

# 社区体育公园的规划建设模式研究

## ——以书院社区体育公园及配套设施工程为例

黎加凤

上海浦东建筑设计研究院有限公司 上海 200020

**摘要：**在城市化浪潮的推动下，社区体育公园已然成为现代都市中不可或缺的健康休闲绿洲。随着人们对健康生活方式的日益追求，这类公园的规划建设不仅关乎城市居民的身体健康，更是城市文化与生活品质的重要体现。本文通过深入探索社区体育公园的规划建设模式，旨在为构筑更加人性化、功能化的运动空间提供坚实的理论基础与实践指南，以期让每一座城市都能拥有一片属于自己的健康乐土。

**关键词：**社区体育公园；规划建设；运动健身；休闲活动

### 引言

在都市的喧嚣中，社区体育公园如一片宁静的绿洲，为忙碌的都市人提供了放松身心、锻炼体魄的理想场所。它不仅承载着提升居民健康水平的使命，更是促进社会和谐、增强社区凝聚力的重要纽带。然而，现实中社区体育公园的规划建设却常显粗糙与不足，难以满足居民日益增长的健康休闲需求。鉴于此，本文深入剖析社区体育公园的规划建设模式，以期打造更加完善的运动休闲空间提供宝贵建议。

### 1 社区体育公园的概念及分类

#### 1.1 社区体育公园的概念

社区体育公园，作为现代城市规划中的重要组成部分，已经深深地融入到城市居民的生活中。这一概念的产生与发展，与我国城市化进程的推进以及居民对健康生活方式的追求密不可分。社区体育公园，顾名思义，它是以服务社区居民为宗旨，集体育运动、休闲放松、社交互动等多功能于一体的公共绿地。社区体育公园不仅仅是一个简单的运动场所，更是城市文化的体现和居民生活品质的象征。在这里，人们可以享受到清新的空气、优美的环境和丰富的体育设施，无论是晨跑、晚练，还是家庭亲子活动，都能找到适合自己的运动方式。

#### 1.2 社区体育公园的分类

根据功能和服务范围的不同，社区体育公园可以分为三种类型：综合型、主题型和运动型。（1）综合型社区体育公园是功能最为全面的一种。它不仅提供了各类运动场地和设施，如篮球场、足球场、羽毛球场等，还融入了休闲、文化、娱乐等多种功能。这种公园的设计往往考虑到不同年龄层次和兴趣爱好的人群，从儿童游乐区到老年人健身区，应有尽有，真正实现了全民健身

的目标。（2）主题型社区体育公园则以某一特定运动项目或文化主题为特色。比如，有的公园以篮球为主题，设置了多个标准篮球场，并定期举办篮球赛事，吸引了大量的篮球爱好者前来切磋技艺；有的则以传统文化为主题，结合体育运动，让人们在锻炼身体的同时，也能感受到传统文化的魅力。（3）运动型社区体育公园则更加注重运动功能的实现，主要提供各种运动场地和设施。这类公园通常拥有完善的运动设施和服务体系，能够满足专业运动员和业余爱好者的不同需求。无论是日常的健身锻炼，还是竞技比赛的训练，都能在这里找到合适的场地和设施<sup>[1]</sup>。

### 2 社区体育公园规划建设的原则

#### 2.1 以人为本原则

以人为本是社区体育公园规划建设的首要原则。公园的最终服务对象是社区居民，因此，在规划过程中应始终将人的需求放在首位。这就要求规划者深入了解社区居民的运动休闲习惯，以及不同年龄、性别、职业的人群对运动休闲的不同需求。例如，针对老年人群，可以设置太极拳、舞蹈等轻度运动区域；针对青少年，可以设置篮球场、足球场等高强度运动区域。同时，公园内的休闲设施、卫生间、餐饮等配套设施也应充分考虑人的使用便利性和舒适性。

#### 2.2 科学合理原则

科学合理性是确保社区体育公园功能完善、布局合理的重要保障。在规划过程中，应结合公园的实际情况，科学划分不同的功能区域，如运动区、休闲区、服务区等，并确保各区域之间的协调性和互补性。此外，公园的道路交通系统也应科学合理规划，确保人流、车流的顺畅通行，避免拥堵和安全隐患。同时，公园的绿

