

2035 远景目标

再过十五年

我们来相会

(之十八)

体育,如何更好地“育人”

本报记者 王慧峰



本期主人公

杨扬: 全国政协委员, 北京冬奥组委运动员委员会主席, 中国冬奥会首枚金牌获得者

体育教育的本质是什么?

白天开了一整天的会,晚上睡前打包行李,第二天一早5点多就要赶赴机场,接下来几天要面对的又是若干的会议和活动。

飞行与忙碌,杨扬生活工作中的常态。人至中年,一般人难免力不从心,但出现在人们面前的杨扬总是神采飞扬。她直言,这份从容和自信得益于几十年的运动员生涯。

“希望未来整个社会都能充分认识认识到体育独特的育人功能。”退役后,杨扬并未离开自己钟爱的体育事业,除了担任各大国际体育组织的成员,她还成立了自己的滑冰青少年培训机构,一直关注着青少年体育教育,“事实上,体育的作用被很多老师和家长低估了。”她说。

近日,一份针对115余万在校学生体质健康的调查监测数据显示,全国学生体质健康“不及格率”基本呈下降趋势,视力、肥胖相关数据却在不断上升,青少年体质的总体状况仍然堪忧。“各地的学校里到处都是‘小眼镜’‘小胖墩’。”这些年,杨扬在实际调研走访过程中发现,中小学生的体型、体能、体质问题的确比较突出,而这和学校体育课开不足、开不齐有直接关系。

“单从学校体育课来说,主要问题还是体育在教育中的定位。”杨扬说,受考试评价指挥棒的影响,一些地方的体育课只停留在课堂上,孩子一到升学年,学业压力陡然增大,第一个牺牲掉的肯定是体育锻炼,“小孩子逐渐离开了运动场,减少了体育锻炼,这对他们未来的身体素质打基础,十二三岁才是天赋和能力展现的时候。但国内外的现状是,小孩子到十二三岁该上初中了,也正是放弃体育的时候,这对国内竞技体育人才培养而言,是特别大的损失。”

杨扬曾亲历过这样的遗憾。2013年,她在上海浦东新区创立了全国第一座市场化的专业冰场“飞扬冰上运动中心”。作为一支冰上俱乐部,“飞扬”承担了很大一部分冰上人才的培养任务,有多名选手进入国家短道青年集训队和国家队冰球青年队,曾有一棵天赋很好的“苗子”最终因为升学原因放弃专业训练。“再往上提高,势必要增加训练强度,一定得投入更多的时间,但谁也无法担保说更多的付出就一定能够夺冠。最后家长放弃了,孩子到了中学以后就仅仅把滑冰当成一种爱好了。”这让杨扬痛惜不已。

在杨扬看来,很多小孩子都是被动放弃体育运动,因为学校没有给他们提供展示能力的机会和舞台。为此她曾呼吁,小学、中学乃至大学,应该贯通衔接彼此的体育课程体系,建立健全各类体育项目社团、校队和各类体育项目联赛制度与体系;规划并贯通从小学、初中、高中、高校四级联赛一条龙竞赛体制,打造完整的青少年体育训练体系;将体育社团、校队和联赛体系建设纳入教育部门相关考核指标,并投入经费予以保障。

“教育部门需要和体育部门通力合作,联手举办更多校园体育赛事,促进资源共享,体教结合,为具有天赋的优秀学生运动员打通

都需要教育主管部门在不断地探索和实践中寻找答案。

理想中学校体育的未来什么样?

在课业压力之外,学校体育的边缘化,也在于课程内容的单一、僵化,降低了学生参与的热情。

“如果积极开展体育赛事,将对扭转这一局面起到很大作用。”杨扬认为,青少年体育赛事是发展校园体育的抓手,一来可以让孩子继续运动爱好,二来也是培养校园文化的良好途径。她感叹,现在的教育更多是淘汰制,选出最好的,淘汰最差的,所以大家都努力把自已变好,却忽略了团队意识。而体育赛事正好可以提高学生之间的团队精神,班级间的对抗、校际的对抗,都能培养孩子的归属感,“一个队伍就是一个人和伙伴一起拼、一起哭、一起难过、一起兴奋,如果输了你可以痛苦,但是如果不想接着输下去,回去刻苦训练,这也就是一场体育竞赛给一个人带来的成长”。

但她感到遗憾的是,如今我国大部分体育项目的中小校园联赛,参与的学校和学生还是以小学为主,到了初中和高中,无论赛事数量、参赛队伍、参赛人数都呈现断崖式下降。这导致大量已经在小学阶段培养了运动兴趣和特长的孩子升入初中后,不得不放弃自己的爱好,中断训练和比赛,从而造成我国青少年体育培训体系出现严重“断层”。

