

青岛围绕全国全民运动健身模范市创建,不断提升硬件设施智慧化水平,吸引更多市民上手体验参与其中

# 公园广场社区楼院,“近”享智慧健身乐趣

□青岛日报/观海新闻记者 许诺 王雷



■西流亭智慧运动公园设有专门为市民检测体质的“室外国民体质检查一体机”,定期向市民开放。

本版摄影 王雷

## 智慧让运动更加便捷有趣

### 线下

●在青岛,越来越多公园布置了智能健身路径、AI智能健身步道、智能室外体测机……运动时,市民通过微信扫码登录小程序,即可看到运动频次、时长、能耗等运动数据,并可获得根据个体身体情况出具的运动建议、运动干预等科学健身指导

●青岛许多公园的儿童乐园创新玩法,“智慧+童趣”的游戏设施吸引儿童尝试多种运动风格。儿童沙坑乐园、攀岩区、儿童钻筒等多种运动游乐设施还会“说话”“唱歌”,让儿童乐在其中

### 线上

●通过微信小程序打开“全民健身一张图”,青岛市3000处场馆、1万处场地、5700处全民健身站点、体育协会、俱乐部信息等可直观地呈现在眼前。市民若是发现体育设施出现损坏,通过手机扫一扫即可一键报修,全市赛事活动也可在程序中“一手掌握”

健身活动花样不断翻新、智能健身设施持续上新、健身场景更加便捷可感……这是青岛加快推进体育强市建设的缩影。

作为人口超千万的大城市,青岛围绕创建全国全民运动健身模范市,聚焦群众健身需求,不断提升全民健身公共服务水平。建设体育公园、利用城市“金角银边”打造运动空间、上线“全民健身一张图”……青岛科学规划、顺势而为、多举并施,如今,城市社区“8分钟健身圈”基本建成,农村健身工程全覆盖,越来越多的居民能够“近”享运动乐趣。

与此同时,在街头公园、社区广场、大街小巷、居民楼院……“智慧健体在身边”的场景已然可见可感,青岛基于本地特色走出了增量做好、存量更优的智慧体育场景建设之路。



■在公园里,低幼版健身设施能吐泡泡、放音乐,深受孩子们的喜爱。



■市民在西流亭智慧运动公园健身。



►在公园里,“智能AR骑行”设备吸引众多市民体验。



■“体育+智能”让更多市民爱上了运动。图为市民在深圳路体育公园健身。



## 体育公园“智慧范儿”满满

周末下午两点,记者来到西流亭智慧运动公园,发现公园各运动场地内均是人气十足。足球爱好者张林介绍:“以前,我们通常会去白沙湾足球基地,后来发现身边的足球场同样很现代、时尚,就经常来这儿踢球了。”

全民健身场地建设如火如荼,小众体育爱好也未被遗忘。在祥茂河公园,滑板运动爱好者找到了属于自己的舞台。祥茂河公园内的一处户外滑板U池中,几位青年和儿童脚踩滑板,或滑行,或借势翻腾,做出各种炫酷动作,每次成功的跳跃旋转都会引发围观群众的连连惊叹。“以前很难找到如此专业的场地,如今已经建到了‘家门口’。”一位资深“板友”告诉记者,“虽然滑板本身的受众没有‘三大球’那么多,但如今青岛的滑板氛围越来越好,而且,场地的设计也更加人性化、智慧化。”

走进深圳路体育公园,记者远远地便可望见几个散发五彩光芒的“圆环”,走近一瞧,原来是几位市民正在体验智能AR骑行。市民林承辉告诉记者:“以前类似设施得去健身房才能体验到,如今公园里就有了,激起了身边不少人的运动热情。”据了解,公园中的智能健身区已经成为周边市民的健身打卡地。

“在传统印象里,公园常被认作是休憩场所。随着人们健康意识的增加,公园建设的更新,公园不仅仅是更美观了,而且也‘动’了起来。”一位居民指着齐鲁康体公园里的多个智慧型健身设施说道,“过去,公园里多是花草树木,现在,随处可见升级版的健身设施,公园运动的种类可谓是‘花式’涌现,可以切实感受到科技带来的乐趣。”

除了成人健身器材,公园里的儿童运动设施也有着“智慧+童趣”的特色。相较于普

遍存在的公园滑梯等设施,青岛许多公园的儿童乐园区创新玩法,融巧思于造景、造物,吸引儿童尝试多种运动风格。儿童沙坑乐园、攀岩区、儿童钻筒等多种运动游乐设施还会“说话”“唱歌”,让儿童乐在其中。

记者走访多处公园看到,健身设施有了智能科技的加持,个人运动情况可以实现数据化显示,全民健身更科学、更有趣,为市民运动带来了全新体验,吸引更多群体爱上运动、享受运动。

“人们喜爱公园运动,不仅因为公园提供了清新宽敞的场地,更因其提供了开放的社交空间。”西流亭智慧运动公园相关工作人员介绍,“安装健身设施后,体育公园有了‘科技范儿’,吸引着不同年龄段、不同职业、不同背景的人们因共同的运动爱好聚集起来。待春暖花开时节,公园的人气会越来越旺,也越来越充满活力。”



