

导读

党的二十大报告提出,人民健康是民族昌盛和国家强盛的重要标志,要把保障人民健康放在优先发展的战略位置,完善人民健康促进政策。儿童健康是人民健康的基础、终身健康的基石,幼儿体育是促进儿童健康的重要手段。动员全社会广泛关注和支

践行儿童友好理念 促进幼儿体育发展

黄快林

党的二十大报告明确提出,“深入贯彻以人民为中心的发展思想,在幼有所育、学有所教、劳有所得、病有所医、老有所养、住有所居、弱有所扶上持续用力”,要“强化学前教育、特殊教育普惠发展”“坚持男女平等基本国策,保障妇女儿童合法权益”。这些制度上的顶层设计和实际工作中的具体要求,为做好新时代儿童工作指明了前进方向、提供了根本遵循。

近年来,“儿童友好”理念备受关注。2021年9月30日,国家发改委联合22部门发布《关于推进儿童友好城市建设的指导意见》,旨在为儿童成长发展提供适宜的条件、环境和服务,切实保障儿童的生存权、发展权、受保护权和参与权。幼儿体育是幼儿的基本权益,我国应进一步践行儿童友好理念,从政策友好、服务友好、环境友好等方面切实推进幼儿体育发展,促进儿童健康成长。

推进幼儿体育政策友好

明确幼儿体育管理职责。长期以来,幼儿体育被业内专家称之为“三不管地带”,因此,明确幼儿体育管理职责,是推进幼儿体育政策友好的首要任务。当前,教育部基础教育司和体育卫生与艺术教育司、国家体育总局群众体育司、卫生部妇幼保健与社区卫生司都负有幼儿体育管理责任,但即便如此,也存在着职责不明、权限不清等缺陷,这在源头上导致幼儿体育发展改革缺乏专属或协同管理的“主心骨”,导致幼儿体育的下行部门对于如何规范、系统地开展工作一度“懵懂”,进而造成专业、系统、跨部门的配套政策迟迟未能出台。为此,应建立主管幼儿体育发展的专属职能部门,统领幼儿体育的系统谋划、整体布局和行业管理,及时、有效地执行国家幼儿体育相关方针政策,对幼儿体育下行部门以及幼儿园的政策实施进行监管和指导,形成上下融通

发展幼儿体育,助力健康湖南高质量发展

谢松林

党的二十大报告提出:“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。”这为推进健康湖南高质量发展提供了根本遵循。儿童健康是中国健康的基石,幼儿体育是促进幼儿健康的重要手段。当前,应通过加强设施建设、强化行业监督、加强人才培养来推动幼儿体育事业,助力健康湖南高质量发展。

加强设施建设,改善幼儿体育条件

好动是幼儿的天性,但如果有良好的条件,幼儿好动的天性就无法得到释放。应进一步加强幼儿体育公共服务设施等各方面建设,发挥政府主导作用,引导全社会加大投入,改善幼儿体育条件,推动我省幼儿体育蓬勃发展。

改善幼儿园和托幼机构的体育条件。按照住建部发布的《托儿所、幼儿园建筑设计规范》的要求,在专用室外活动场地方面,幼儿园人均面积不应小于2平方米,托幼机构人均面积不少于3平方米。目前我省大部分幼儿园和托幼机构离国家标准还有一定距离,乡村的托幼机构和幼儿园条件尤其薄弱。应加大对托幼机构和幼儿园的经费投入,适度向乡村倾斜,促进幼儿体育的普惠和均衡发展。要充分发挥各部门职能,协同治理、齐抓共管,对托幼机构和幼儿园进行全面排查,该整改的整改,该取缔的取缔。

进一步加强社区幼儿体育条件建设。《关于推进儿童友好城市建设的指导意见》指出,要坚持“儿童优先、普惠共享”的原则,“开展儿童友好社区建设”,增加社区儿童“微空间”,鼓励社区打

