

全国人大代表水庆霞——

重视基层体育，孩子们会越来越越好

在体育事业的不断发展中，青少年永远是值得关注和重视的群体。而对于青少年的成长，体育的存在不可或缺。

“即便以后不从事体育行业，也可以得到很多的锻炼。”全国人大代表、中国女足名宿、原国家队主教练水庆霞说。

2024两会期间接受记者专访时，水庆霞表示培养青少年对于体育的兴趣非常重要，这需要政策层面长期而稳定的持续推动。“提高支持的力度和关注度，有更多稳定的措施，让更多家庭愿意让孩子去参与体育运动。”

成为人大代表，关注基层体育

在去年成为新一届全国人大代表中的“新面孔”之后，2024年全国两会，水庆霞再度来到北京。“去年此时很兴奋，也很紧张，现在在紧张程度上比之前好了很多。”她在接受记者专访时坦言，“对于这个角色，责任大于荣誉。更多的是鞭策自己，作为公众人物，在很多方面要不断地去提升，也需要不断去工作和努力学习。”

“同时需要履行好这个职责，真正走入到基层当中，去了解基层体育的现状，有很多事情需要去做。”

“人民给了我这个荣誉，我也希望为最基层的体育人去做一些哪怕是是很小的事情。”她对记者表示。

水庆霞表示，当下自己会积极与基层教练员、运动员等群体沟通，了解实际的情况和需求——两会的召开，更加坚定了她的信心。“此前带队（中国女足）时间比较紧，现在有了更多时间去了解基层，去尽自己的一点点力量，只要有机会，我希望能够努力去付出并做出贡献。”

校园体育，需要持续鼓励推动

在基层体育事业中，水庆霞尤其关注青少年和校园体育的状况，在她看来，这是体育发展的根基，“就像比赛中，成年队成绩的好坏，和青少年的训练水平就有很大的关系。”

而当下，国家从中央到地方都出台了許多鼓励青少年和校园体育发展的措施，这些政策所带来的正向刺激也是显而易见的。

“（鼓励政策）对提高基层教练员的积极性，提高他们的执教能力，起到了很好的推进作用。”水庆霞分析道，“也提高了家长对体育和学习之间相互关系的认识。”

“提高支持的力度和关注度，有更多稳定的措施，会让更多家庭愿意让孩子去参与体育运动。在我看来这是一个非常好的开端。”

多年以来，学业的压力都是影响青少年参与体育运动的一个重要因素，但水庆霞认为，随着人们对体育的认识愈加深入，类似的矛盾会越来越少。

“每个家长都希望自己的子女能够成龙成凤，可能会希望花更多时间去学习，但适当的体育运动其实并不会耽误学习。在稳定的政策鼓励下，随着时间的推移，家长们也会看到（体育的益处）。”

校园足球，给孩子们更多机会

作为一名深耕体育事业多年的体育人，水庆霞自己对体育运动的好处有着深切的认识。

“因为在日常生活当中会碰到很多的困难，体育的精神可以让在碰到困难时不放弃。对孩子的一生来讲，即便以后不从事体育行业，也可以得到很多的锻炼。”

“包括团队的协作、相互间的社交等，体育运动也都提供了一个很好的培养机会。最关键一点，还是要去培养孩子们自身对体育的兴趣。”

身为中国女足名宿，水庆霞自然也关注校园足球的发展——在她看来，和其他任何校园体育运动项目一样，发展校园足球同样需要稳定而长期的政策支持。

“创造好的赛事平台，在不影响正常训练的情况下给予学生更多的比赛机会，只要有了一个稳定的机制，我相信以后踢球的人会越来越多。”她对记者表示。

（摘自澎湃新闻）



体育教育频成两会热词

今年两会，体教融合成为代表委员关注的焦点之一。大家表示，青少年是祖国的未来，教育兴则国运兴，少年强、青年强则中国强。培养德智体美劳全面发展、身心健康的青少年，是全社会共同的责任。代表委员就深化体教融合、促进青少年健康发展、体育教育等话题，集思广益、建言献策。

全国政协委员、中国乒协主席刘国梁说：“体育有很多功能，不只是在某项运动中拿金牌。体育其实是教育的一部分。”刘国梁认为，在体育锻炼中，孩子能磨炼出健康体魄、健全人格。体育不仅能让孩子放松身心、体验快乐、缓解压力，还能提升他们的规则意识和抗压能力，让孩子学会如何面对胜负和坎坷。

全国政协委员、国家自由式滑雪空中技巧队教练纪冬认为，冰雪运动是增强孩子体质最有效的方法之一，在冰天雪地中，孩子们能磨砺出勇于挑战、永不放弃、顽强拼搏的精神品质。

全国政协委员、中国乒协副主席、上海市竞技体育训练管理中心主任王励勤说，虽然现在孩子锻炼时间比过去多了，但离不少于1.5小时的户外运动时间仍有差距，一些学校还存在课间10分钟被占用的情况。他在提案中写道，希望延长课间时长，鼓励孩子们都在课后走出教室、走向户外。

部分代表委员建议，要鼓励优秀退役运动员进入校园担任体育教师和教练员，通过务实举措让他们进得来、留得住。刘国梁说，退役后的每一位国家队运动员都是宝贵财富，他们既有专业知识，还有体育精神，不仅可以培养成千上万的体育教练，也可以进入校园教书育人，成为孩子们的榜样。

全国政协委员、女子标枪奥运冠军刘诗颖建议，相关部门可出台更多配套措施，为这些运动员提供教师资格培训，使其掌握一定的育人、教学技能，为今后的执教生涯打下基础。（节选自新华社）

