

全運會廣播體操賽 香港群眾來了

分享到:     

2025-09-19 11:31 | 稿件來源: 香港中通社

【字號: 大 中 小】

香港中通社9月19日電 題: 全運會廣播體操賽 香港群眾來了

香港中通社記者 梁嘉軒

“第九套廣播體操，現在開始。”廣播體操過去在香港未算普及，但在第十五屆全運會的熱潮下，這項“全民運動”伴隨著群眾賽事，走進了香港市民的視野。

廣播體操自1951年問世，是一套簡單易行的健身方式，全國各機關、學校、部隊、廠礦、企事業單位和社區，都會建立廣播體操和工間操制度，而廣播體操迄今演變發展到了第九套，並在2021年首次進入了全運會。

而這一次是香港特區代表隊第一次參與全運會的廣播體操項目，香港中通社記者日前到了他們的訓練現場，了解他們如何備戰全運會。

中國香港啦啦隊總會負責統籌廣播體操項目香港特區代表隊的相關事宜，秘書長鍾道穎表示，由於廣播體操在香港算是比較新的運動，大眾對它並不熟悉，甚至有誤解，“很多市民聽到‘廣播體操’，會不自覺地和‘體操’聯繫起來，覺得它對運動能力要求很高。”

但事實恰好相反，他介紹，廣播體操是全民運動，配合音樂、通過簡單的伸展動作就能促進健康，無論是幼稚園小朋友還是長者都適合。

作為全運會群眾賽事項目，其評分準則也體現出廣播體操的全民性。各隊伍雖然可以在指定部分加入創編展演，但嚴格規定不能有做拋接、托舉、翻騰、極限量等高難度或技巧類動作，需夠體現廣播體操兼顧基本、簡單的項目特點。

在訓練的場館內，運動員有男有女、來自各行各業、不同年齡層，小學老師繆慧儀是廣播體操項目香港特區代表隊的一員，她平時要去學校上班，到了周末就出來訓練。

由於香港大部分市民上學時都未接觸過廣播體操，因此對繆慧儀而言，這亦是新的嘗試。“一開始我在（特區政府）康文署的網站，看見上面寫著有群眾賽事項

目可以參加，我就看看哪些適合自己。”

繆慧儀說，剛開始加入這個隊伍的時候，看到很多隊友都來自不同的運動背景，有些甚至沒有什麼運動基礎。“但入選隊伍之後，他們都非常努力地去做好每一個動作，我也確實看到他們有很大進步。”至於她自己，其實一開始也不太了解廣播體操這個運動，但經過這幾個月訓練，同時作為教師，她覺得廣播體操很值得在香港推廣。

香港特區代表隊的多元化亦體現出香港的多元，除了繆慧儀，從事金融行業的劉婷當天亦接受了香港中通社記者的訪問。她說：“我來香港已經13年了，原本來自陝西西安。當初從香港大學畢業後，就留在這裡工作、生活。”

而廣播體操對劉婷而言，有一種既熟悉又陌生的感覺，熟悉是因為這貫穿了她在地內的九年義務教育，但後來來了香港，“我幾乎都忘了這件事”。到了報名的時候，她才想起來“原來我學過這個，很熟悉”。

廣播體操雖然全國統一，但在全運會中，各地代表隊可以在前奏階段創編展演。劉婷說，這些自己小時候在地內熟悉的動作，在香港被賦予了更多藝術感，這次的全運會賽事，像一座橋樑，連接了香港和地內的文化、工作節奏。

第九套廣播體操團體賽即將於9月20至21日在珠海舉行，在採訪的最後，劉婷對著香港中通社的記者說，“我們非常有信心，現在完全有能力參加比賽和表演了。”（完）