的幼儿体育管理体系。

完善幼儿体育管理政策。政策就是“指挥棒”,没有系统、明确的政策作为指引,幼儿体育难以有效开展。新中国成立以来,我国在幼儿体育政策上进行了卓有成效的努力,但依然存在不足,包括制度粗糙和阶位不高等问题。在具有强制执行力的法律法规中,幼儿体育多作为一种培养目标一带而过;在具有一定执行力的条例规章中,幼儿体育内容一般为宏观的指导;反而,在部分法律效力较弱的草案指南里,幼儿体育内容更为详尽,但这类政策的执行力不足。未来应在幼儿体育经费投入、幼儿体育器材设施、幼儿体育师资培训认证、幼儿体育产业规范化管理等方面出台更具约束性和执行力的高阶政策,保障幼儿体育权利,促进幼儿身心的全面发展。

推进幼儿体育服务友好

大力发展托幼和幼儿园体育服务。托幼机构和幼儿园是政府提供公共服务的主要场所,也是幼儿体育公共服务的主阵地。当前不管是托幼机构还是幼儿园,体育活动的开展都是短板,亟须加强。政府应将幼儿体育纳入基本公共体育服务的范畴,对托幼机构和幼儿园的体育工作提供有力的支持和监管。如以政府采购的形式为托幼机构和幼儿园提供高质量的体育公共服务;为托幼机构新建、改扩建一批嵌入式、分布式、连锁化、专业化体育场馆设施,提供具有体育特色的全日托、半日托、计时托、临时托等多样化的普惠托育服务;通过入户指导、亲子活动、家长课堂培训等方式,为幼儿家长提供幼儿体育指导服务;鼓励和支持幼儿园开展体育课后服务,等等。

提供普惠的幼儿体质健康测评服务。体质健康是幼儿身心全面健康的重要组成部分和基础,如何以幼儿体育活动改善幼儿体质健康,需先完善幼儿体质健康监测与评价。目前我国虽有3—6岁儿童体测标准,但执行不彻底;1—3岁儿童的

造儿童“游戏角落”。社区是幼儿最主要的活动场所,创设良好的社区幼儿体育环境是促进幼儿体育事业发展的基本保障。应遵循儿童友好城市理念,加快推进社区幼儿体育条件建设,为儿童健康茁壮成长创造适宜的条件,提供优质的服务。

强化行业监管,规范幼儿体育行业发展

针对国内幼儿体育持续升温但监管不严,被称之为“野蛮生长”的状况,教育部2020年9月颁发了《全国幼儿足球活动负面清单》,明令禁止开展幼儿正式足球比赛等不良行为,释放出规范监督国内幼儿体育的鲜明信号。

加快幼儿体育行业标准建设。幼儿体育是一个系统化、专业化的教育活动,需要有科学的课程标准、教材和器材,有经过专业训练的体育老师或教练。2018年6月,北京体育大学、首都儿科研究所和国家体育总局体育科学研究所共同发布了国内首部《学龄前儿童(3—6岁)运动指南(专家共识版)》,首次提出我国学龄前儿童运动的指导原则和具体推荐意见。在此基础上,进一步深化建立科学规范的幼儿体育教育培训指导体系,加快幼儿体育行业标准建设,将推动幼儿体育健康有序发展。

强化幼儿体育行业引导与监管。有效监管是行业健康发展的基础。2021年10月,国家体育总局办公厅发布了《关于做好课外体育培训行业服务监管工作的通知》,明确提出要强化行业监管,促进行业规范有序发展。在幼儿体育市场热度高涨的背景下,体育部门和教育部门要加快出台规范体育培训行业发展的相关政策,严格把关机构准入标准,完善和规范登记、备案、变更和终止程

发挥民族传统文化在培养幼儿体育精神方面的重要作用

张毅

党的二十大报告强调:“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。”万丈高楼平地起。体育强国的铸造,要从娃娃抓起,把基础打牢,培养、塑造幼儿体育精神。这是幼儿园体育的重要目标。

由教育部印发的《幼儿园教育指导纲要》明确指出,在体育活动中,要培养幼儿坚强、勇敢、不怕困难的意志品质和主动、乐观、合作的态度。要根据幼儿的年龄组织生动有趣、形式多样的体育活动,吸引幼儿主动参与。民族传统文化在培养幼儿幼儿体育精神方面可以发挥重要作用。