全国政协委员杨扬——

关注运动员心理健康，应对饭圈乱象

2024年全国两会期间，全国政协委员、中国冰雪运动名宿杨扬接受了记者的专访。

运动员的心理健康成为了她关注的重点之一。“近两年出现了体育饭圈化这样的现象，给一些运动员造成了巨大的困扰。”她对记者表示。

杨扬建议，对运动员的心理疏导和建设，应该成为保障工作中的重要一环。“目的就是希望在巴黎奥运会以及很快就要到来的米兰冬奥会上，能够让运动员专心发挥，在正能量的支持和鼓励下取得最好的成绩。”

网络时代，必须重视心理建设

作为中国冬奥会历史首金获得者，正是征战赛场的经历，让杨扬认识到了心理健康对于运动员的重要性。

“在比赛中，全场观众支持你的激励是巨大的，但是反过来，如果在比赛中表现不佳或遇到一些其他情况，又得不到正确的理解和对待，就可能为运动员带来巨大的心理压力。”

杨扬说，相比自己做运动员的时代，现在的运动员已经身处不一样的环境，更多的传播媒介和意见表达更直接的社交媒体，乃至体育饭圈化以及网络暴力等现象，给运动员的心理抗压能力又提出了新的挑战。“有的时候我也跟年轻队员聊天，他们也会很委屈，很无助。”杨扬告诉记者。因此她建议，应该更加重视对于运动员心理健康情况的关注，并为他们提供更多的帮助。“比如让运动员能够提前意识到会有一些情况发生，可能涉及网络暴力，以及随之而来的心理压力，让他们做好心理的准备，包括了解正确的应对方法，知道怎样与粉丝良性互动。”

“另外，营造一个良好的环境也很重要。培养热爱体育、尊重体育规则、尊重运动员的观众与粉丝，这也是我们的责任。目的就是希望在巴黎奥运会以及很快就要到来的米兰冬奥会上，能够让运动员专心发挥，在正能量的支持和鼓励下取得最好的成绩，这也是我作为一名老运动员最希望看到的。”



保障孩子们参与体育运动的机会

除了希望帮助到专业运动员之外，杨扬对于校园体育的话题也同样关注。

作为两个孩子的母亲，她一直鼓励孩子积极参与体育锻炼。在她看来，体育运动也是青少年成长中重要的正向刺激。“我一直相信体育的价值，近几年我们很关注学生的心理健康，也能看到教育部有‘体强心’这样一个提法。此前有些学校会有一些做法，比如课间不让孩子出教室，其实是对体育发挥作用产生了阻碍。”

“而保障学生在校期间得到体育锻炼，保持心理健康，需要家校联合，要得到家长的理解和参与。”杨扬对记者表示。现在已经有许多学校开始积极鼓励学生参与体育活动，家长也开始认识到体育的重要性，这无疑令人可喜的现象。

同时，杨扬还特意提到不能忽视欠发达地区，“我们也要关注偏远地区的孩子，关注他们的心理健康。此前我也看到过一些数据，现状值得我们去重视，（相比大城市）他们更缺少体育教育资源。”

“如何能够让更多的公益机构用体育的方式去支持当地的孩子，帮助他们的成长，对此我也提出了一些相应的建议。”杨扬表示。“内心的强大，身体的强壮，才能够让孩子有能力去面对生活，发挥知识的能量，给青少年成长带来巨大的影响和积极的推动。”

“根据许多已有的科学研究，面对学生的心理健康问题，体育的确能起到正向的作用，比如

压力的释放、积极性的恢复，包括抗压能力和团队意识的培养，让学生之间能够产生互动和支持。”

中国冰雪运动发展走上快车道

作为国内冰雪运动的里程碑式人物，杨扬退役后也没有离开体育，一直在从事冰上运动的青少年培养工作。

此前她也参与了北京冬奥会的申办和筹备工作，对于中国冰雪运动的发展，她直言当下正是最好的时代。“当时在申冬奥成功的时候，中国还有三分之一的冬奥项目没有开展，通过北京冬奥会周期之后已经基本全部开展了。此外，‘三亿人上冰雪’又推动了人数基数的增加。”

而冰雪人口增加所带来的发展后劲，将在后冬奥时代逐渐显现。“现在冬奥场馆向老百姓开放，一系列的赛事组织管理和产业人才也在贡献力量，这些都是‘冬奥红利’给冰雪运动带来的发展。”

在上海从事冰雪运动推广多年的杨扬，也深切感受到了当下“北冰南展”的成效。“以前我在东方明珠脚下做户外冰场，很多人到现场去摸，问这是真冰吗？因为以前都没有见过。而现在随着社会经济和科技的发展，室内滑冰场已经很常见了。”

“南方城市虽然（冰雪运动）起步比较晚，但是发展速度比较快。借助专业人士的投入，发展势头还是很强的。”在杨扬看来，中国的冰雪运动想要走得更远，当下除了继续增加面向大众的硬件设施，让更多人可以更方便地接触冰雪运动之外，也需要继续重视人才的培养，打通社会体育和专业体系，形成更广阔的人才基础。多方努力下，中国成为“冰雪强国”的目标将越来越近，“不要怕路远，只要有目标，奔着目标去努力，终究会达到。”

“回想过往，当时诸如经费不足等困难，我们都克服过来了。现在随着国家投入越来越大，参与的孩子越来越多，进步是可以期待的。”

（摘自澎湃新闻）