

学青会特别报道



第一届学青会棒球比赛开幕式在桂林旅游学院举行

《关于深化体教融合 促进青少年健康发展的意见》指出,要树立健康第一的教育理念,加强学校体育工作,帮助学生在体育锻炼中享受乐趣、增强体质、健全人格、锤炼意志。广东清澜山学校自开办以来,高度重视学校体育的高质量发展,率先建设了专业的体能康复课程体系,成立了学校运动健康中心,聘请国家网球退役的体能康复师担任专职教师。学校在面向全体学生学生齐开足体育课的前提下,不断丰富完善体育教育体系,提升体育课程科学化水平,畅通优秀退役运动员、教练员进校园的渠道,为青少年运动员提供更好的成长资源,在深化体教融合方面进行了许多新尝试,在提升学生体育与健康核心素养及培养青少年高水平运动员上,已取得显著成效。

资料图片

广东清澜山学校: 体能康复课程为体教融合保驾护航

为高水平学生运动员发展助力

前不久在海南琼海举办的2023年全国中学生网球总决赛中,清澜山学校八年级学生高若宸取得了U14男单总冠军的瞩目成绩,学校为其提供的专业体能训练和康复保障课程起到了重要作用。高若宸在校学习与训练期间,学校针对其青春期中生长发育快的特点,制定个性化的体能训练方案,在提升肌力、爆发力等主要身体素质指标的同时,着重强调核心力量的训练,优化动力链的传导和力量转化。与此同时,也非常注重他日常训练后的拉伸放松与运动损伤后的物理治疗,科学控制其饮食、作息等。

青少年有着奇特的想象力与旺盛的创造力。在体育运动中,他们通过不断探索尝试,发现自身潜能,能创造出更加新颖、实用的技术战术。体能作为这些想法实现的基础,起着至关重要的作用,尽早进行专业体能训练,往往能比同年龄段的青少年有更优异的运动表现。同时该时期的青少年处于身体控制能力较弱的阶段,易出现疲劳和运动损伤,及时的康复保障可以快速解决伤病,让他们尽快回归到比赛训练中。

在培养像高若宸这种高水平学生运动员时,学校始终重视运动训练与文化学习协调发展,强调学术扎根、德育先行,教练团队与学科教师团队密切联系,运动健康中心与学生德育发展中心紧密配合,从教育规律出发,深挖体教融合内涵,为他们的健康成长提供更好的资源,助力他们取得更好的比赛成绩。

建立体能康复课程体系

清澜山学校体能康复课程面向全体学生,坚持健康第一的教育理念,以体育与健康课程的核心素养为引领,建立起三个主训场地、三个课程模块的科学的体系。

三个主训场地是课程实施的主要场所,除了一般学校开展体育课程的运动场馆、操场、运动中心之外,学校还建立了安全为主、功能齐全的校园健身房,提供包括柔韧、灵敏、协调、爆发力、肌耐力、心肺功能的训练课程,针对不同年龄、不同运动专项,提供个性化的体能训练方案,建立了筛查、诊疗、数据研究三位一体的康复室,专门针对青少年身体发育特点及该时期容易造成的运动损伤开具运动处方,提供治疗与恢复训练方案,同时还记录学生们的身体数据、运动损伤发生类型和频率,为后续开展专项课题研究做准备。

三个课程模块包括专业的系列课程学习、课外实践与应用和社区志愿服务行动。

在系列课程学习方面,开设有体态矫正课,目的是解决当下我国青少年体质健康方面存在的腿形、脊柱侧弯、体重管理等突出问题,帮助学生养成健康行为习惯,开设体能专项选修课,帮助学生发展心肺耐力、肌肉力量、反应能力等身体素质,三年级以下的学生专注于体适能的练习,完善其身体成分、增强体质健康和为专项运动技能奠定良好基础。例如在小学一年级课堂上开展的我要当系列课程,让学生模仿各类小动物的运动形态,以学生喜闻乐见的形式锻炼各方面身体素质,促进协调发展。三年级之后根据学生选择的运动项目匹配相应的体能训练计划,比如篮球搭起弹跳训练计划、学网球搭配身体抗旋转的练习等,这种模式受到学生们的欢迎,也推动了他们对专项运动技能的掌握与运用。

在课外实践与应用方面,以学生为主体的运动康复社团、运动科学俱乐部等,都是体能康复课程体系中课外实践的重要组成部分,为对物理治疗、运动康复、运动人体科学感兴趣的学生提供高阶学习并学以致用用的舞台。运动健康中心还承担着一项工作,即为校队成员建立运动医学档案,进行身体评估和筛查,一方面记录他们成长发育与运动协调发展的关键数据,监控他们的健康成长,预防运动损伤的发生;另一方面通过对数据的深挖,制定更加科学化、个性化的运动训练方案,助力校队成员不断提高运动竞技水平,取得优异成绩。