注重民间体育游戏的传承和保护,让幼儿在欢声笑语中收获体育的活力

“我去南山摘苹果,南山的爷爷抓住了我,三天三夜不放我,把我送进了托儿所,托儿所的阿姨笑眯眯,教我来唱哆来咪。”在70后、80后的童年里,一定还记得这样的顺口溜,这就是跳橡皮筋时为了方便记住每个动作所编的。这样的体育游戏,一根长皮筋就可以,两到三人就能玩,三到五人也能玩,还可以分组玩,通过比赛层层过关,比赛的技巧有跳、摆、碰、绕、挑、勾、踩、跨、压、踢等10多种可以训练儿童协调性和爆发力的动作。它不但可以提升幼儿的弹跳能力、记忆能力,还有身体的平衡性、柔韧性。虽然看似一条简单的绳子,却是一项非常有利于开发幼儿综合能力的运动。

像跳皮筋这样的民间体育游戏还有很多,比

体测标准还是一片空白。此外,动作发展是幼儿阶段体育的主要内容和发展目标,但目前我国政府发布的权威评价体系中均未将其纳入。国家相关部门应该联合完善幼儿体质健康监测和评价,将动作发展作为幼儿体质评价的重要内容,采用信息化手段进一步建立健全幼儿体质健康监测评价制度,严格执行幼儿体质健康检测。

推进幼儿体育环境友好

加快幼儿体育物理环境建设。意大利幼儿教育家洛利斯·马拉古奇说:“环境是孩子的第三任老师。”通过改善场地基础设施促进体育活动的干预措施,已经得到了国际公认的卫生机构的倡导。我国目前的社区和城市体育物理环境均有很大的提升空间。按照“健康中国”“健康城市”的建设要求,无论是公共或私有的体育场馆和运动设施都应免费或优惠向周边学校和儿童开放;鼓励利用城市空闲土地、旧厂房、仓库、老旧商业设施等限制资源建设或者改建全民健身设施;要确保新建小区必须按照一定比例配建公共幼儿体育场地和设施,积极打造城市社区15分钟健身圈;要确保幼儿体育环境的安全,降低污染,提高交通安全系数等。

加强幼儿体育精神文明建设。体育环境不仅包括物理环境,还包括精神文明环境,二者都是幼儿体育重要的影响因素。幼儿体育的精神文明环境包括家庭教育文化、社区体育文化和幼儿园体育文化等。国内外众多研究表明,父母、老师和同伴有规律的身体活动行为能够促进、强化和持续影响儿童良好身体活动,并有助于培养孩子参与身体活动的良好习惯。我国要通过家园合作、社区体育节等方式带动家庭体育、社区体育和幼儿园体育的开展,鼓励体育社会组织的发展,构建政府支持、协会主导、市场为主的新型体育治理体系。广泛开展体育活动,为幼儿体育的发展营造肥沃的土壤。

(作者系长沙师范学院党委委员、副校长、教授,湖南省幼儿体质健康促进研究基地负责人)

序,明确体育培训机构管理职责,引导幼儿体育行业高质量发展。

加强人才培养,提高幼儿体育专业化水平

幼儿体育人才是决定幼儿体育事业高质量发展的决定性因素之一。当前我国幼儿体育快速发展,人才培养滞后严重拉低了行业发展的专业化水平。

鼓励高校开设幼儿体育师资培养专业。现有的幼儿体育从业人员主要来源于体育专业和学前教育专业,体育专业人才缺乏幼儿教育方面的知识和技能,学前教育专业人才则存在体育知识和技能方面的不足。“幼儿体育教师”已经成为社会职业序列当中的“新宠”。但全国与体育和学前教育相关的高校专业里,暂未设置幼儿体育教育专业。我省应引导和鼓励高校开设幼儿体育教育专业,我省应引导和鼓励高校开设幼儿体育教育专业;鼓励有条件的高等院校开设幼儿体育教育专业;鼓励师范学院与体育学院联合培养幼儿体育教培人才;鼓励体校与幼儿园合作办学,夯实幼儿体育教培人才培养基础。

