

依托《国家学生体质健康标准》平台建设, 不断推动大学生体质健康水平提高的思考

杨 涛

新疆农业大学, 中国·新疆 乌鲁木齐 830052

【摘要】 不断提高学生体质健康水平, 是高校体育工作的重要组成部分。本文就《国家学生体质健康标准》(以下简称《标准》)实施中, 如何进行《标准》的平台建设进行了探讨。认为要想长效发挥《标准》对学生体育锻炼和学生体质整体水平提高的动力和激励作用, 需要不断强化《标准》执行过程中的制度化、规范化和科学化建设, 而在建设过程中不容忽视, 必须考虑的一项关键工作是: 如何提高各级领导、管理部门、学院、班主任、学生等对《标准》的思想认识和重视程度。

【关键词】 高校; 《标准》; 平台建设; 学生体质

《标准》测试作为高校的常规工作, 对于学生体质的增强, 有着不可替代的监督和指导作用。作用的有效发挥依赖于许多条件, 其中的平台建设, 我们认为是达成“增强学生体质”这一目标的基本和前提条件。本文就这一问题谈谈自己的思考。

1 学生体质健康现状与国家的政策干预

众所周知, 现代化带给人类最大的问题就是“人们日常机体活动的减少”。而进入 21 世纪以来, 沉迷于手机网络的现象已经成为了全社会的一大“病症”。高校中, 让手机、电脑等电子产品占据生活的大部分时间的学生, 也是大有人在, 包括在体育课堂上, 使用手机逃避锻炼的现象也时有发生。可以说, 当前手机等电子产品的无节制的使用是实现“增强学生体质”的体育工作目标的最大障碍。2014 年, 教育部印发了《学生体质健康监测评价办法》、《学校体育工作年度报告办法》中明确指出“对学生体质健康水平持续三年下降的地区和学校, 在教育评估和评优评先中实行“一票否决”、“大学生达不到体测标准不能毕业”等等。国家制度固然是明确和严厉的, 但我们这些在一线工作的教师却总有一种感觉, “学生的身体素质是一年不如一年”。近年来的研究数据也似乎证明了老师们的这种感觉。有研究指出, 我国自 1985 年以来的学生体质持续下降趋势已经得到初步遏制, 呈现出“止跌”“向好”态势, 身体机能和身体素质部分指标保持稳步上升趋势, 然而学生体质健康水平下降趋势完全扭转的情况还不明显, 高年级阶段, 尤其是大学生群体体能素质下降的趋势还在持续。出现这些问题, 是学校的体育工作没做好? 体育教师不尽责? 还是什么别的原因, 笔者认为, 这个责任当然不是至少不全是体育部门的, 大的说这应该是一个全社会的责任。社会发展过程中, 一些扭曲的社会思潮或行为方式往往会对青年学生产生着不良的影响, 如是近年来出现的“娘炮现象”(国家已经开始整治)。

体育部门, 体育教师作为“体育育人”的机构和工作者, 在应对社会上与身体教育有关的不良问题上还是应该冲在最前面。通过自己的努力, 发挥体育在塑造学生“野蛮体魄”中的作用, 让学生在体育锻炼中寻找和发现真正的美, 让学生找到健康的自我, 快乐的生活。

2 《标准》实施中存在的问题

《标准》从最初的试行, 到如今在我国各级各类学校的全面执行, 已近 20 年。总体来说, 成绩突出, 但也问题不少。问题主要有以下两个方面。

2.1 《标准》测试数据真实性问题

此问题的出现一般基于几个原因: 一是在片面追求合格率的情况下的数据造假。如普通高校本科教学评估中, 有一个所谓的达标率到 90% 以上, 评估才能算合格的民间“标准”, 使得许多学校每年达标率都能“控制”在 90% 以上。另外所谓的“一票否决”制度, 即一个地区连续三年体质测试合格率下降, 认为这个地区的体育工作不合格。学生体质健康水平受多种因素的影响, 不是靠学校的一个体育部门就能完成的, 学生体质水平下降的问题, 板子不应只打到体育部门身上。第二个原因, 是测试时测试人员执行《标准》不严。如引体向上项目, 要求正手握杠, 但许多学生测试时采用反手握杠, 或者有的学生下颌没有过杠, 或是上臂没有伸直弯曲幅度很大, 就向上拉起等等; 再有就是测试人员监管不到位, 措施不得力的问题, 如跑 50 米时少跑几米、1000 米跑时学生抄近道或是学生坐仰卧起坐时人数太多, 让学生帮忙压腿数数等等, 都有可能让学生“有机可乘”, 从而造成测试数据的不真实; 还有的就是各个学校使用仪器的不统一, 造成的数据偏差。如有的学校测试全部使用电子仪器, 而有的则是部分使用电子仪器, 其余的则是手工测试等。

2.2 《标准》测试数据的使用问题

我国实行标准测试工作, 最终目的是通过这项工作促进学生能够积极的进行体育锻炼, 增强体质。但现实的情况却差强人意。许多学校虽然每年在进行标准的测试工作, 但也只是为完成测试任务而测试, 能保证每年向上级主管部门上报数据就行的工作目标, 这样的结果可想而知, 使测试数据成了一堆没有太多价值的死数据, 没有挖掘其应有的价值所在, 十分可惜。比如, 原本一次标准测试后, 测试机构应将测试结果及时反馈给学生和所在学院, 让学生了解自己的体质健康状况和学院掌握学生体质健康状况(评先评优时使用或通过学院一级督促学生进行体育锻炼等); 学校(体育部门)也可以根据数据信息调整工作思路或有针对性的开展某一阶段的体育锻炼或是制定不同体质

