融合，持续延展体育消费。联动商圈、园区、景区、街区资源功能，支持构建“体育夜经济”“运动理疗”“体育社交”等新消费场景，推动体育消费生活化、年轻化、数字化转型，增强体育消费触达率和吸引力。加大在国际邮轮旅游度假区、吴淞创新城、南大智慧城等重点发展区域的体育赛事活动导入力度，协同商务会展、文化艺术、企业团建、青年交友、亲子互动、微旅游等多维主题，以体育流量促进消费增量。积极拓展企业、工会运动福利类消费。持续提升公益体彩精细化管理能力、规范化服务水平，提高公益金使用绩效。

13.推动建设产业集聚载体。围绕“一核两翼”发展格局，推动集聚式、市场化体育服务深度嵌入，布局建设若干体育产业集聚地。以水岸联动为重点，帆船、帆板、摩托艇、水上摩托、动力冲浪板、室内潜水等水上综合运动项目为特色，联动长滩音乐厅、长滩观光塔、海上世界等，推进建设上海国际邮轮旅游度假区体育休闲集聚地。以工业遗存转化为重点，攀岩、冰雪、棒垒球、卡丁车等时尚运动项目为特色，

联动三邻桥园区、盛邻二期、胜道酷野公园等，推进建设吴淞创新城都市体育集聚地。以生活、科创、生态融合为重点，体育竞演、智力运动、数字电竞、赛事直播等数智体验为特色，联动国金体育中心、大场文体中心等，推进建设南大智慧城数智体育集聚地。以特色风貌、乡村振兴、体育赋能为重点，徒步、骑行、路跑、露营等户外运动项目为特色，联动罗店美兰湖、罗泾涵养林和“五村联动”等，推进建设户外运动载体集聚地。

14.培育激发市场主体活力。鼓励建设各级各类体育产业孵化平台，引导培育体育传媒、体育经纪、体育保险、体育展会、体育产品设计等多元业态，引进落地品牌体育机构的分支机构，推动资源向新兴业态和优质机构汇集，持续激发市场主体活力。引导体育场馆市场化、专业化运营，通过适度补贴、企业让利，促进公共体育服务低价惠民与市场主体造血能力同步提升。支持体育金融服务创新，鼓励金融机构开发适配体育产业特点的信贷、保险等产品。深化多元办赛机制改革，鼓励区内体育企业创办承办重大赛事、嵌入基层公共服务、参与发展社群经济。支持社会力量参与“智慧体育”服务网络建设，鼓励街镇（园区）惠民体育数字化发展。联动街镇（园区）资源，引导社会力量参与，推动形成“体育+商圈”“体育+街区（景区）”“体育+乡村（户外）”等特色体育企业集群。

15.优化提升行政管理服务。加大《中华人民共和国体育法》《上海市体育发展条例》等普法宣传教育，持续增强体

育行业企业与体育消费市场法治意识。加强重大行政决策规范化建设，强化政策合法性、公平竞争审查和宏观政策一致性、为基层减负一致性评估。引入第三方专业机构参与合规指导，加强体育健身行业预付式消费监管机制建设。提升高危体育项目监管水平。完善体育培训合规指导服务机制。强化体育场所、高危体育赛事等安全风险防控，提升安全运营与突发事件应对处置能力。

（四）拓展体育赛事内容供给，彰显赛事综合效应

16.大力推动品牌赛事能级提升。充分发挥宝山独特区位、文化底蕴、营商环境、科创智造、低碳转型等综合优势，加快构建时尚引领、品牌引聚、内容引流的“国际知名赛事+自主 IP 赛事+都市时尚赛事”的品牌赛事矩阵。坚持引育并举，支持落地与邮轮滨江、科创都市、低碳智造等宝山特质相契合的水上、骑行、马拉松、户外等国内国际品牌赛事，引导鼓励充分开发赛事市场，协同构建赛事商业消费承接体系。强化赛事服务保障能力建设，持续办好以水上摩托艇、帆船等为代表的一批高水平国际赛事，不断提升国际传播效能。持续打造上海长滩半程马拉松等自主 IP 赛事，创新运营理念，深化市场开发，提升赛事能级，力争成为“长三角”区域标志性赛事。支持体育休闲、体育装备、科技创新、文化传媒等领域主体，参与举办户外运动、休闲运动、研学体验、低碳实践等赛事活动，鼓励与文化、商务、旅游、乡村振兴等联动的商业赛事，引导支持“上海赛事”品牌申报认定。

17.多方合力增强赛事综合效应。完善大型赛事活动统筹

协调机制，提升商圈服务、交通停车、市集环境、城市导览等联动质效，拓展空间放大赛事消费。依托商业、文旅和各类产业载体，策划开展体育赛事推介、运动项目展示，增强体育赛事与邮轮母港、长滩观光、顾村公园等核心地标、大型商圈、文旅景点的联动融合。持续开展“赛事票根经济”“跟着赛事去旅游”“赛事观赏季”等活动，引导培育观赏型、体验型、浸入式体育消费，促进“一赛多人”“一赛多能”联动效应。持续优化“赛事进商圈、进园区、进景区、进街区”，开展“滨江周周跑”等主题赛事系列活动，促进赛事流量就地转化。支持有条件的街镇（园区）串联骑行道、健身步道、城市绿道、生态廊道和运动驿站，打造户外体育与生活休闲、文旅观光等网络化融合的赛事活动服务体系，培育提升市民群众赛事活动参与度。

18.协同聚力提高赛事运营效能。强化赛事执行机构的主体责任和品控理念，建立健全专业运营团队，落实全环节策划、全过程自主、全流程管理、全领域融合机制，把赛事运营品质从“办完就行”升级为“办得专业、看得过瘾、留得下消费、树得起 IP”。引导赛事执行机构导入先进办赛理念与运营标准，深化优化与专业机构合作机制，不断提升办赛水平。健全赛事闭环管理机制，加强赛事跟踪、评价反馈，不断优化规范办赛流程与合规指导服务，持续提高赛事执行效能。加大体育经济类人才培育引进力度。强化赛事全域风险管控，明确主体责任，聚焦安保、应急、医疗救助与舆情管理等关键环节，保障赛事运行规范、安全有序。

三、组织实施

（一）强化规划引领

坚持规划战略导向，强化与区域规划、空间规划、相关专项规划、街镇（园区）重点计划和体育工作年度计划的衔接协同，加强规划实施年度间有序衔接与综合平衡，协同推动重大项目、功能型综合设施建设，增强规划实施合力。注重规划实施评估，开展规划实施情况年度分析、中期评估和总结评估，落实全周期管理。

（二）强化实施推进

制定规划实施方案，明确责任分工、具体措施；加强对预期性指标的跟踪分析，细化推进计划、实施路径。协同部门和街镇（园区），优化公共体育资源，完善公共体育服务，引导社会多元参与，促进群众体育和竞技体育全面发展。注重发挥市场对资源配置的决定性作用，持续完善营商环境、优化提升服务效能。

（三）强化社会参与

坚持全社会共同参与。积极开展规划宣传，发挥体育社会组织、体育行业企业和市民群众积极作用。发挥政府、市场、社会协同推进优势，集思广益、群策群力推动宝山体育高质量发展。