加大幼儿幼儿教师职业素养职后培养力度。目前我省约有1.2万所幼儿园,但专业体育老师不足100人。推动我省幼儿园体育事业的发展,重点在于提高在职幼儿园教师的体育素养。一方面,提高幼儿教师待遇和职后培养力度,缓解我省学前教育底子薄、基础弱、不平衡等问题;另一方面,将体育知识和能力作为职后培养的重要内容,不断缩小民办园师资和公办园师资的差距,建成广覆盖、保基本、有质量的全省学前体育职后培养体系。

(作者系长沙师范学院体育科学学院副院长、副教授,健康中国与幼儿体质促进研究基地研究员)

是习武者基本修养。“狮舞天地回元气,龙腾山河际太平”,传承千年的舞龙舞狮在中国有着广泛的受众,兼具教育价值和文化价值。舞龙舞狮代表了我们民族爱国、吉祥、勇敢的品质。在极具观赏性的龙腾虎跃中,把体育的精气神从每个动作中展示出来。

中华传统体育项目在幼儿园的推广,可以培养幼儿的兴趣爱好,丰富幼儿的精神生活,为孩童张扬个性提供广阔的平台。通过中华传统体育项目弘扬民族精神,可以彰显出极具特色的校园文化育人成效。

弘扬传统体育道德,让幼儿在文化熏陶中感受体育的魔力

中国最早的教育项目是“六艺”:礼、乐、射、御、书、数。春秋战国时期的思想家们,在对“六艺”的教学中都赋予了体育的文化内涵。孔子在教导弟子进德修业的秩序和方法讲:“志于道,据于德,依于仁,游于艺”,把精通射、御等体育技艺作为学生全面发展的的重要组成部分。

中华传统体育道德旨在塑造理想而健全的人格。幼儿是人生成长的起步阶段,幼儿体育精神的培养在一定程度上起到了对人类崇高精神、民族优秀文化的认知培养作用。从“夏练三伏,冬练三九”的个人意志品质的塑造,到“为国争光、无私奉献、科学求实、遵纪守法、团结协作、顽强拼搏”为重要内容的中华体育精神,充分重视和发展幼儿体育精神的培养,是体育报国、体育强国的必由之路。

(作者系长沙师范学院体育科学学院教师,湖南省幼儿体质健康促进研究基地研究员)

打造“体育+”新平台 夯实留守儿童健康基石

陈捷

党的二十大报告指出,要“建成教育强国、科技强国、人才强国、文化强国、体育强国、健康中国,国家文化软实力显著增强”。体育强国、健康中国,儿童是重要的基石。2021年,国家卫健委发布《健康儿童行动提升计划(2021—2025年)》,强调以留守儿童等弱势群体为重点,实施农村儿童早期发展项目,促进儿童早期发展服务均等化。随着乡村振兴战略的深入推进,我国农村留守儿童的物质性贫困问题已基本得到解决,但在发展性方面,还存在安全需要、归属与爱的需要、尊重需要、自我实现需要等方面的缺失与不足。

农村留守儿童地区应发挥体育综合带动效应,联合社区、学校、家庭,通过打造区域特色体育活动、开展校园特色体育文化活动、营造云上亲子体育新风尚等方式,实现体育工作与留守儿童工作深度融合,打造“体育+”新平台,夯实农村留守儿童健康基石。

以农村社区为单位,打造“体育+社区”新空间,满足留守儿童多元化的健康需求

如何解决留守儿童群体的健康成长问题,是乡村振兴中绕不开的话题,也是实现乡村全面振兴的一个关键。留守儿童聚集地区,儿童运动多具有鲜明的地域性特征和悠久的历史文化传统,需整合当地的特色体育文化资源,进一步做好留守儿童工作。

2018年,“小篮球”旋风登陆湘西土家族苗族自治州村落社区,通过专业的志愿者进社区宣教、篮球训练及联赛等形式,让农村留守儿童开始了自己的体育运动“大梦想”。“小篮球”项目秉承“以体育人”的公益理念,连续四年持续关注农村地区体育发展,有效缓解了农村留守儿童体育活动缺失的问题,同时让孩子们在运动中享受乐趣、增强体质、健全人格、锤炼意志,运用体育疏导一些留守儿童身上存在的心理孤僻、手机成瘾等问题,满足了留守儿童多元化的健康需求。政府和社会各界可以参照“小篮球”项目的发展模式,定期组织开展区域特色体育活动,通过体育赛事、群众性体育活动等吸引留守儿童广泛参与其中,让他们的“少年心事”有所依托,让他们的生活更加丰富多彩。