运动员出身的杨扬从竞技体育层面分析道:“所有的体育项目,都是在孩子七八岁时培养兴趣打基础,十二三岁才是天赋和能力展现的时候。但我们国内的现状是,小孩子到十二三岁该上初中了,也正是放弃体育的时候,这对国内竞技体育人才培养而言,是特别大的损失。”

杨扬曾亲历过这样的遗憾。2013年,她在上海浦东新区创立了全国第一座市场化的专业冰场“飞扬冰上运动中心”。作为一支冰上俱乐部,“飞扬”承担了很大一部分冰上人才的培养任务,有多名选手进入国家短道青年集训队和国家队冰球青年队,曾有一棵天赋很好的“苗子”最终因为升学原因放弃专业训练。“再往上提高,势必要增加训练强度,一定得投入更多的时间,但谁也无法担保说更多的付出就一定能够夺冠。最后家长放弃了,孩子到了中学以后就仅仅把滑冰当成一种爱好了。”这让杨扬痛惜不已。

在杨扬看来,很多小孩子都是被动放弃体育运动,因为学校没有给他们提供展示能力的机会和舞台。为此她曾呼吁,小学、中学乃至大学,应该贯通衔接彼此的体育课程体系,建立健全各类体育项目社团、校队和各类体育项目联赛制度与体系;规划并贯通从小学、初中、高中、高校四级联赛一条龙竞赛体制,打造完整的青少年体育训练体系;将体育社团、校队和联赛体系建设纳入教育部门相关考核指标,并投入经费予以保障。

“教育部门需要和体育部门通力合作,联手举办更多校园体育赛事,促进资源共享,体教结合,为具有天赋的优秀学生运动员打通

■ 健强的体魄、完善的身心、对体育的兴趣是分数无法带来的。

■ 体育不是玩闹,不是游戏,而是一门学科,是塑造一个民族体魄和精神的学科,有其严肃的科学性和学术性。

■ 让体育运动贯穿孩子成长的全过程,真正成为伴随其终身的生活方式,让每个人尽情享受体育的快乐。

上升通道,使得未来有更多选择。”杨扬说。

“天天有锻炼,周周有活动,月月有比赛”——这是杨扬理想中学校体育未来的样子。

“体育不是玩闹,不是游戏,而是一门学科,是塑造一个民族体魄和精神的学科,有其严肃的科学性和学术性。”杨扬表示,从原来的健身定位、青少年体质健康的定位到青少年整个发展的定位,体育应该发挥重要的作用,赛事或者更加专业一点的支持是非常必要的。

“体育,让我们成为更好的人”

每逢假日,黄浦江畔的滨江大道上常常会出现一大两小骑行飞扬的身影。带着一双儿女骑行,是杨扬一家的保留项目。现在,不到10岁的儿子跟着她骑行30公里不成问题,而5岁的女儿实力也不容小觑,15公里不在话下。

“人格的培养和健强体魄是相辅相成的。”运动员出身的杨扬深知体育锻炼带给人的益处,为人母后着力培养孩子们对运动的兴趣,根据孩子不同的兴趣为他们提供支持帮助,“希望他们能养成运动的习惯”。

“体育锻炼不该只是体育课上的内容。”随着大家的共同呼吁,这几年学校体育慢慢被重视起来了。但杨扬强调,学校体育固然重要,但也不能把孩子的所有体育活动都推给学校,“出于应试教育等原因,学校短期内很难改变执行不到位的现象。我认为社区和家庭应该承担很大一部分责任。”这也是杨扬一直践行的。

在她看来,目前我们过分强调学校和体育课的作用,而忽略了家庭体育教育的重要性。事实上,家长的言传身教对孩子带来巨大影响,一个整天不运动的家长,很难让孩子爱上体育锻炼。这需要进一步提高整个社会的体育氛围。只有当越来越多家长将体育变成生活习惯的一部分,孩子才会在潜移默化中养成体育习惯,体育课也将不再成为支撑孩子体质的唯一支柱。同样,社区体育如果做得好的话,也会是一个很好的补充。

杨扬举例说,在国外,很多家长一到周末就会带着孩子外出参加各种比赛。很多赛事的组织方就是家长,一些有运动特长的家长则会去做教练员,整个赛事很有序,“能让社区文化和孩子的成长发育形成全方位的联系。”

