2022年12月21日 星期三
本版编辑 郭知欧
上海 Oriental Sports Daily 东方体育日报

青少年攀岩进校园、户外进校园项目课程有序推进

让青少年安全体验户外运动

“少年强中国强，体育强中国强”，青少年体育在体育强国建设中占据着战略性、基础性地位。通过大力发展青少年体育，让广大青少年掌握一至两项体育技能，为群众体育发展奠定牢固基础，为竞技体育后备人才选优提供巨大空间，也会带动体育产业的快速发展，从而最终实现建设体育强国的目标。自上海市登山户外运动协会青少年专业委员会筹委会正式成立以来，协会长久关注青少年的成长与发展，并提供相应的专业条件及资源，致力让更多的青少年能接触户外、了解户外，收获安全地体验户外运动带来的乐趣。

行业领旗人

户外运动进校园项目是2019年上海市登山户外运动协会响应国家体育总局制定青少年体育“十三五”规划中提出的“加强青少年体育、完善青少年体育公共服务体系、强化竞技体育后备人才培养“的战略，牵头发起的专项活动。户外技能课程与攀岩课程旨在培养青少年的户外运动能力，推动上海市青少年体育实现高质量、高效率、可持续发展目标。通过在全市重点小学推广户外技能与攀岩课程，提升学生的户外运动兴趣、拓展视野，通过学习正确的技能让每个孩子都能尽享自然。项目经过多年的运作和打磨形成了一系列标准的模块化课程。

每个寒暑假都是一次对课程前期教学情况的总结和优化，也是对新学期的课程安排和准备的窗口。课程内容的修订、授课方式的优化、师资力量的培训、新签合作学校的物资准备、新学期的师资调配……大量的工作都会在进校园后的每个假期进行沉淀与升华。

专业培训优质师资团队

好的课程还需要好的老师，在师资力量准备上，根据各学校的课程需求合理调配师资资源，同时不止步于现有的优秀师资团队，不断精进业务能力与精英扩充，针对师资的继续教育和考评也在紧锣密鼓地进行中。只有通过不断地学习与反思才能保证课程质量的持续优化。

落实执行严谨有序

巧妇难为无米之炊，教具和场地的检查和准备也是必不可少的内容。设备经过一个暑假的放置，功能是否还齐全？安全性是否有影响？数量是否足以应对新学期的课程？一项项内容都需要到各个学校现场逐一清点和落实。户外运动涉及到大量的装备和设施，安全始终是工作的重中之重。

梯队建设直达竞训渠道

众所周知，上海市攀岩队在去年第十四届全国运动会攀岩项目中，取得一金一银的好成绩。上登协在攀岩进校园课程中注重兴趣培育与人才选拔并行，通过提供更多攀岩比赛的机会，使孩子有展示与进步的平台，并可直接选拔比赛成绩优秀的孩子，进行梯队训练、专业队训练，在上海市、全国乃至世界级的比赛中绽放光彩。

在不断的努力下，协会青少年工作近几年取得了一定的成绩，进校园各项工作稳步开展。协会完善攀岩进校园、户外进校园项目课程体系，以优质的师资团队、专业的教学大纲、全面的宣传模式、评优的奖励体系推动攀岩课程、户外课程进校园工作的有序开展。开展校园课程以锻炼体质、培养兴趣、学习技能、输送人才为主要目的，为上海市青少年攀岩队及其梯队的建设打好基础；在2022年新学期的课堂上，更是总结了过去一年的授课情况，增加了体适能的课程内容，为孩子们更好地学习与掌握攀岩技能打下基础。

上海市登山户外运动协会也将持续发挥自身优势，引领行业发展，并致力于户外知识和技能在学校的推广，让更多的孩子爱上自然、走向山野，文明精神而野蛮体魄。

上海市登山户外运动协会
微信扫描二维码，关注我的公众号

公益户外

2022年上海市户外技能校园导师首期培训班顺利结束

规范提高户外师资力量

随着户外运动进校园不断发展，专业的户外技能校园导师成为必需人才。由上海市登山户外运动协会主办的上海市户外技能校园导师首期培训班，于在2022年10月22日-23日顺利开班。