化景观规划也应遵循科学原则，选择合适的植物种类和配置方式，营造出宜人的自然环境。

### 2.3 生态环保原则

生态环保原则是社区体育公园规划建设不可忽视的重要方面。在规划过程中，应注重保护公园内的自然环境，减少对原有生态系统的干扰和破坏。例如，可以保留和利用原有的植被、水体等自然资源，通过科学合理的景观设计，将其融入公园的整体规划中。同时，公园的排水系统、垃圾处理系统等也应符合环保要求，确保公园的可持续发展。

### 2.4 文化传承原则

文化传承是社区体育公园规划建设中的重要考量因素。公园作为城市文化的重要载体，应融入地域文化和历史元素，展现出当地的文化特色和历史底蕴。这不仅可以增强公园的文化内涵和吸引力，还能促进社区居民对本土文化的认同感和归属感。例如，在公园内可以设置文化展示区或历史雕塑等，通过视觉和艺术的形式展现当地的文化特色和历史故事。

### 2.5 可持续发展原则

可持续发展是社区体育公园规划建设的长远目标。在规划过程中，应注重公园的长期效益和可持续性，避免短视行为对环境造成不可逆的损害。这要求规划者具有前瞻性的视野和战略性的思维，充分考虑未来城市发展和居民需求的变化趋势。同时，公园的运营管理也应符合可持续发展原则，通过科学合理的维护和管理措施，确保公园的长期稳定运行和持续发展<sup>[2]</sup>。

## 3 社区体育公园规划建设的要点

### 3.1 选址布局

(1) 人口密度是一个重要的考量因素。社区体育公园的主要服务对象是周边的居民，选址应尽可能靠近人口密集的区域；这样不仅可以提高公园的使用率，还能确保居民能够方便快捷地到达并进行活动。(2) 交通便捷性也不容忽视。公园应选址在交通便利的地方，如靠近公交站、地铁站等，以方便居民前往；公园内部的交通布局也要合理，确保人流、车流能够顺畅通行，避免出现拥堵现象。(3) 自然环境也是选址布局中需要考虑的因素之一。优美的自然环境不仅可以提升公园的整体品质，还能为居民提供更加舒适的休闲运动环境；在选址时，应尽量选择自然环境优美、空气质量好的区域。(4) 在布局方面，运动区域、休闲区域和服务区域的合理划分至关重要。运动区域应设置足够的运动场地和设施，以满足不同居民的运动需求；休闲区域则应提供舒适的休息环境，如设置长椅、凉亭等，以供居民在运动

间隙休息交流；服务区域则应提供必要的服务设施，如洗手间、小卖部等，以满足居民的基本需求。

### 3.2 设施配置

社区体育公园的设施配置不仅关系到公园功能的完善，还直接影响到居民的使用体验和满意度。(1) 运动设施的配置是核心。社区体育公园作为居民进行体育锻炼和健身的场所，应提供多样化的运动场地以满足不同年龄和兴趣的居民需求。例如，篮球场、足球场和羽毛球场等常见运动场地是必不可少的，它们能够吸引年轻人和学生群体，促进他们的体能发展和团队协作能力；为了满足更广泛的居民群体，还可以设置健身器材区域，供成年人进行日常锻炼和保持身体健康。(2) 休闲设施的配置也同样重要。休闲设施旨在为居民提供一个轻松愉悦的休闲环境，使他们在运动之余也能享受公园的美好氛围；可以设置休闲步道，供居民散步和慢跑，感受自然的气息；景观小品和绿化植被的布置也是关键，它们能够增添公园的绿意和美感，为居民带来愉悦的视觉享受；提供充足的座椅区域也是必不可少的，这样居民在运动或休闲时可以方便地休息和交流。

