

## 如何应对“小眼镜”、“小胖墩”越来越多？

## 市政协委员建议从幼儿抓起

本报记者 李一平

少年强则国强，儿童青少年是祖国的未来、民族的希望，儿童青少年是否健康成长关乎国家的前途和命运，关乎民族的兴衰和复兴。但近年来，我国儿童青少年中“小眼镜”、“小胖墩”、脊柱侧弯等健康问题居高不下，体质健康状况不容乐观。在近日召开的上海市政协十三届四次会期间，来自体育界的杨薇、余诗平、王晨以及朱东四位政协委员将目光再次聚焦加强幼儿体育上，针对幼儿体质健康问题建言献策，着力推动上海幼儿体育教育发展。

## 儿童青少年近视肥胖防控形势十分严峻

近视已经成为世界难题，我国儿童青少年近视防控形势尤其严峻。2018年全国儿童青少年总体近视率为53.6%。2020疫情期间近视增长率达11.7%，其中小学生的近视率增加了15.2%、初中学生增加了8.2%、而高中学生增加3.8%，目前我国近视人数已接近7.5亿，居全球首位。与之相似的，由于缺乏健康的作息和适度的运动，我国的幼儿肥胖率和近视率同步增高。据《中国居民营养与慢性病状况报告(2020年)》显示：6-17岁、6岁以下儿童青少年超重肥胖率分别达到19%和10.4%。

在这样的大环境下，不仅家长对于青少年体质、青少年体育的关注度逐年增高，中共中央办公厅、国务院办公厅、国家卫健委、教育部、体育总局

等部门出台的《健康中国2030规划纲要》《青少年体育活动促进计划》《体育强国建设纲要》《关于深化体教融合促进青少年健康发展的意见》《关于全面加强和改进新时代学校体育工作的意见》等文件中，都极为关注儿童青少年的体质健康问题。树立健康第一的理念，促进儿童青少年体育锻炼和运动技能培养，提高儿童青少年体质健康水平已逐渐成为全社会的共识。

幼儿期的体质健康水平是儿童青少年体质健康发展的基础。幼儿阶段儿童身体形态和神经系统发展迅速，是平衡能力、协调能力、灵敏性发展的关键时期，这些能力充分发展，能促进幼儿神经系统和脑功能的完善。针对如何尽早干预，通过体育教育帮助幼儿身心健康，上海体科所副所长王晨建议，可以组织开展常态化幼儿体质测试、评价工作，及时掌握幼儿体质发展的基本特征和变化趋势，及早实施干预。从娃娃抓起，加强幼儿身心特征研究，有针对性地开展基本动作技能学习，为今后进行体育运动，学习运动技能，提高体质健康打下重要基础。

## 幼儿体育的重要性认识程度不断加强

目前，社会上对于幼儿体育重要性的认识程度在不断加强，幼儿园更加注重体育活动和体育游戏相结合，在发展幼儿基本动作能力的同时也注重个性化培养。社会化的幼儿体育培训机构也逐渐增多，为幼儿参加校外体育活动提供了更多选择。上海市体育局青少(科

教)处副处长杨薇则认为，一方面可以在师范和体育院校加强幼儿体育专业教师培养，提高幼儿园体育专项教师数量和教学水平。另一方面，发挥上海市青少年体育协会等行业协会力量，加强对幼儿体育社会机构从业人员的培训，规范市场；同时可以积极组织开展各级各类线上线下幼儿体育活动和亲子活动，营造社会和家庭关心支持幼儿健康发展的良好氛围。

在幼儿体育发展方面还存在一些亟待解决的问题：幼儿体育活动开展中因过度保护，以及教师不会教、不敢教等综合因素影响，开展的体育活动难度偏低；适合幼儿生长发育特点的体育活动和体育游戏还不够丰富；幼儿体育师资数量不足，专业性不强；社区健身场所缺乏适合幼儿体育活动的设施；幼儿体质监测和评价还未广泛开展等。

针对这些问题，上海体育学院教授朱东建议，从学校层面可以创新和优化幼儿体育课程体系，推进快乐体操、趣味田径、小篮球、小足球等项目进幼儿园，倡导趣味化发展，探索适合上海3-6岁幼儿的运动指南。上海市体育局规划产业处(法规处)处长余诗平认为，可以适当加强加强儿童友好型社区建设，在建设社区配套设施时因地制宜配置幼儿体育活动设施，为幼儿体育活动提供“家门口”的适宜场所。