本次培训响应国家体育总局制定青少年体育“十三五”规划中提出的“加强青少年体育、完善青少年体育公共服务体系、强化竞技体育后备人才培养”的战略，牵头开发课程并发起的专项培训。

户外技能课程与攀岩课程旨在培养青少年的户外运动能力，推动上海市青少年体育实现高质量、高效率、可持续发展目标。通过在全市重点小学推广户外技能与攀岩课程，让更多的孩子爱上户外运动、并学会在享受户外运动前提下保护自己与他人安全，经过多年的运作和打磨具备一定规模。

来自本市的户外运动爱好者，户外、营地及攀岩行业的从业者、准备从事校园户外技能导师工作相关人员的13名学员参加了培训。培训内容涵盖校园导师职责与素养、形象礼仪、儿童的身心发展特点、校园课程游戏构建原理、校园课程教学安全管理、教学设计、教案编写、校园课程控场技巧及要素、户外技能基础知识、体验式学习理论与实践、校园课程引导反思技术、校园导师的修养养成等等。

参与上海市户外技能校园导师培训并获得相关资质，是成为户外技能进校园课程导师的基本门槛。同时该培训为规范与本市户外技能进校园课程导师的师资水平迈出了重要一步。

▲上海青少年应急安全主题体验营活动

▼首届“一年一度体娱嘉——逐光而行，踢出精彩”活动

“奔跑吧，安全君”上海青少年应急安全主题体验营圆满收官

掌握技能 拓展视野

11月12日是入冬以来至暖的一天，同时也迎来2022年上海12355“青春守护季”暨“奔跑吧，安全君”上海青少年应急安全主题体验营活动。本次活动由团市委作为指导单位，闵行区团区委作为主办，在闵行文化公园市民广场举行开营仪式。上海市登山户外运动协会作为此次活动的支持单位之一，为此次活动带来专业的户外生存技能内容与体验。

上登协委派多位户外技能校园导师现场传授户外技能、传播户外安全知识。让参与者既体验到了新奇有趣的户外项目，也学习了户外安全和风险管理的相关知识。同时，还选取了野外净水、野外庇护所搭建、户外方向识别、简易担架制作等多个体验项目。

通过丰富多彩的户外项目体验拉近了户外运动和市民的距离，前来体验和咨询的市民络绎不绝。孩子对户外项目尤其感兴趣。不但拉着爸爸妈妈来体验，更有不少小朋友反复体验，将所有的项目玩了一遍又一遍才依依不舍地离开。通过一天的体验活动，让市民群众身临其境地感受到了户外技能独特魅力，也在这个过程中掌握了技能，拓展了视野。

闵行区相关领导为上海市登山户外运动协会颁发上海市城市安全应急志愿服务联盟会旗，是对协会的专业与公益之心的肯定与鼓励。协会将在不断优化户外生存技能知识体系，加大传播力度，为推动上海市户外生存技能知识的普及与良性发展起到积极的作用。

亲近大自然

上海市青少年户外生存技能活动收官

2022年11月26日，入冬后的第一个的周末，阳光明媚、微风阵阵，在这美好天气的承托下，首届“一年一度体娱嘉——逐光而行，踢出精彩”的活动也在大家热烈的掌声中拉开帷幕。本次活动由久体中心、上海市民体育公园共同举办，上海市登山户外运动协会作为此次活动的支持单位之一，为此次活动带来专业的户外生存技能内容与体验，也是上登协参与的又一项公益活动。

活动现场，上登协的户外技能校园导师用场景模拟、户外常用装备、融入生活等方式，包含但不仅限于户外方向识别、户外简单担架搭建、野外净水和生火、户外简易庇护所搭建，通过“实践”+“体验”的方式，在没有围墙的教室里，为孩子们带来了丰富实用的户外生存技能知识。孩子们对这种生动有趣的传授方式非常喜爱，不仅自己将所有的项目都玩了一遍，还拉着父母共同参与，更有大年龄段的孩子还主动留下，协助导师一起为初次体验的孩子分享经验和方式，充当“临时小助理”。

欢乐的时光总是短暂，一天的活动很快就结束了，孩子们经历了从跃跃欲试到依依不舍再到下次还想学到更多的心情转变。此次活动让更多的市民了解到户外生存技能知识及它与我们生活密不可分的意义，为户外生存技能知识的普及与发展贡献力量。