### 3.3 绿化景观

一个精心设计的绿化景观，可以为社区居民提供一个舒适、宜人的运动与休闲环境。(1) 在社区体育公园的绿化景观规划中，首要考虑的是植物的多样性。多样性的植物配置不仅可以丰富视觉效果，还有助于生态平衡；选择不同种类的植物，包括乔木、灌木、花卉等，形成层次丰富的植被结构，让公园在任何季节都充满生机。(2) 注重植物的季相变化也是关键。通过合理配置常绿与落叶植物，确保春夏秋冬四季都有景可观；春天可以欣赏到花朵的绽放，夏天则绿树成荫，为运动者提供天然的遮荫，秋天落叶纷飞形成美丽的秋景，而冬天则能展现出枝干的线条美。(3) 绿化景观的设计还应与公园的自然元素相结合。比如，可以巧妙利用水体，如湖泊、溪流等，与植物景观相互映衬，形成宜人的生态环境；地形的高低起伏也可以用来创造不同的景观层次，如在低洼处种植水生植物，山坡上种植乔木，形成丰富的视觉变化。(4) 在绿化景观的维护上，应注重可持续性和生态平衡。选择适应性强的本土植物，减少对外来物种的依赖，以降低维护成本并促进生态稳定；合理的灌溉和修剪制度也是保持绿化景观美观和健康的重要因素。

### 3.4 文化传承与展示

(1) 为了实现文化传承与展示的目标，可以在公园内设置文化长廊。这个长廊可以设计成弯曲的步道，两

旁通过图片、文字和多媒体展示当地的历史变迁、名人轶事和民间艺术；游客在漫步长廊时，能够深切感受到这片土地所蕴含的文化魅力。（2）历史雕塑也是展示文化的重要方式。可以根据当地的历史事件或传说，设计并竖立一系列雕塑，让居民和游客在欣赏艺术作品的同时，了解社区的历史和文化；这些雕塑不仅能装点公园的景观，还能成为引发人们思考和讨论的焦点。（3）地域特色小品也是展示文化的一个有效途径。这些小品可以包括当地特有的手工艺品、传统服饰、农具等，通过展示和解说，让人们更加直观地了解当地的风土人情和生活方式。（4）在文化传承与展示的过程中，我们还应注重互动性和参与性。可以设置一些文化体验区，让游客亲身参与传统手工艺制作、民俗游戏等，这样不仅能增强游客的体验感，还能更有效地传播社区文化<sup>[3]</sup>。

### 3.5 运营管理

建立健全的管理制度和服务体系包括公园设施的定期检查与维护，确保体育设施的安全性和完好性，以及公园环境的整洁与美观。（1）运营管理不仅仅是日常的清洁和设施维护，更包括活动的组织与策划。为了增强公园的吸引力，我们可以定期举办各类体育活动，如篮球赛、羽毛球赛、健身跑等，这不仅能激发社区居民的运动热情，还能增进邻里间的交流与团结；结合中国的传统节日或重要活动，可以在公园内组织文化节庆活动，如春节庙会、中秋赏月晚会等，使公园成为传承和弘扬中华文化的重要场所。（2）为了提高公园的活跃度和影响力，还可以与社区、学校、企事业单位等合作，共同举办健康讲座、体育培训等活动，推广健康的生活方式，提升社区居民的健康意识和生活质量。（3）为了更好地满足社区居民的需求，可以定期进行满意度调查，收集居民的意见和建议，不断完善公园的服务质量和设施配置。在运营管理的过程中，还应该注意安全和应急管理，制定详细的应急预案，确保在突发情况下能够迅速、有效地应对。

## 4 社区体育公园规划建设的实践案例——以书院社区体育公园及配套设施工程为例

### 4.1 项目概况

临港新城是上海具有辅城地位的战略重点发展区域，规划分为四大片区。书院社区位于其中的“主产业区”内，是临港新城的北部门户，是所在片区内重要的生活服务配套基地。书院社区体育公园位于书院社区南侧 HO6 地块内的 H0602 和 H0604 两部分。建设范围为东至五尺沟、南至工业区河、西至 Y5 路、北至 S3 路。地块西侧，北侧为已建工业区，南侧为农田绿地，五尺沟

以东为已建新舒苑居住小区。



图1 现状图片（图片来源：作者自绘）



图2 控规图

H0602 地块为体育设施用地，地块面积 1.06 公顷，建设内容包括新建体育场馆，活动、运动场地建设以及体育配套设施建设。H0604 地块为公园用地，地块面积 5.01 公顷，主要建设内容包括地形、园路铺装、配套建筑、亭廊小品、绿地、水体以及健身、儿童活动器材等。书院社区体育公园提供了各类运动场地和设施，还融入了休闲、文化、娱乐等多种功能，属于综合型社区体育公园。