健康水平学生的体育锻炼计划等等。事实上,标准的实施要求中就有“让学生通过每年自身的体测数据(运动处方),来科学地调整或是改进自己的体育锻炼内容和方法等”的表述,但目前,多种原因下,大多学校往往只重视学生体质健康测试与数据整理,或是做简单的评价,做一些书面的工作,而学生少有机会可以得到测试后的有效反馈或有效的锻炼指导,这其中或许有遗憾或许也有无奈,但作为标准执行部门还是应该在这一问题上多动脑筋,多些举措。

3 通过《标准》平台建设来促进大学生体质健康的一些想法

《标准》测试平台,简单地讲,就是当前各高校用于完成大学生体质健康标准测试、成绩上报等的常规机构。核心要素就是办公场地、人员配备、设备、工作方式等。那么如何利用平台建设更好地为提高学生体质健康服务,下面是本人的一些思考。

当前高校学校体育工作,主要包括体育教学、体育竞赛、学生课余体育锻炼以及《标准》测试等几个大的方面。如果说提高学生的体质健康水平,非要排个顺序的话,排在第一位的应该是学生的课余体育锻炼,第二位是体育教学、第三是体育竞赛。《标准》测试虽然不会直接去增强学生体质,但它因为会刺激学生的课余体育锻炼以及影响学生的体育课成绩,所以作用不可小觑。这个其实也很好理解,《标准》文件中明确规定,“学生测试成绩评定达到良好及以上者,方可参加评优与评奖;成绩达到优秀者,方可获体育奖学金。测试成绩评定不及格者,在本学年度准予补测一次,补测仍不及格,则学年成绩评定为不及格。普通高中、中等职业学校和普通高等学校学生毕业时,《标准》测试的成绩达不到50分者按结业或肄业处理”。这个规定让每一个学生看到,都会是一种莫大的“刺激”,尤其是其与毕业挂钩,更是彰显了国家层面“刺激”学生的决心,也暗含着国家对青年一代的殷切期望。我想但凡是一个心智正常的大学生,对此不会无动于衷吧?另外一些学校将《标准》测试成绩与体育课成绩挂钩(测试成绩在体育课成绩中占一定比例),这些举措势必会提高学生对《标准》测试的重视程度。众所周知,体质的提高需要长期的科学锻炼,当前各高校一周一次的体育课教学(2学时,90-100分钟)尽管对此有一定的作用,但如果每个学生每周仅限于此,体质的提高可以说基本上是收效甚微的。因此,必须要有一定的额外时间的补充,这个补充的方式只能是每个学生自己抽时间进行课余体育锻炼(尤其是大三、大四或研究生)。但“全民手机控”的时代,许多学生仅有的一些课余时间往往也会被手机所占用,因此,试图靠大多数学生自觉、自律地去进行业余体育锻炼,可能性不大,除非有一个对其自身利益影响巨大的外部压力,才会驱动其达到自觉。众所周知,学生时代,对其影响最大的外部压力,莫过于“成绩和毕业”两个环节。《标准》中“将

测试成绩与评先评优挂钩、与学生毕业挂钩”的规定,可以说正是会对学生产生重大影响的“外部压力”。但目前的现状是,还不曾听说有那一个高校“敢于”将《标准》成绩与毕业挂钩,原因大家都明白。这样公然违背国家政策的行为可能也是应了那句老话“法不责重”吧?希望尽快见到或是听到“第一个吃螃蟹”的高校。

可以说,当前对学生体质提高有持续保障效用的,最好的抓手还是对《标准》工作的严格落实和对《标准》数据的有效利用。高校作为教育教学资源占有相对丰富的机构,依托学生每年的体质动态数据库,不仅可以为上级职能部门制定学校体育科学发展、资源配置等方面提供宏观的参考依据,更重要的是能为学校自身的体育教学改革,促进学生体质健康的发展,激励学生积极参与体育锻炼等方面发挥很好的指导性作用。

如果以上是从制度和执行上考虑的话,那么另一个方面就是平台的软硬件建设了,如场地,设备及工作人员的配备等,因为篇幅的关系,就不展开了。但有一点必须引进重视,那就是一定要建设一支合格的《标准》测试的志愿者队伍,这个至关重要,在测试工作中我们发现,如果志愿者得力,则测试工作就会非常顺利,反之则很被动。你想,每年单靠体育教师完成几万学生《标准》的测试工作,无论是从完成效率、完成质量都是无法保证的,更不要说体育教师的身体状况能否承受了。可以说,志愿者在测试过程中,是一支不可或缺的重要的力量,没有他们的参与,《标准》工作的完成将会大大折扣。

4 结语

《标准》的测试工作如今已经成为每一个高校体育工作中的常规项目,虽然都在做,但要做好也非易事,就像体育工作一样,要想做出大的成绩,需要全校各个部门的协调配合,单靠体育部门一己之力是难有太大作为的。从《标准》的执行来说,那些只重视《标准》的合格率而不去研究如何利用《标准》的结果去推动学生体质健康整体水平的提高的工作或是思路,就是违背国家政策的行为。在此,我们也期待同仁们在《标准》的建设、执行、使用等方面有更多的研究成果,供大家借鉴和学习,从而能让这项工作在校这个大的范围内都落到实处。

参考文献:

- [1]张强峰等.《国家学生体质健康标准》测试结果公示的困境与出路[J]体育学刊,2021,28(01):114-119.
- [2]应文.国家学生体质健康标准测试中现存问题与对策分析[J]文体用品与科技,2021,(11):91-92.
- [3]宋永生.普通高校建立学生体质健康标准测试长效机制分析[J]体育文化导刊,2014(10):147-149.

作者简介:

杨涛(1971.04—)男,汉族,籍贯到省市:河南省南阳市,职称:教授,学历:博士,研究方向:学校体育学。