



青少年成为体育强国健康中国重要力量

高晓峰 本报记者 李小伟

2022年可谓中国的体育发展与健康教育收获之年。

在2月举行的北京2022年冬奥会上,中国代表团以9金4银2铜的成绩,创造了冬奥会历史最佳战绩。与竞技体育交相辉映的是中国冰雪运动实现了申办北京2022年冬奥会之初提出的“带动三亿人参与冰雪运动”的承诺。

10月,习近平总书记在党的二十大报告中指出:“广泛开展全民健身活动,加强青少年体育工作,促进群众体育和竞技体育全面发展,加快建设体育强国。”这是对全民健身运动和青少年体育工作的最新指导和要求。

2022年,持续不断的疫情对我国教育尤其是学校体育与健康工作提出了挑战。各级各类学校在党中央的坚强领导下,取得了抗击疫情的初步成果,居家科学健身方兴未艾,体育与健康工作高度融合,增强体质成为抗击疫情的“良方”。

体育法和体育与健康课标的重新修订,将学校体育与健康教育引向“为人的全生命周期健康发展服务”。6月新修订的《中华人民共和国体育法》提出,“将青少年和学校体育置于优先发展的战略地位,从学校延伸至行政部门、社会组织甚至各个家庭”。学校体育与健康教育工作正以前所未有的姿态,阔步走在全面促进青少年健康成长的大道上。



1 北京冬奥会冬残奥会造福亿万青少年

作为首届从申办、筹办到举办全过程践行《奥林匹克2020议程》的奥运会,北京冬奥会、冬残奥会不仅向世界奉献了一届简约、安全、精彩的盛会,更在多个领域留下大量遗产成果。

习近平总书记强调:“北京冬奥会、冬残奥会既有场馆设施等物质遗产,也有文化和人才遗产,这些都是宝贵财富,要充分运用好,让其成为推动发展的新动能,实现冬奥遗产利用效益最大化。”

中国代表团在北京冬奥会上实现了对历届冬奥会金牌总数和奖牌总数的全面超越,中国冰雪运动以点带面,推动了对全面普及。数据显示,全国冰雪运动

参与人数达到3.46亿,居民参与率达到24.56%,实现了令世人瞩目的“带动三亿人参与冰雪运动”目标。

国际奥委会主席巴赫指出:“哪怕这三亿人中只有很少一部分人成为专业的冰雪运动从业者,未来全球冰雪运动也将迎来一个全新的发展格局。”

中国冬奥代表团的优异成绩将激励一代人,带动更多中国人尤其是青少年参与到冰雪运动中去。

“‘让奥林匹克点亮青年梦想’是北京冬奥会的愿景。弘扬奥林匹克‘卓越、尊重、友谊’的价值观,让青少年更好地接触体育以及奥林匹克运动历史

文化,在这个过程中享受乐趣、增强体质、锤炼意志、健全人格,促进青少年全面发展,是北京冬奥组委奥林匹克教育和公众参与的核心工作。”北京冬奥组委官员如是说。

为了更好地以冬奥会为契机开展奥林匹克教育,北京冬奥组委立足主办城市,辐射全国各地,构建了全国中小学奥林匹克和残奥教育体系。截至2021年年末,全国奥林匹克教育示范学校累计达到835所,冰雪运动特色学校2062所,共迎未来“姊妹校”470所,形成了以东北、华北、西北为重点地区的总体布局。

2 疫情下的健康教育与体育锻炼助青少年身心健康

2022年是新冠肺炎疫情肆虐的第三年,我国的各项抗疫措施科学精准、及时高效,有效遏制了疫情大面积蔓延,改变了病毒传播的危险进程。

这一年,校园疫情防控成为重点工作,在最大程度上保护了学生安全与身体健康,为社会与经济稳定贡献了教育力量。

这一年,学校体育与健康工作持续发挥主动抗疫的重要作用与育人功能。三年的疫情使广大人民群众深刻认识到拥有健康身心的良好状态才能抵抗疫情,而每个人都要做自己健康的第一责任人。这些社会氛围的变化与学校教育的积极应对,极大提升了青少年体育锻炼的热情与接受健康教育的主动性。