图3 鸟瞰图（图片来源：上海浦东建筑设计研究院有限公司）



图4 分区图 (图片来源: 作者自绘)

#### 4.2 项目选址布局

经调查研究, 书院镇中心地区绿地资源不多, 尤其是5km范围内, 体育为主题的公园更是缺失。书院社区既有公共文化活动中心等设施难以满足群众日益增长的物质文化生活需求, 公益性文化设施仍存在布局不尽合理, 郊区设施数量较少、规模密度不足, 服务水平远不如中心城等不足。书院社区体育公园的建设, 是书院镇第一个设施全面、场地开阔的综合性运动场所。本项目的选址布局, 首先, 服务于周边的居民, 在服务半径2公里以内, 服务约70000城市居民, 主要为居住区、工业区、产业区, 使用的人群也是多种多样, 确保居民能够方便快捷地到达并进行活动。项目周边交通也是非常便利, 场地内部地块H0601规划有公交枢纽, 未来交通便利, 可吸引大量人流; 其次, 场地内现存的自然资源也是十分具有优势, 具有一定的乔木资源, 有一定的绿化基础, 另外场地现状具有一片水资源。



图5 使用人群分析图 (图片来源: 作者自绘)

#### 4.3 项目建设

通过上述社区体育公园规划建设的要点为本项目建设的统领。从全龄健身、智慧生态、文化特色为切入点, 阐述如何营造书院社区体育公园的建设。

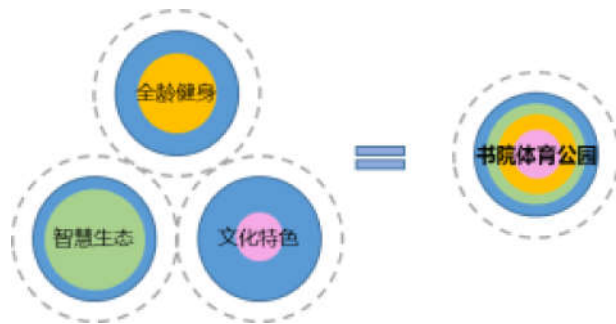


图6 规划建设分析图 (图片来源: 作者自绘)

#### 4.3.1 全龄角度下的体育公园建设

打造体育设施完善的“运动天地”——体育运动-水-绿化-场所-景观-设施有机融合。经调查研究, 占比较大的活力运动主要对象为青年, 日常休闲为主的主要为老年, 周末休闲主要以家庭为主。通过各项体育运动设施的完善, 打造全民参与, 共享体育的社区体育公园。

考虑到各个年龄阶段的使用, 策划满足不同年龄层次居民运动需求的体育项目。本社区体育公园涵盖室内体育馆和室外运动空间。设计中青年热衷的跑步、足球、篮球、网球、羽毛球、乒乓球、器械、游泳等活动场地及设施; 也融入老年人喜爱的运动项目垂钓、舞蹈、太极、武术、瑜伽、漫步等体育活动场地; 儿童主要以儿童攀岩、沙坑、游乐设施、跑步、轮滑、自行车等运动场地。其中园区的特色滨水跑步道利用原有防汛通道, 为居民提供别致有趣的滨水跑步空间, 空间内设计了彩色铺装跑道, 趣味地面Logo, 沿路休息空间、滑板运动空间, 以及亲水平台空间。



图7 彩虹跑道建成图 (图片来源: 作者自摄)



图8 儿童区建成图 (图片来源: 作者自摄)



图9 运动场地分析图 (图片来源: 作者自绘)



图10-12 球场建成图 (图片来源: 作者自摄)

#### 4.3.2 生态角度下的体育公园建设

打造展示智慧生态的“形象名片”——智慧设计语言浸入场所，强调人与自然的和谐共生，一处书院居民可以尽情享受健康和自然的公园。

绿化种植保留现状场地内较好的绿化资源，针对书院地域特色，融入传统造园精髓，传统造园手法与现代园林形态相结合。通过写意、精致的种植手法体现书院文化；通过多彩、明朗的种植手法对体育活动空间做烘托。另外通过特色雨水花园和水下森林的营造，打造生态自然的公园环境。本次 H0602、H0604 地块绿化率根据用地规划不同，建设后分别达 35.17% 和 80.51%（含水面），满足公共绿地指标及规划要求，为居民提供了一个舒适的运动环境。