“体育,让我们成为更好的人。”参加过三届冬奥会的杨扬从8岁就开始接触体育,退役后的十几年一直义务做着和体育相关的工作。职业生涯中的奋进与拼搏,退役后对体育事业的奉献与付出,皆因为她坚信,体育本身就是全社会受益的事情,“体育让我变得更积极,让我成为一个更好的人,体育还可以让这世界变得更好。”健身之外、竞赛之外,体育能给予人更多成长,这也正是杨扬从亲身经历中获得的最大感受。

“让孩子爱上体育锻炼!”在杨扬看来,体育课改是一个起点,未来更进一步,还需要家校合作、全社会共同努力,让体育运动贯穿孩子成长的全过程,真正成为伴随其终身的生活方式,让每个人尽情享受体育的快乐。

记者手记

体育教育需要一次全民启蒙

王慧峰

体测,反复训练的长跑、队列和广播体操,或者,干脆就是自由活动,男生打打球,女生散散步,大家一起顺便去个小吃部,这大概是许多人对于学生时代体育课的记忆。

体育课常年被忽视,其中的原因很多,但没有充分认识并发挥体育独特的育人功能,可能是其中最重要的原因。

“体育之效,在于强筋骨,增知识,调感情,强意志”,教育的初级阶段是培养人的技能,高级阶段是提升人的心智;体育的初级阶段是锻炼身体,高级阶段是提升精神境界。体育课的重要性,不只在增强学生体质,更在于它是教育的一部分,会让学生受益一生。不重视体育的教育,一定是有问题的教育,将很难培养未来所需要的人才。

当下,我国的教育正处在一个由“分的教育”转向“人的教育”的艰难转型期,人们有着普遍的纠结和矛盾。从理性出发,没有人会否认“分数不是教育的全部内容,更不是教育的根本目标”,但实际层面,又有几人能真正做到不为“一分”低头?

近年来,我国出台一系列保障学校体育课的政策要求。中共中央、国务院《关于深化教育教学改革全面提高义务教育质量的意见》提出,让每位学生掌握1至2项运动技能。可以说,目前无论是教育部门、学校还是家长,对体育的认知在不断加强,越来越多的人希望孩子能将体育锻炼变成一项生活习惯,受用终生。但显然,力度还远远不够,还没有形成强大的社会合力。

真正实现学校体育教育应有的价值是一项综合性系统性的工程,重视学校体育工作不能停留在口头上。这就要求我们首先要保证孩子们参加体育运动的时间和空间,增强和改进学校体育的评价机制。此外,体育教育需要一次全民启蒙。

很多人都知道体育具有促进大脑发育、骨骼神经的功能,却忽略了运动对人格情绪塑造的价值。作为两个孩子的母亲,杨扬无论多忙都会尽可能陪伴一双儿女,和他们一起锻炼。因为“运动不但有助于孩子的身体健康,也对智力发育、动作协调性、自我保护、社交能力大有帮助,包括运动中也能学习规则意识、团队意识”,并且“健强的体魄、完善的身心、对体育的兴趣是分数无法带来的”。

今年全国两会期间,全国政协委员、江苏省锡山高级中学校长唐江澎在“委员通道”上侃侃而谈的一席话令人深思,效应发酵至今:“学生没有分数,过不了今天的高考;但孩子只有分数,恐怕也赢不了未来之大考”“好的教育应当是培养终身运动员、责任担当者、问题解决者和优雅生活者”……

“今天孩子的全面素质,就是我们国家未来的整体实力,也是我们社会的幸福程度。”执教四十多年的唐江澎说。

如何通过“教会、勤练、常赛”,让学生掌握健康知识和运动技能,进而培育完善的人格,是关乎一个国家和民族未来的大事。同样,体育教育的真谛是什么?通过体育,我们要培养孩子哪些素质?这是每位教育者和每个家庭都需要不断深思的问题。



从党的十九大明确提出“广泛开展全民健身活动,加快推进体育强国建设”的目标,到2019年9月《体育强国建设纲要》出台,再到“十四五”规划和2035年远景目标纲要明确提出2035年“建成体育强国”,体育已成为中华民族伟大复兴的标志性事业。

“少年强则中国强”,而青少年的身心健康关系着国家和民族的未来。

近年来,我国出台一系列保障学校体育课的政策要求,体育课受到了越来越多的关注。习近平总书记强调,要坚持健康第一的教育理念,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,帮助学生在体育锻炼中享受乐趣、增强体质、健全人格、锻炼意志。

体育教育的真谛是什么?未来,体育课会发生怎样的变化?



更多报道见人民政协报 微信公众号