这一年,教育部办公厅再次部署了以“师生健康 中国健康”为主题的健康教育活动,要求围绕疫情常态防控、近视防控、心理健康促进、健康生活习

惯养成与体育锻炼等方面着力开展。

近视防控方面,疫情防控期间线上教学造成学生用眼负荷增加,在2021年学校卫生与健康教育工作十件大事中,有5件是近视防控的专门事项。从国家四部委联合开展近视防控评议考核,到15个部门联合实施儿童青少年近视防控光明行动与广泛的媒体宣传,再到全国中小学校每年两次开展学生视力监测等举措来积极遏制青少年近视率的增长,儿童青少年近视防控工作机制已初步健全。

两年来,随着疫情的持续,教育部构建起干预机制,积极促进学生身心健康发展。

——建立“心理援助热线平台”,为广大青少年提供免费心理援助服务,对青少年群体因疫情造成的社交网络受限、习惯改变与因未来不清晰而产生的孤独感、焦虑与抑郁现象进行了有效疏导。

——印发疫情防控期间学生学习生活健康指南,积极指导广大青少年学生不同处境下的安全学习与健康生活,居家科学健身成为新时尚。

——深入贯彻“双减”政策,义务教育阶段学生学业负担得以减轻,学生身体活动时间得以保障和落实。7月,国家卫健委召开新闻发布会时指出,“学生每天校内体育锻炼时间超过了一小时,国家学生体质健康标准测试达标优良率已经达到33%”。

针对儿童青少年心理健康问题,5月,教育部全国高校健康教育教学指导委员会召开“新冠疫情与高校心理健康服务与援助”主题论坛,12.7万余人次在线观看学习并受益。9月,教育部全国中小学健康教育教学指导委员会主办“校园学生心理健康促进能力提升”培训会,共计5.2万人次参与。可以预见,未来提升学生心理健康水平将被重点关注。

3 新体育法与新课标让青少年“动起来、强起来”

6月,新修订的《中华人民共和国体育法》出炉。新修订的体育法将第三章“学校体育”更名为“青少年和学校体育”,提出:“国家实行青少年和学校体育活动促进计划,健全青少年和学校体育工作制度”“国家优先发展青少年和学校体育,坚持体育和教育融合,文化学习和体育锻炼协调,体魄与人格并重,促进青少年全面发展”,将青少年和学校体育置于优先发展的战略地位,从学校延伸至行政部门、社会组织甚至各个家庭。体育法力图涵盖更广的范围,全面地促进青少年健康成长。

近年来,近视、超重、肥胖与营养不

良等问题严重影响儿童青少年的健康成长,而家长对于该类问题的危害和防护措施的认识仍有不足。体育法第三十六条明确要求,“教育行政部门、体育行政部门和学校应当组织、引导青少年参加体育活动,预防和控制青少年近视、肥胖等不良健康状况,家庭应当予以配合”。

4月,《义务教育体育与健康课程标准(2022年版)》颁布实施。体育与健康课程总课时占比为10%—11%,仅次于语文的20%—22%和数学的13%—15%,体育与健康课程的重要性进一步凸显。

新课标丰富了课程理念,在继续坚持“健康第一”的育人理念下,积极落实“教会、勤练、常赛”,加强课程内容整体设计,注重教学方式改革,重视综合性学习评价,关注学生个体差异。

新课标更新了课程目标,聚焦“核心素养”,从“体育基本知识、基本技术、基本技能”到“知识与技能,过程与方法,情感、态度与价值观”进一步深化为“体育品德、运动能力和健康行为”。这些发展和变化,促使体育与健康课程目标更加凝练,全面与科学,彰显促进学生全面发展的教育宗旨。

新课标丰富了内容设置,主要包括基本运动技能、体能、健康教育、专项运动技能和跨学科主题学习。健康教育由多门课程共同承担,体育与健康课是落实健康教育的主要课程。跨学科主题的设置成为本次改革亮点,提倡在设计上要突出综合性、情境性和生活化,这些都与核心素养目标积极呼应。



儿童青少年近视防控笔谈

做到“八个率先”,推进“八大工程”

中共浙江省委教育工委书记,教育厅党组书记、厅长 毛宏芳

浙江省大胆探索,全面实施“八个率先”,扎实落实“八大工程”,初步形成近视综合防控的“浙江模式”。2019、2020、2021年连续三年,浙江省儿童青少年总体近视率年均下降1%以上。

“八个率先”建立科学防控体系。浙江省在政策引领、顶层设计等方面,做到了“八个率先”,即在全国率先建立省级部门联席会议机制、率先成立近视防控指导中心、率先落实近视防控专项经费、率先组建近视防控专家委员会、率先开展校园环境改造、率先编制近视防控指南、率先开发利用近视防控信息系统、率先启动中小學生近视普查试点等。

