

# 不断提升学生体质健康水平

■赵婀娜

青少年是国家的未来和民族的希望。习近平总书记强调:“少年强、青年强则中国强。少年强、青年强是多方面的,既包括思想品德、学习成绩、创新能力、动手能力,也包括身体健康、体魄强壮、体育精神。”青少年身体素质事关个人成长、家庭幸福、民族未来,只有积极参与与体育健身运动,强健体魄、砥砺意志,凝聚和焕发青春力量,才能为中华民族伟大复兴作出应有贡献。

曾经一段时间,校园中“小胖墩”“小眼镜”发生率有所上升引发各界关注。一些地方的校园体育,存在“说起来重要,做起来次要,忙起来不要”的问题,课时开设不足、活动组织滞后、场地设施短缺、师资力量薄弱等问题也成为困扰不少学校体育教育发展的现实难题。树立健康第一的教育理念,实现体

育与教育的有机融合,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,成为广大家长、学校和社会的共同期待。

近年来,随着政策措施牵引带动,学生体质与健康水平不断迈上新台阶。学生身高、体重、胸围等形态发育指标持续向好,学生肺活量水平全面上升,中小学生柔韧、力量、速度、耐力等素质出现好转,学生营养不良状况持续改善……不久前,由教育部、国家体育总局、国家卫生健康委、国家民族事务委员会、科技部、财政部联合开展的第八次全国学生体质与健康调研情况公布。结果显示,我国学生体质健康达标优良率总体呈上升趋势,学生体质与健康水平持续提高。

这一成果的取得,离不开各地各校对学校体育工作的重视。在育人实践中,为促进学生德智体美劳全面发展,

各级各类学校深化体教融合,推进学校体育教学改革,推动青少年文化学习与体育锻炼协调发展。通过完善“健康知识+基本运动技能+专项运动技能”体育教学模式,推进一校一品、一校多品建设,强化体育课程开设刚性要求,不削减、挤占体育课时间,体魄强健正在成为新时代学生的标配,健康活力正在成为校园新风尚。

也要看到,学生体质健康提升的同时,学生视力和近视率偏高、学生超重肥胖率上升、学生握力水平有所下降、大学生身体素质下滑等问题仍较为显著。精准把握学生体质与健康的影响因素,靶向施策,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,依然任重道远。

学生体质和健康监测看重的不只是数据变化,更重要的是提示人们,健康教育不只体现在体育课上,更是一项

系统工程。近年来,把青少年健康和学校体育纳入地方政府的考核指标,把健康第一作为学校工作的出发点和落脚点,与青少年体质健康相关的文件密集出台,相关政策不断细化完善。最近,教育部等五部门联合印发《关于全面加强和改进新时代学校卫生与健康教育工作的意见》,进一步将学校健康教育的内容规范化系统化。无论是引导树立正确的健康观,还是构建面向人人、人人有贵的健康教育体系,相关要求体现了提升学生体质健康工作的系统性和综合性,不仅立足当下,更着眼长远。

奋进新征程,广大青少年学生要多参加体育锻炼,为未来的持续奋斗打好身体的底子;学校要把全面提升学生健康素养纳入高质量教育体系,为学生健康成长和终身发展奠定基础,努力为教育强国、体育强国和健康中国增色添彩。(据《人民日报》)

## 疫情通报

### 截至9月20日24时 新型冠状病毒肺炎疫情最新情况

9月20日0时~24时,31个省(自治区、直辖市)和新疆生产建设兵团报告新增确诊病例72例。其中境外输入病例30例(云南12例,上海6例,江苏3例,广东3例,黑龙江2例,浙江2例,福建2例),含4例由无症状感染者转为确诊病例(浙江2例,福建1例,广东1例);本土病例42例(均在福建,其中厦门市36例、莆田市5例、泉州市1例)。无新增死亡病例。新增疑似病例2例,均为境外输入病例(均在上海)。

当日新增治愈出院病例34例,解除医学观察的密切接触者241人,重症病例较前一日增加2例。

境外输入现有确诊病例541例(其中重症病例5例),现有疑似病例4例。累计确诊病例8843例,累计治愈出院病例8302例,无死亡病例。

截至9月20日24时,据31个省(自治区、直辖市)和新疆生产

建设兵团报告,现有确诊病例980例(其中重症病例12例),累计治愈出院病例90194例,累计死亡病例4636例,累计报告确诊病例95810例,现有疑似病例4例。累计追踪到密切接触者1180972人,尚在医学观察的密切接触者16206人。

31个省(自治区、直辖市)和新疆生产建设兵团报告新增无症状感染者13例(均为境外输入);当日转为确诊病例4例(均为境外输入);当日解除医学观察14例(均为境外输入);尚在医学观察的无症状感染者349例(境外输入340例)。

累计收到港澳台地区通报确诊病例28375例。其中,香港特别行政区12165例(出院11874例,死亡213例),澳门特别行政区63例(出院63例),台湾地区16147例(出院13742例,死亡840例)。(据国家卫生健康委员会官方网站)

## 9月20日

### 河南省无新增确诊病例、无症状感染者

9月20日0时~24时,全省无新增确诊病例、无症状感染者、疑似病例,2例确诊病例治愈出院(本土确诊病例1例、境外输入确诊病例1例)。

2021年7月31日至9月20日24时,全省累计报告本土确诊病例167例,累计出院本土确诊病例158例。目前在定点医院隔离治疗的确诊病例9例。

2020年1月21日至2021年9月20日24时,全省累计报告确诊病例1539例(本土1440例、境外输入99例),现有住院病例20例(本土9例、境外输入11例)。尚在医学观察的无症状感染者4例(境外输入4例)。累计追踪到密切接触者44980人,正在观察的密切接触者51人。(据河南省卫生健康委员会)

画中有话

## 桂蕊飘香



“故园应露白,凉夜又秋分。”《2021年中国天文年历》显示,北京时间9月23日3时21分将迎来“秋分”节气。此时节,天高云淡,露冷风清,鳬雁高去,桂蕊飘香。

新华社发 徐骏 作

## 怀揣梦想 勇敢拼搏

■何娟

独臂游泳运动员奋力向前,盲人跑者努力冲刺,轮椅网球选手潇洒挥拍……在第十六届残奥会上,来自中国的残疾人运动员自强不息,为祖国和人民赢得了新的荣誉。他们挑战极限、顽强拼搏的精神风貌,感动了无数人。

赛场上的胜负,不仅是竞技能力的比拼,更是精神意志的较量。在东京残奥会上,为中国摘得首金的李豪在落后时告诉自己:“要沉住气,击好每一剑”;在铁人三项比赛中创造历史的王家超说:“我坚持到最后,已经拼尽了全力”;女子铁饼运动员董飞霞表

示:“每一次比赛都要争取比上次扔得更远”……拼到最后一刻的顽强,不断超越自我的坚定,彰显着中国运动员的风采。他们用行动证明,怀揣梦想、勇敢拼搏,一切皆有可能。

“残疾人是社会大家庭的平等成员,也是人类文明发展的一支重要力量。”在田径赛场上,盲人选手刘翠青在领跑员徐冬林的牵引下成功卫冕,他们相互信任、相互成就的故事让人动容。最好的关爱是尊重,最好的致敬是行动。给予残疾人更多尊重与平视,学习他们的精神,尊重他们的梦想,与他们携手并进,这也是残奥会留给我们的珍贵启示。(据《人民日报》)