青少年体质健康“从娃娃抓起”，四位体育界政协委员立足幼儿体育教育，着力推动青少年全面发展。



幼儿运动有哪些益处？怎么教0到6岁的孩子做运动？随着越来越多的二孩诞生和健康意识的增强，幼儿体育越来越成为社会关注的热点。1月23日，上海市青少年体育协会2020年度幼儿体育工作研讨会在华东师范大学体育与健康学院举行，来自学界和业界的专家学者齐聚一堂，共谋“十四五”开局之年的申城幼儿体育发展。

专题撰稿 本报记者 丁荣

## 学界、业界专家学者齐聚一堂共谋幼儿体育发展

## 探索上海幼儿体育发展新模式



上海市青少年体育协会2020年度幼儿体育工作研讨会召开



本次研讨会由上海市体育局指导，上海市青少年体育协会主办，华东师范大学体育与健康学院、上海市青少年体育协会幼儿体育分会承办，旨在总结2020年工作，切实谋划2021年工作，加快推进本市幼儿体育工作的发展。上海市体育局原巡视员、上海市青少年体育协会专家组组长郭蓓，上海市体育局青少(科教)处处长张漪，上海市青少年训练管理中心副主任、市青少年体育协会秘书长周战伟，华东师大体育与健康学院院长汪晓赞，上海体育学院休闲学院院长王红英，小小运动馆中国总经理、市青少年体育协会幼儿体育分会副会长胡巍，英士博体育总经理、市青少年体育协会幼儿体育分会副会长程亮，翰峰体育总经理、市青少年体育协会

幼儿体育分会副会长沈冰峰等领导与专家出席研讨会。

上海体育学院教授、上海市青少年体育协会幼儿体育分会会长陆大江做市青体协幼儿体育分会2020年工作总结。在过去的一年，上海市青少年体育协会幼儿体育分会围绕培训师、创办赛事、丰富活动三个方面，做了一系列工作。全年共完成了两期115人的幼儿运动指导师培训(认证)班和一期92人的亲子运动指导师培训(认证)班。在市体育局、市妇联指导下，市青少年体育协会联合市家庭教育研究会，依托市少儿体育联赛平台，共同开展以“居家总动员，一起来战疫”为主题的2020年市少儿线上运动亲子赛，共计327组青少年家庭1000名青少年儿童参赛。在市体育局、市教育委员会

指导下，组织开展2020年市少儿体育联赛(线上赛)，共计有15家单位办了16场幼儿组赛事，17家单位办了19场亲子组赛事，参与的少年儿童超过5000人次。在市青少年体育协会牵头组织的市青少年体育周末营增设适合幼儿的体育运动项目，共有五家社会机构专为幼儿提供五个项目的19期周末营，服务幼儿人群超过6000人次。据统计，目前市青少年体育协会团体会员中共有51家会员从事3-6岁幼儿体育教育培训机构，共有88个培训网点覆盖13个区，涉及34个体育项目，目前在训幼儿小会员约1.5万人。

在交流互动阶段，与会专家各抒己见，为新时代上海幼儿体育发展建言献策。黄浦少体校校长、上海市青少年体育协会副秘书长冯奇建议在幼

园评价机制中纳入幼儿体育，并评选一批运动特色幼儿园。上海体育学院休闲学院院长王红英建议家庭、学校、社会力量三方联动，发挥各自优势，进一步推动幼儿体育发展。华东师大体育与健康学院院长汪晓赞提出了社区体教融合模式，建议体育与幼儿园其他课程整合，进一步促进幼儿体育发展；建立幼儿基本动作技能测评，及时发现、干预幼儿动作发育迟缓、多动症等现象；建立大数据库，形成从幼儿园到小学、初中、高中的青少年体质健康检测系统。

上海市体育局原巡视员、上海市青少年体育协会专家组组长郭蓓全面回顾了“十三五”时期上海幼儿体育的发展，认为幼儿体育“起步晚，发展空间巨大”，正迎来建国以来最好的发展

机遇期，建议在做行业标准引领示范、培训师课程、行业服务、科学研究、宣传普及、资源整合方面进一步加强理论研究、实践探索与社会普及。

上海市体育局青少(科教)处处长张漪表示，“十四五”期间，上海市体育局将进一步探索全球著名体育城市的幼儿体育发展。张漪认为，幼儿体育的发展离不开“家庭、学校、社区、社会”四位一体的工作模式。学校的关键词是“课程”，要进一步加强学校课程开发，探索幼儿体育师资培训；家庭的关键词是“指导”，要通过宣传指导，增强家长对幼儿体育的认识；社区的关键词是“设施”，要提升社区生活圈的幼儿体育设施建设；社会的关键词是“组织”与“活动”，要进一步丰富幼儿体育活动。