以村镇级学校为堡垒,打造“体育+学校”新范本,释放留守儿童的天性与活力

学校是青少年接受教育的重要场所,也是关爱和教育农村留守儿童的主阵地。由于年龄

关注幼儿身体活动

张利芳 周亮

党的二十大报告强调推进健康中国建设,并要求把保障人民健康放在优先发展的战略位置,完善人民健康促进政策。幼儿健康是终身健康的基石,也是健康中国建设的起点。骨健康为全生命周期“三健康”(口腔健康、骨骼健康、体重健康)的重要内容,被称为“具有老年期影响的儿科疾病”。因此,重视幼儿骨健康,对处于终生骨密度形成的关键敏感期,亦称“骨银行时期”的幼儿来说,具有十分重要的意义。

现代经济社会发展导致幼儿生活方式发生了很大的变化,幼儿身体活动和运动时间减少、久坐不动和屏幕时间在幼儿作息中的占比逐渐攀升,不健康的饮食习惯导致的营养缺乏等都为幼儿骨骼发育不良,为日后的形体不端(“小胖墩”“小豆芽”)、骨质疏松和慢性疾病等发生埋下祸根。重视幼儿运动作息行为的改变,提高幼儿骨骼健康发展,从以下几方面亟待引起重视。

重视政策引导,制定我国幼儿24小时运动作息行为指南

我国的《幼儿园工作规程》《3—6岁儿童学习与发展指南》等文件对学龄前儿童身体活动已有较为明确的指导性意见。2020年由国内部分学者联合发表的《学龄前儿童(3—6岁)运动指南》专家共识版也对幼儿运动进行了大致的勾画。但是上述文件一是操作性还不够强,二是没有形成包括运动、睡眠、静坐行为等多种幼儿身体行为的连续性指导。24小时运动作息行为是一个包括睡眠、静坐行为和身体活动(从无或低强度运动一直到高强度运动)所组成的连续统一体,被认为是针对儿童的最佳健康干预模式。2016年加拿大发布了世界上第一个以24小时运动作息行为为指导原则的《24小时儿童青少年身体活动指南(5—17岁)》。我们应该在上述国内文件的基础上研制有我国特色的幼儿24小时运动指南,作为学校、家庭进行幼儿养育的指导性文件,促进幼儿的身体健康发展。

开展普及教育,推广骨健康获益的幼儿身体活动内容

目前,人们对幼儿肥胖的关注较多,因为肥胖的健康危害比较明显,而对幼儿骨密度的关注较少。因此,如何进行幼儿骨健康的普及教育非常重要。我们应在增强增加身体活动,防止幼儿肥胖的同时,力争幼儿的身体健康获得代谢和骨健康的双重红利。骨组织是一种有生命力并按力学原理组成其内部结构的特殊组织,不同强度和类型的身体活动对骨组织施加不同大小压力或拉力而导致骨密度应力的变化,因此运动项目和运动强度是影响骨组织重构的重要因素。刺激骨密度良好改善的运

差异、文化素质差异、代际沟通障碍等原因,祖辈通常很难在心理和学习两方面对留守儿童进行教育。由于长期缺少父母的关爱陪伴,留守儿童内心极度容易缺乏安全感和归属感,久而久之可能导致他们出现性格执拗、自我封闭等心理问题。

学校应该成为满足留守儿童归属感需要、尊重需要和自我实现需要的平台。第一,学校可以效仿精准扶贫政策,对留守儿童建档立卡,做到心中有数。第二,学校可以制定符合儿童成长规律、契合儿童兴趣的体育特色活动。组织好、实施好符合他们年龄段的体育活动,不仅有助于增强他们的身体素质,也有助于补充他们因为“留守”而造成的情感缺失、自信缺失、社交缺失。第三,客观来说,村镇级学校在体育教育师资、财政、设施等方面存在客观现实困难,应当积极主动寻求帮助,全面加快农村学校体育教育的发展质量。当前,国家在教育、财政、师资等方面对弱势地区、弱势群体都有政策倾斜,很多研究机构、高校也有针对留守儿童教育的研究项目。乡镇级政府应该多给机会、给平台、给政策,充分发挥社会、政府与学校之间的合力,实现社会关注、关心、帮助留守儿童的“雁阵效应”。