形成了信息互通、资源共享、工作互补的综合协调机制,出台了一系列政策文件。2021、2022年连续两年,近视防控被浙江省政府工作报告列为重点工作,儿童青少年总体近视率下降情况被列入省委、省政府“健康浙江”建设考核指标体系,未实现下降目标的县(市、区),在省委、省政府对市县政府考核中予以相应扣分。

大力实施近视防控“八大工程”。坚持突出问题导向、目标导向,以高发地区和低年龄段学生为重点,合力推进实施“近视普查、近视综合防控试验、健康教育、教卫协同、家庭护眼、健康学校建设、近视综合防控信息化、近视防控科普”等“八大工程”,创造性地推出一系列扎实的防控举措。

抓基础,干预在先。运用数字化手段全面落实视力监测和普查工作,布局建设

全省防控信息平台,0—6岁和学龄儿童青少年视力健康电子档案建档率达到100%。至2021年底,全省共改造中小学灯光教室15.5万间,配备符合标准的可调节课桌椅的教室14.1万间。

抓“双减”,提质增效。构建完善“1+N”“双减”政策体系,推进实施“一人一机构”包干责任制,全省8107家义务教育阶段营利性学科类机构提前实现100%压减目标,在全国率先实现100%义务教育阶段学校全面开展课后服务。严格落实中小學生减负工作40条措施和“五项管理”,积极开展“阳光体育运动”。

抓专业,支撑有力。充分发挥温州医科大学眼视光专业特色,强化省儿童青少年近视防控工作指导中心等专业指导力量。大力支持与近视防控相关的人才培养,进行专业、学科建设和课程改革,加强眼科医疗机构、近视防控机构、妇幼保健机构和综合医院眼科建设,加强中小学校医务室、卫生室、保健室和疾控机构学校卫生科所等建设。充分利用“中国眼谷”科创平台,进一步引导企业加快近视防控等相关设备的研发、转化和生产。

抓宣传,家校联动。结合“爱眼日”“近视防控宣传教育月”活动,通过家长课堂、家长学校等途径,及时告知学生视力监测情况,落实好家庭监督。创新建立眼健康科普馆、近视防控官方网站、中国近视防控公众号等线上线下科普阵地,推出《近视防控指南》等系列科普素材。

“四动”并举,推动近视防控举措落地见效

中共四川省委教育工委书记,教育厅党组书记、厅长 余孝其

四川省压实四级责任,抓住四个关键、建立四项机制,突出四个抓手,推动综合防控儿童青少年近视工作落地见效。2021年,全省儿童青少年总体近视率较2018年下降3.87%,实现了全省儿童青少年总体近视率在2018年的基础上每年降低0.5个百分点以上的目标。

压实四级责任,统筹谋划推动。把降低儿童青少年近视率作为纵深推进教育综合改革、办好人民满意的教育实际行动,纳入省委常委会专题研究,纳入省政府年度工作重点部署,纳入责任部门具体任务落实;建立“政府主导、部门配合、家校协同、社会参与”的工作体系,压紧压实省、市、县、校四级责任;发挥近视防控厅际联席会议工作制度优势,落实工作责任;将近视防控工作纳入各级党委、政府工作考核,加强督察检查。

抓住四个关键,综合施策驱动。建立四川省学校卫生与健康教育智慧管理平台,规范校园视力监测与数据报送;指导中小学校和基层医疗卫生机构开展学生日常视力监测筛查,全省0—6岁儿童眼保健及视力检查年平均覆盖率为92.57%。2018至2021年累计投入中央和省级补助资金166.6亿元,支持各地优化办学条件,推进教室采光照明达标工程。坚决落实“双减”政策,严格“手机、作业、读物、睡眠、体质”五项管理要求,保障学生每天校内、校外各1个小时体育活动时间。在成都市推行“健康副校长”配备

工作,4101所中小学、幼儿园健康副校长(园)长实现全覆盖。

建立四项机制,协同发力联动。建立医教协同机制,统筹学校卫生所、眼科医疗机构、妇幼保健机构等专业力量,建立青少年教育培训、视觉筛查、科学预警、科学矫治、效果评估的近视防控模式,建设融合多专业、多层次、多环节、多阶段的近视防控体系。建立体教融合机制,开展“爱成都·迎大运”校园体育系列赛事活动。将近视防控知识纳入课堂教学,融入校园文化和中小學生日常行为规范。建立长效监管机制,加强眼科医疗机构、视光(配镜)中心等行业监管,对视力矫治定点机构等实行“黑白名单”管理。