在社区志愿服务行动方面,运动康复课程本身就具有较强的实践性、综合性和应用性,通过课外实践活动培养出的小队队员、小志愿者们积极投身志愿服务行动中,开展运动损伤的救治与康复,这已成为校园里一道亮丽的风景线。志愿者们为师生、家长和社区开展各类运动损伤与治疗系列讲座、义诊与康复理疗等社区服务活动,不仅普及了运动健康知识,也是在以实际行动参与健康中国建设。

习近平总书记高度重视青少年体育工作,强调加强学校体育工作,推动青少年文化学习和体育锻炼协调发展,为深化具有中国特色体教融合的发展道路指明了方向。体能康复师走进中小学校园是体育科学化发展的必然选择,体能康复课程三个主训场地、三个课程模块的科学体系,为学校体育在体、技、战、心、智上形成完整的运动闭环提供了强有力的支持。追求更加科学化的体育课程、加强体教融合是进一步促进青少年健康发展的不竭动力,不断完善的体能康复课程体系必将为培养德智体美劳全面发展的时代新人贡献力量。

(作者汪柏超系原中国国家网球队体能康复师、现任广东清澜山学校运动健康中心专职教师;赵学彬系清澜山学校副校长)

用拼搏描绘青春底色

——写在第一届全国学生(青年)运动会即将开幕之际

本报记者 周仕敏 欧金昌 通讯员 贾琦艳 杨灵红 黄芸

继成都大运会、杭州亚运会之后,11月5日,由教育部、国家体育总局、共青团中央共同主办的中华人民共和国第一届学生(青年)运动会(以下简称“学青会”)将在壮美广西开幕。

随着学青会的脚步越来越近,一批新建和改扩建的比

赛场馆相继完工,会徽、吉祥物、主题曲等赛会元素陆续发布,圣火在北海成功采集,火炬在14个地市已开始传递!小青芒志愿者在各个岗位上开始热情服务,各项筹办工作紧锣密鼓地推进,八桂大地正全力以赴迎接学青会。

育的开展打下坚实基础。南宁学院副校长龚击说。

记者在广西师范大学综合体育馆看到,随着第一届全国学生(青年)运动会健美操(啦啦操)项目决赛阶段比赛脚步的日益临近,目前比赛场地已经基本准备就绪,参赛队员正在积极备战训练。此次比赛场地建筑面积1.2万多平方米,场馆建设对标国内现代化大型体育场馆进行设计,主场馆有两层固定座席4818个,主席台座席40个,运动木地板场地2500平方米,热身馆约1000平方米,可设活动座椅1500个,场馆可同时容纳约6500人,是西南地区较大规模的综合场馆之一。

我们的比赛设置了比赛区和热身区,值得一提的是,热身区经过精心的安排,能够容纳10支以上的队伍同时进行训练,包括健美操训练场地和啦啦操训练场地,以便运动员能够在比赛中有好的发挥。广西师范大学健美操(啦啦操)竞赛委员会成员石干惠说。

广西师范大学自筹备工作开展以来,以学校基建处、后勤服务集团、体育与健康学院为班底,组建12个工作组开展赛事各项工作。工作组利用暑期时间,争分夺秒、连续作业,完成了包括场地、设施、更衣室、热身馆、媒体中心、水电、消防等相关功能设施的升级改造工作,均已达到学青会比赛和电视转播的标准和要求。

广西师范大学副校长、广西师范大学健美操(啦啦操)竞赛委员会常务副组长黄文韬介绍,此次大赛充分结合场馆的实际情况,采用的设施设备全部按国际标准布置,以满足竞赛组织和赛事运行的要求。

本届学青会棒球、垒球两个项目的比赛场地设在桂林旅游学院,这是桂林旅游学院建校以来承办的规模最大、层次最高的赛事。

桂林旅游学院户外运动学院党总支书记李祺介绍,学校自2022年5月底接到筹备工作任务以来,校长亲自挂帅,各相关部门、单位齐参与,赛事各项筹备工作启动。广西先后投入专项经费用于球场及其附属设施改造、器材采购和赛事运营。改造好的比赛场地,包括棒球场、垒球场及备训场地、功能房等。其中,棒球场占地1.35万平方米,垒球场占地4950平方米,均按标准设计改造,可为棒球、垒球运动项目提供训练和比赛服务,也可满足棒球、垒球运动项目推广和爱好者观赛、体验等多种需求。

在北部湾大学体育馆,地面新铺设了蓝色和橙色的PVC专业塑胶板,工作人员正在进行地胶板焊接安装工作。大学排球项目运营负责人

小青芒在广西大学进行赛前检录。杨灵红 摄

首届学青会。共青团广西区委广西志愿服务指导中心主任周岚介绍,依托广西志愿服务云平台“桂志愿”,共青团广西区委已经完成了学青会志愿者培训系统开发工作,通过线上自学与线下集中培训相结合的方式,开展志愿服务工作规范与技巧等18门核心课程培训;举办了学青会志愿者骨干研学营,组织近300名志愿者骨干学习掌握大型赛会志愿服务的工作理念和方法。