## 健身实现量化和个性化

最近一段时间,深圳路体育公园的“健康步道”成为居民热议的话题。

记者在深圳路体育公园看到,刘爱琴老人和几位朋友被一块功能性大屏所吸引。她们在屏幕前一边讨论着如何使用,一边用手机扫描设备上的二维码,进入小程序体验新功能。

这台被关注的智慧体育设备,不仅是一个信息展示平台,更是一个智能化的运动助手。屏幕上实时显示附近区域的空气质量、温度和湿度等环境数据,帮助市民在运动前了解外部条件,选择最佳的运动时间。此外,屏幕还配备了脸部识别登录区域,用户只需“刷脸”即可快速登录,享受个性化的运动服务。

“系统会根据用户的运动习惯和身体状况,在方便用户记录运动数据的同时,为其制定个性化运动计划。”刘爱琴老人告诉记者,系统根据她的身高、体重和年龄,自动推荐了低强度的健步走计划,并提醒她注意运动时的呼吸节奏。

而在齐鲁康体公园,市民一踏上智能健身单车器材,就能即时收到语音播报:“开始运动,建议您微信扫码登录,科学健身。”运动

完后,语音迅即播报:“您本次运动消耗能量100千卡,运动时间10分钟。”“这个设施非常好,运动时间、速度、消耗卡路里的数值都能清晰地显示出来,能够清楚地知道每次锻炼的效果。”市民王先生表示。

此类智能化健身设施并非个案。记者注意到,齐鲁康体公园、西流亭智慧运动公园、祥茂河公园、邮轮母港运动公园等体育公园均设置了智能体育器材,一个个带有二维码、“头顶”太阳能板的健身器材,吸引了不少市民对其一探究竟。

智能健身路径、AI智能健身步道、智能室外体测机……运动时,运动者通过微信扫码登录小程序,即可看到运动频次、时长、能耗等运动数据,并可获得根据个体身体情况出具的运动建议、运动干预等科学健身指导。“我觉得这就是科技走进日常生活的体现,让健康生活的‘成色’更足。”刘先生携家人于齐鲁康体公园共同运动,孩子们正兴奋地体验着各种智慧运动设施,还通过微信扫码来解锁其隐藏玩法。“健身设施智能化对我们很直观的一个好处就是自己的运动能被实实在在地‘量化’了,并且不同设施还会提供相应的专业运动建议。”刘先生说。



## 科技将让体育更“慧”民

从打造“金角银边”拓宽市民健身场景,到承举办大小赛事以赛促“运”,再到投放智能健身设施引导市民科学健身……作为青岛市体育工作的重点任务,相关部门“惠”民为先,多举并施,全面发力全国全民运动健身模范市的创建。下一步,如何进一步提高全民运动健身的效果,让“智享”体育更“慧”民?一些在“智能”赛道上不断探索的城市为青岛提供了借鉴。

在上海,以“科技让生活更美好”为主题的杨浦科技节上,融合智能科技与运动的一系列高科技运动设备、运动健康方案吸引了众多市民前来参观,展区内的运动健康设备兼具实用性与科技感,给市民带来全新科学运动体验。北京市社会体育管理中心则印发《2024年北京市社会体育工作思路和重点任务》,提出搭建全民健身元宇宙场景等智能运动新思路。

以成功入选工业和信息化部、国家体育总局智能体育典型案例的北京大运河文化旅游景区AI全民健身能量运动场为例,运动场内,人脸识别、大数据、互联网、云计算、AI等前沿技术充分融入全民健身场景,实现个性化检测,市场场景化、趣味化、智慧化健身需求得以充分满足。搭建全民健身公共服务平台,在有限的场地内形成高效的运动闭环。

“数字时代,传统运动方式已难以更好满足群众需求,而智能健身恰恰提供了解决方案。”专业人士认为,智能健身能打破传统健身方式的许多限制。

以热度渐起的“元宇宙全民健身”为例,元宇宙健身项目不仅打破了传统健身方式时间、空间上的限制,还能增加健身项目的趣味性和互动性。此外,数实融合的元宇宙健身项目还能为人们带来沉浸式体验,使人们全

身心投入到运动中去。由此可以看出,元宇宙等AI技术在体育运动场景中大有所为。

中国体育用品业联合会发布的《大众健身行为和消费研究报告》显示,大众对体育健身智能化需求强烈,89%的受访者认为体育健身智能化是必要的。而从中共中央办公厅、国务院办公厅2022年3月印发的《关于构建更高水平的全民健身公共服务体系的意见》看,数字赋能全民健身服务公共体系构建已成为国家战略层面的重要内容。

当前,AI等技术风起云涌,在人工智能、云计算、移动互联网、流媒体等数字智能技术的广泛普及与应用中,体育数据和信息将逐渐成为关键的生产要素。可以期待,以青岛争创全国全民运动健身模范市为契机,越来越多的“智慧健身”将融入城市的大街小巷,让市民“智享”便捷体育生活,进而推动体育产业链的持续健康发展。