地形竖向设计与水系规划统一考虑。基本原则是结合水体的开挖，尽可能做到土方平衡。驳岸与池底基本以自然的植物护坡与土底为主，平缓入水。生态水岸景观区将五尺沟水源引入园区，结合人们的使用功能，形成良好的亲水平台和木栈道。提供垂钓、漫步的休闲空间。

海绵城市的生态理念，实现绿地良性水文循环，沿

园路两侧地形下凹，做生态植草沟，收集地表径流就近汇入雨水花园和生态湖，暴雨时，多余雨水可通过涵管排入绿丽港水系。结合环境布置生态花境，丰富环境风格的同时达到积水蓄水净化的生态作用。

水下森林解决现在湖面水质较差，系统封闭的特征，利用“沉水植物、水生植物及微生物”，构建共生系统，发挥沉水植物的吸收净化效果，进一步改善水质，形成水清气净的水下森林景观湖面。

铺装材质突出运动场地的特异性需求以及公园的自然环境，选择环保性好且易于维护的生态材料，结合海绵城市的生态理念，以透水铺装为主。



图13 生态水岸建成图 (图片来源: 作者自摄)

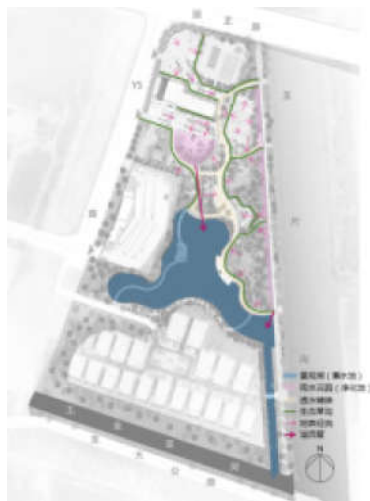


图14 海绵径流分析图 (图片来源: 作者自绘)



图15-17 绿化种植建成图 (图片来源: 作者自摄)

#### 4.3.3 文化角度下的体育公园建设

打造展现本土文化特色的“活力中心”——以现代手法演绎文化，通过雕塑小品等形式完美展现，一处书院不可复制的“大客厅”城市开放空间。

入口雕塑以书卷的形式展示书院镇特有的书院文

化。体育馆造型的立意，来源于“书院镇”的书，以一本打开的书的造型为基础，寓意着“文化书院，书香满溢”。通过抽象与演化，形成建筑外立面竖向百叶的动态，以多重曲线的交叉汇聚模拟书页的翻动，也为体育场建筑注入动感和活力，呼应体育公园的主题。



图18-20 书院文化效果图 (图片来源: 上海浦东建筑设计研究院有限公司)

这个案例不仅展示了社区体育公园规划建设的具体做法，也为其他城市提供了宝贵的经验教训和参考模板。通过选址布局、规划建设要点的详细描述，我们可以更加直观地了解社区体育公园规划建设的实际效果和影响。

#### 结语

随着城市生活的快节奏发展，社区体育公园的重要性日益凸显，它不仅为居民提供了锻炼和休闲的绿色空间，更在无形中编织着社区的和谐与活力。本文通过对社区体育公园规划建设模式的全面探讨，系统提出了优化建议。并以实际项目为例阐述社区体育公园建设的要点。以期为未来城市中的这片绿色天地描绘出更加绚丽

的蓝图。愿这些研究成果能化作实践的指南，推动我国社区体育事业迈向更加繁荣的明天。

#### 参考文献

- [1]王志威.英国社区体育发展研究[J].北京体育大学学报, 2020, 35(01): 16-21+79.
- [2]周涛, 张风华, 苏振南.美英日城市社区体育公共服务建设经验及其对我国的启示[J].体育与科学, 2020, 33(04): 69-74.
- [3]黎子铭, 闫永涛, 张哲, 韩文超.全民健身新时期的社区足球场规划建设模式[J].城市规划, 2021, 41(05): 42-48+58.