突出四个抓手,浓厚氛围促动。加强宣传教育,开展爱眼护眼“五个一”宣传教育活动,即:学校每周推出一期宣传海报或者主题板报、校长进行一场爱眼护眼国旗下讲话、班级开展一次爱眼护眼主题班会、班主任向全体家长编发一期防近视科普知识、中小學生讲一次自己的“爱眼护眼故事”。强化品牌塑造,打造“熊猫爱眼”主题宣传教育品牌活动,发布“熊猫晶晶”爱眼卡通形象IP。实施精准干预,以学校区域分布为中心,试点建立“视育工作指导站”。注重示范引领,发挥全国儿童青少年近视防控试点县(市、区)作用,实施“一校一策略、一校一特色”,儿童青少年新发近视率持续下降,高发、低龄化趋势得到有效遏制。

“加减乘除”同发力,吹响近视防控集结号

中共江西省委教育工委书记,教育厅厅长 郭杰忠

江西省通过做好近视防控“加减乘除法”,推动儿童青少年近视综合防控工作全面深入开展,全省儿童青少年总体近视率从2018年的49.4%下降到2021年的48.3%,在2020年度全国综合防控儿童青少年近视工作评议考核中名列前茅。

加强体育锻炼,夯实近视防控基础。江西省从加强体育锻炼着手,为学生保护视力和放松身心提供条件保障。一是增加体育活动。明确规定幼儿园每天安排户外体育不少于2小时,小学阶段体育课增加到每天1课时;建立体育“晒课表”机制,确保开齐开足上好体育课。二是用好大课间。面向全体学生开展“活力大课间 悦动越健康”展示活动,进一步增加校外课外体育活动时间,确保学生校内校外体育锻炼各1小时。三是规范眼保健操。让学生动起来,坚持每天规范做好2次眼保健操,将落实眼保健操作为省义务教育质量评价指标要点内容。

减轻课业负担,提高近视防控成效。江西省以开展“双减”行动为抓手,为学生的眼睛减负。按照“校外治理、校内保障、疏堵结合、标本兼治”的总体思路,成立了校外教育培训监管处和“双减”工作专班,截至2021年底,义务教育学科类培训机构已由3082家压减至235家,压减率达92.38%。全面落实“两个全覆盖”和服务时间保障“5+2”要求,开展体育活动时间作为中小學生课后服务工作的重要载体。

发挥乘积效应,形成近视防控合力。一是强化组织领导。成立以分管副省长为组长,教育、卫生健康等八部门为成员的全省儿童青少年近视防控工作领导小组,形成“政府主导、部门配合、教医协同、社会参与”的综合防控体系。二是压实防控责任。围绕防控目标,省政府与教育部、国家卫生健康委签订《全面加强儿童青少年近视防控工作责任书》,建立全省近视防控工作评议考核制度,每年逐级进行评议考核。三是加大经费投入。在省级消除义务教育学校大班额专项资金、义务教育薄弱环节改善与能力提升中央补助资金、学前教育发展资金等分配中,将近视防控纳入对下转移支付资金分配因素。四是加强监测干预。成立省级儿童青少年近视防控中心,指导全省各地科学开展综合防控工作。利用省级近视防控综合信息平台建立学生视力健康档案,为学生提供个性化、针对性的技术指导。

消除护眼难题,筑牢近视防控屏障。明确规定手机有限带入校园、禁止带入课堂,教育孩子们远离电子污染。督促指导中小学校按照教育教学实际需要科学合理使用电子产品。实施教室照明改造达标工程,全面排查全省中小學校教室照明,分期分批进行改造。全省相继开展眼镜制配场所质量监督检查、配装眼镜产品质量监督抽查、近视防控产品广告监管等举措,严肃处理不符合规定的企业、商家,及时制止违法广告与虚假宣传。

上图:河北省承德市积极推进“冰雪运动进校园”,近两年全市共有47.9万中小學生直接参与了冰雪活动。图为承德市围场一小分校教师指导学生进行冰壶练习。 本报记者 张学军 摄

下图:湖南省湘江新区虹桥小学的家长和学生亲子活动中合作进行“旋风跑”。 张伟 摄