

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，学生视力不良和近视率偏高、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、人人有责的健康教育体系，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。

（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，鸿雁高去，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拼搏，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》）