目前,已有2000多名志愿者上岗服务学青会综合测试赛、冲浪、手球(女子组)、羽毛球(校园组)、跳水、排球(公开组)以及运动员村等,小青芒以实际行动发扬奉献、友爱、互助、进步的志愿精神,展现出小青芒的服务风采。

场馆建设优质高效

少年强则中国强。本届学青会是全国青年运动会和全国学生运动会合并后首次举办,为体教融合探路子,为青少年广泛开展体育锻炼活动营造氛围。

学青会与其他综合类体育赛事不同,分为校园组和公开组,其中校园组又分为大学组和中学组,比赛规模大,参与人数多。目前,学青会共设39个大项、51个分项、805个小项,预计来桂运动员、技术官员等超过2万人。

学青会校园组比赛设立了羽毛球、垒球两个大项以及啦啦操小项。广西壮族自治区教育厅体育卫生与艺术教育处工作人员黄茗说,广西119所大中小学的672名学生运动员和83名集训教练员积极开展多形式、多渠道的备战训练工作,通过训练参赛,推动全区各级各类学校师生积极参与体育锻炼,增强体质,努力实现参赛出彩的目标。

一直以来,广西各级各类学校坚持整合民族体育与现代体育资源,大力开展学生喜闻乐见、健身价值高的比赛项目,学青会的举办将开创校园体育新局面。

广西有8所高校承办本届学青会赛事工作,8所高校均已加强对训练馆、灯光、地板、功能房等设施的优化改造。

广西各高校密切配合教育部、学生体协、自治区执委会优化学青会组织机构,主动沟通,上下联动,积极对接各赛点负责人员,落实器材配送、接收、验收、安装等工作。

学校利用线上宣传平台及时发布学青会动态,充分调动学生参与赛事活动的积极性,80多名学生志愿者投入到赛事服务中。为高质量承办学青会手球比赛,学校进一步完善场馆设施,为校园体



“小青芒”温暖护航

给青春发一份请柬,邀约在美丽山水间。给时代交出一份答卷,写下豪迈壮美诗篇

伴随着第一届全国学生(青年)运动会主题曲《青春遇见》的唱响,一场逐梦新时代的青春之约将在广西上演。

第一届全国学生(青年)运动会志愿者昵称、标志、形象大使在官方网站正式发布,经过广泛征集和研究讨论,小青芒正式成为首届学青会志愿者专属IP。

当运动员在赛场上挥洒汗水时,小青芒许新悦已经忙碌了起来。他围绕着比赛场地散步,看似毫无目的地闲逛,实则是必不可少的准备。物资分配出错了,他去协调;比赛场地脏了,他去打扫。许新悦所做的点点滴滴都是为了比赛能顺利进行。

小青芒许新悦是广西大学体育学院运动训练专业的一名学生,也是本次羽毛球比赛项目的志愿者。他于今年9月底正式报名参与志愿者活动。

为了更好地服务比赛,9月底,学青会开始了志愿者骨干营的培训工作。从志愿服务的管理与组织到对志愿者的关怀与激励,许新悦和其他志愿者共参加了12个培训讲座。

广西大学团委相关负责人介绍,此次广西大学共有600多名小青芒志愿者参与学青会各项服务,为运动员温暖护航。学校大力支持志愿者工作,对于需要外出的志愿者,学校安排专车接送,同时延长供应热水时间,发放换洗衣物。

南宁志愿者工作将从10月15日进行至11月15日。在此期间,小青芒们要随叫随到,确保学青会比赛顺利开展。虽然辛苦,小青芒们还是很高兴。许新悦说:很荣幸能够成为小青芒的一员,并与其他志愿者一同向全国展现广西力量。祝愿所有运动员都能取得优异成绩,祝愿小青芒们工作顺利,祝愿此次赛事取得圆满成功!

很荣幸能够成为学青会志愿者,不仅可以为赛事的举办贡献自己的力量,也能够提升个人沟通协调能力,扩大视野,增长见识。在沙滩排球项目担任礼宾接待工作的北部湾大学外国语学院英语专业大二学生秦晓玥告诉记者,该校325名学生志愿者将承担比赛的各项辅助工作,为前来参赛的运动员及嘉宾提供优质志愿服务。

共青团钦州市委员会宣传部部长梁艺桦介绍,钦州市从北部湾大学、钦州幼儿师范高等专科学校等院校选拔出545名学生志愿者,投入各项赛事的服务工作。目前志愿者们已完成线上线下岗前培训、熟悉场地等工作,部分志愿者已开始接待抵达钦州的运动员和裁判员。梁艺桦说。

为了保障学青会各项工作顺利进行,广西按照“馆校对接”工作模式,从32所高校招募了1.5万名志愿者服务