

“**五**项管理”来了·体质

每天一小时校园体育活动、每位学生掌握1-2项运动技能…… 逐步提高体育分值,增加测试项目

中小学生的体质健康问题是一个老生常谈的问题。每一年,伴随着学生体质健康抽测数据的发布,总会引起一阵热议。体重超重、视力不良、速度不够、力量不足……每一个话题都引人深思。如何让学生动起来,提高自身身体素质,养成终身运动的习惯,事关学生的长远发展,也关系到国家的未来。而在当下,则事关教育部门、学校、家庭、社会多方责任。

近日,宁波出台《关于加强全市中小学“五项管理”工作的通知》,就加强体质管理做出具体要求,包括严格落实教育部体育课程规定、落实每天一小时校园体育活动时间、让每位学生真正掌握1-2项运动技能、扎实做好学生近视防控工作等。

□现代金报 | 甬上教育
记者 王伟
通讯员 杨阳

不及格率呈下降趋势
数据与现状
但肥胖依然在上升

今年4月,教育部一项针对115万多名在校学生体质健康的抽测数据显示,尽管全国学生体质健康不及格率呈下降趋势,但视力、肥胖相关数据依然在上升中。

记者从市教育局安体处了解到,近年来,市教育局跟踪分析教育部中国学生体质健康网站上的数据发现,宁波学生体质整体的优良率、合格率都在提升。从省教育厅公布的全省高校大一新生(浙江籍高中毕业生)体质健康测试数据看,最近一次的宁波生源学生排名位列全省第二,而在五年前,这个数据是全省第八,这说明宁波高中毕业生的体质状况也在逐年提升。

以2019年省教育厅公布的全省高校大一新生体质健康测试数据情况而言,排名全省前50的普高宁波有14所,排名全省500名以后的普高宁波也有5所。一个有趣的现象是,学校的文化成绩整体上与学生体质成绩呈正比状态,学霸多的学校,学生体质也好。

还有一个现状是,来自教育部的学生体质数据显示,从初一到初三,我国学生的健康体质状况是提升的。到了高中阶段,学生的体质健康水平在高一时最好,但从高一到大学,各个年级的健康水平在逐年下滑。

这体现了两方面的问题,一是学生没有养成良好的健康生活方式和锻炼习惯,二是考试的引导作用比较明显,中考有体育考试,所以初中阶段大家比较重视,高考没有体育考试,高中阶段的学业负担又过重,这些都影响了进入高中以后学生锻炼的积极性。

家庭运动差距大
案例与分析
与家长意识息息相关

这个周末,记者采访了几名小学生和初中生的家长,发现不同孩子在家里的运动锻炼时间差距也比较大。

徐女士的女儿小学五年级,平时做完作业基本上以看书看电视为主,或者去楼下玩耍,双休日有时候会去外面运动一下,但整体来说,运动时间不规律,也不多。徐女士也不是多爱运动的人,所以就想动起来的时候动一动。王女士的儿子小学三年级,每天晚饭后跟着爸爸散步半小时,周末天气不错的话,一家人经常会去爬爬山走走游步道。王女士说,这已经成了一种生活习惯。

初二的女生小熊在家也没有主动运动的习惯,周一到周四作业做完就挺晚了,周末有时间的话更喜欢刷手机,母亲为了让她动一下,给孩子报了一个运动课程,每周五晚上一个半小时。同样初二的男生小宇因为喜欢打篮球,总是会抽时间去小区里的篮球场运动一下,周末不用说,每天打个半小时以上,非周末也总会抽一两天时间饭前动一动。

“养成一种运动的习惯和技能很重要,这和学校有关,也和家庭氛围有关。”宁波市体育名师王亚达分析说,我们可以从《中国家庭孩子身体素质洞察大数据报告》统计中了解到,有超过48%参与调查的家长给孩子报了课外体育培训班,其中一二线城市、家长学历高、家庭年收入较高的占了大多数。王老师说,他身边很多同事、朋友以及学生家长都给自家孩子报了各类体育培训班,应该说,目前宁波家长的培养理念还是很全面合理的。

王老师同时认为三线及以下城市家长则更倾向于给孩子做定期检查、购买营养品来辅助提高孩子身体素质,这点也与家庭收入支出关联度紧密,三线城市的体育培训供需市场也相对薄弱。当然,体育教师的引导也是一方面,尤其2020年疫情期间,体育网课、体育作业逐步扩展,让学生和家长更懂得健康的重要性。

体质管理的一项重要内容
近视防控
需要家校共同努力

为了进一步加强学生体质健康管理,市教育局《关于加强全市中小学“五项管理”工作的通知》(以下简称“五项管理”通知)提出:小学一二年级每周4课时,三至六年级、初中学校每周开设3课时体育课,高中段学校每周开设2课时体育课。学校每学年要举办综合性运动会,运动会项目要覆盖教学内容,参与学生数要达到60%以上。要对每位学生进行专项运动技能评估,评估结果列入体育课成绩,让每位学生真正掌握1-2项运动技能。要落实每天一小时校园体育活动时间。要逐步提高中考集中测试的分值,增加测试项目,通过中考改革进一步引导学校和家长重视体育运动。

体质管理中还有一项重要工作是扎实做好学生近视防控工作。为此,市教育局“五项管理”通知中还提出,要大力实施硬件配置计划、资源整合计划、特色支撑计划和科普宣传计划,严格落实市级灯光增亮工程、课桌椅优化工程、医校共建近视防控圈、专家定期会诊行动、近视防控特色学校创建、卫生健康副校长特聘计划、学生“明眸亮睛”形象大使评选等十二项行动。以考核工作为导向,着力实现全市学生总体近视率每年下降1个百分点以上工作要求,实现全市儿童青少年视觉健康水平显著提升。

6月6日上午,由宁波市教育局、宁波市卫健委联手打造的宁波市医校共建近视防控圈项目经验交流会在宁波市眼科医院召开。记者从会议上了解到,2020年,宁波启动医校共建近视防控圈,通过多方通力合作,科学护眼,宁波市中小学近视率较上一年下降了1.3%,朝着群防群治的目标迈出了第一步。但是,形势依然严峻,宁波市眼科医院的数据现实,近视出现的年龄越来越小,近视防控的关口已经前移到幼儿园。接下来,市教育局、市卫健委将继续联动,推动全市医校近视防控圈建设。与此同时,学校和家长也需要足够重视近视防控工作,共同推进此项工作。



一名学生在投掷标枪。通讯员供图