以家庭为细胞,打造“体育+互联网”新载体,让运动健身成为留守儿童成长的生活方式

家庭教育亲情缺失、学校教育安全缺失和社会教育空白等,是产生留守儿童心理问题的主要原因。解决留守儿童问题,不能忽视家庭的主体、本位作用。随着科学技术的发展和广泛应用,在外务工的父母和留守家乡的子女可以通过视频等手段实现线上实时互通。但在实践过程中,不少留守儿童反映和父母的视频电话“好像没什么好说的”。因为长期缺乏陪伴与呵护,父母与子女中间隔了一道“心墙”,难以在情感上产生共鸣。因此,解决留守儿童与父母的沟通,“云端见面”的效果并没有我们想象中的大。

科技赋能体育,为解决留守儿童父母关爱缺失,缺位提供了可能。智能体育运动平台,为父母和子女的沟通打开了一扇新的大门。借助AI平台,家长不仅可以辅助录制、监督指导,更能通过双人游戏参与家庭体育,进行亲子锻炼,促进亲子沟通。科技赋能与运动参与的融合创新,为农村留守儿童提供了线上的“健康供给”。父母是孩子的第一任老师,应当树立留守儿童父母的责任意识,通过“体育+”这种线上线下同步、父母子女共同参与的形式,有效拉近农村留守儿童和父母之间的距离,促进留守儿童身心健康成长。

(作者系长沙师范学院体育科学学院院长、教授,健康中国与幼儿体质促进研究基地首席专家)

促进骨骼健康成长

运动强度有一个最大阈值,在最大阈值下运动强度越大,其对骨密度增加的效益越广。一般认为中等强度的运动是增加幼儿骨密度的最为安全且有效的方法。另外,高冲击力的身体活动项目(如跑步、啦啦操和体操)比其他一些运动(如游泳)更容易对幼儿骨发育带来积极影响。

加强监管监督,确保幼儿户外活动时间

户外活动除了能刺激骨应力性发育外,还能促进维生素D合成和钙吸收并因此增加骨密度。要优化规划设计,建设儿童友好型城市和社区。儿童友好型城市和社区建设是集合教育、卫生、建筑、规划等多学科的系统工程,友好的社区环境有利于形成儿童户外活动习惯。友好型城市和社区是需要政府在监督和引导下进行的民生工程,在实际建设中,北京、深圳、南京和杭州等城市已经开始对儿童友好型城市建设进行探索并纳入发展规划。要落实幼儿园的幼儿户外活动时间安排,《幼儿园工作规程》规定,幼儿园在园幼儿每天户外活动时间(包括户外体育活动时间)不得少于2小时,寄宿制幼儿园不得少于3小时。但是,部分幼儿园因为户外场地有限、担心户外活动的安全隐患、师资不足等多方原因而减少幼儿户外活动时间。

建立健康饮食习惯,加强幼儿骨密度监控

运动和营养是骨骼健康发育的两个方面,现代社会,造成幼儿营养缺乏的原因不是食物不够,而是垃圾食品摄取和偏食。要落实幼儿园的营养师配比,科学合理制定带量食谱;利用家校共育平台,加强营养普及宣传,保证幼儿家庭的科学合理营养,纠正幼儿饮食习惯,特别是注意优质蛋白和钙源补充;减少垃圾食品摄取,特别是碳酸饮料会引起骨钙流失,对幼儿必须严格控制。相对于代谢性肥胖而言,幼儿骨健康未引起足够重视,也未纳入幼儿的常规健康检查内容。建议在幼儿健康监控中加入骨健康指标,对部分骨骼发育有缺陷的幼儿及时补充钙剂。

(作者分别系长沙师范学院体育科学学院副教授、健康中国与幼儿体质促进研究基地研究员,长沙师范学院科研处处长、教授)

