

乐见这场“开卷考”卷起来

“

近日,浙江省教育厅确定78个浙江省高中学生体质健康管理典型案例予以公布,此事引起不少家长的关注。青少年身体素质不仅影响个人成长和家庭幸福,更关乎民族未来。树立健康第一的教育理念,实现体育与教育的有机融合,是广大家长、学校和社会的共同期待。加强和改进学校体育、卫生与健康教育工作,提升学生体质健康水平,任重道远。

”



体育健康是学生的“第二成绩单”

少年强则国强。少年儿童的健康不仅关系个人成长与家庭幸福,也关乎国家未来和民族希望。毛泽东同志在《体育之研究》中提出“文明其精神,野蛮其体魄”的著名论断,充分说明体育既能强身健体,又能磨砺意志。实现体育、美育的相互融合、相互促进,可为学生提升综合素质能力、培养发展后劲打下坚实基础。

在目前公示的体育健康典型案例中,杭二中、学军中学、杭州高级中学等名校均在列,也为我们提供了一个学习借鉴的平台,

证明学校、社会都非常重视学生体质健康。此前,杭二中曾出现了全校卷体育的现象,学校、老师、家长都乐见其成。同时,校园体育文化还能塑造学校独一无二的品牌形象,各类体育竞赛与活动的成功举办,既是对学校体育综合实力的全方位展现,也是学校精神风貌、文化底蕴的鲜活诠释。

体育活动作为提升身体素质的直接途径,经由精心设计的校园体育文化活动实施,能显著增强学生心肺功能、壮大肌肉力量、

提高耐力与柔韧性,为学生未来的全面发展奠定坚实的身体基础。体育教育也是培养青少年综合素质的重要手段,对学生提升社交能力、塑造拼搏精神、健全品质等方面都起到至关重要的作用。因此,加强体育教育,推动青少年文化学习和体育锻炼协调发展,帮助学生在体育锻炼中享受乐趣、增强体质、健全人格。

体育健康是学生除学业成绩外的另一张“成绩单”,校园体育健康文化建设以其独特的魅力潜移默化地影响着学生的身心健

康。通过精心规划体育课程,融入多元体育文化精髓,能够有效激发学生的运动热情,培育他们的体育精神,更在无声中锤炼了学生坚韧的意志与乐观的生活态度。加之体育设施的全面完善与细致维护,为学生营造一个既安全又宜人的运动空间,使体育成为他们日常不可或缺的生活方式。让学生在身体机能逐渐提升的过程中,感受体育运动的乐趣和益处,将自主锻炼、终身运动内化为自身的行动自觉。

(易龙吟)

拿好让学生爱体育的密钥

在近日公布的78个浙江省高中学生体质健康管理典型案例中,“趣味”成为一个高频词汇。

在学校体育中,如何让学生从对运动的漠视甚至抵触,转变为热情拥抱体育,一直是教育者们深耕探索的课题。而趣味性,无疑是解锁这一难题的关键密钥,它正以独特魅力让越来越多学生爱上体育。

传统体育教学常因单调的训练模式与严苛的成绩评价,使学生望而却步。但趣味性的融入,如同一束光,照亮了这片略

显沉闷的领域。当体育课堂变身欢乐游戏场,将跑步与接力赛结合,把篮球技巧化作趣味挑战赛,学生们瞬间被吸引,主动投身其中。这种从被动到主动的转变,让体育不再是强加的任务,而是他们渴望参与的趣事。比如,案例中不乏基于“阳光趣运动”的体育创新案例课程,以趣味体育游戏为载体,巧妙将体育教学的“教”与“玩”融合,让学生以个体、小组、团队的组织形式达成目的,培养参与学生的自信、自强、自尊、沟通能力、团队

协作精神和生存适应能力,激发创造思维。

趣味性在激发学生兴趣的同时,也在悄然塑造他们的性格。在趣味十足的团队运动里,学生们学会了沟通协作,明白了集体力量大于个人。一场拔河比赛,让他们懂得齐心协力的重要;一次多人绑腿跑,教会他们相互配合的技巧。这种在欢乐中收获的成长,远比单纯的体育技能传授更具价值。在这种积极氛围下,学生不断挑战自我,运动能力与心理素质都得到了

全面提升。

让体育充满趣味,是让学生爱上体育的核心所在。它让学生在快乐中锻炼,在趣味中成长。希望这些案例的公布,能进一步拓宽社会对体育教育的认知,突破体育教育的边界,使之走出课堂,拓展到课间、课后、社区和家庭中。学校和社区、家庭协作,共同为儿童青少年创造运动的机会和条件,形成融入日常的体育教育氛围,让学生形成体育锻炼的习惯和爱好。

(陈素琴)

“以体育人”有了更多鲜活具象

并希望各地各校认真学习借鉴。近年来,我省通过一系列举措不断加强青少年体育工作,推动青少年体育锻炼与文化学习协调发展,促进青少年健康成长。

在这78个案例中,我们能看见有的学校以温州南拳提升学生精气神、有的学校通过大课间运动负荷方案设计改善学生活力、以体育社团学生重塑精神面貌等等兼具个性与实效的尝试。“以体育人”也在这些典型案例中有了更多彩的面貌。

让学生身上有汗,眼中有光。

体育作为整体教育的一部分,具有从心理上、体格上、道德上、精神上、社会上使个体充分发展的多重功用。通俗来说,体育运动不仅能推动学生体质健康合格率、优良率明显提升,近视率、肥胖率显著降低,更与促进心理健康密切相关。国际心理健康研究显示,定期参与体育活动的青少年,其心理健康问题的发生率显著低于不参加体育活动的同龄人。通过体育锻炼,学生能有效增强抗压能力、自信心和社交技能,这对于缓解因学业压力带来

的心理负担极为关键。

沐浴阳光,心理也会阳光。习近平总书记指出:“提高人的健康素质,青少年是黄金期。”青少年正处于人生的“拔节孕穗期”,体育心理学研究表明,体育运动对人的心理活动所起的作用明显,通过有针对性的运动,可以纠正不良的性格弱点。我们看到这个夏天,最美“中国红”闪耀巴黎奥运。“95后”“00后”中国运动员们,凭借出色的技术和强大的心理素质在奥运赛场上屡创佳绩,向世界展现新时代中国青年的昂

扬风貌。让青少年们在体育锻炼中享受乐趣、增强体质、健全人格、锻炼意志,才能成为德智体美劳全面发展的社会主义建设者和接班人。

让祖国的花园里繁花盛开,需要多方努力、共同呵护。政策的制定、举措的落实、家庭的支持、社会的配合等,离不开地方政府、教育部门、学校及社会各界的共同努力。愿家校社多方协同发力,齐心呵护青少年成长,真正让孩子们动起来,助力孩子成长之路洒满阳光。

(陆英健)