

以党的二十大精神为指引 加快中国特色世界一流体育大学建设

党的二十大明确宣示了党在新征程上举什么旗、走什么路、以什么样的精神状态、朝着什么样的目标继续前进，对于团结和激励全国各族人民为夺取中国特色社会主义新胜利而奋斗具有十分重大的意义。习近平总书记在党的二十大报告中指出，“教育、科技、人才是全面建设社会主义现代化国家的基础性、战略性支撑。”“教育是国之大计、党之大计。”“加强基础学科、新兴学科、交叉学科建设，加快建设中国特色、世界一流的大学和优势学科。”这些重要论述进一步彰显了党中央对于教育、科技、人才事业的高度重视，为高等教育改革发展指明了前进方向，提供了根本遵循。

何明 首都体育学院党委书记

作为北京市属唯一体育大学，首都体育学院将以高度的政治责任感、坚定的历史使命感，深入学习贯彻党的二十大精神，深刻领悟“两个确立”的决定性意义，扎根中国大地，积极服务国家重大战略实施及新时代首都发展重大需求，踔厉奋发、勇毅前行，吹响新时代高等体育院校建设发展的“冲锋号”，奋力谱写中国特色世界一流体育大学建设新篇章。

全面落实立德树人根本任务

党的二十大报告指出，培养什么人、怎样培养人、为谁培养人是教育的根本问题。育人的根本在于立德。首都体育学院建校66年来，始终坚持社会主义办学方向，为全国及北京市输送了10余万优秀体育人才。学校坚持把立德树人成效作为检验一切工作的根本标准，坚持用习近平新时代中国特色社会主义思想铸魂育人，不断完善“大思政”工作体系，高质量推进“大思政课”建设工程，健全完善以“以体育人”为鲜明特色的“三全育人”工作格局，深入挖掘冠军精神、服务国家队经验、奥运精神等，将思政元素融入课程内容，以体育+爱国主义、体育+文化传播、体育+公益服务等“案例”创设教学情境激发学生思考，形成课堂、教材、课程平台等多渠道、多载体、全要素的体育育人培养过程，最大限度地激发学生的内在潜能，引导青年学子成长为德智体美劳全面发展的社会主义建设者和接班人。

大力推动体育科技创新

党的二十大报告指出，加快实现高水平科技自立自强。高校作为国家创新体系的重要组成部分，是支撑高水平科技自立自强的重要力量。首都体育学院坚持面向世界体育科学技术前沿、面向国家重大战略需求、面向体育和健康事业主战场，搭建全国首个“体医工融合高精尖创新中心”，在竞技体育、大众健身、学校体育等领域全面布局，针对运动表现、主动健康及干预机理、检测和分析技术研发，聚焦重点和难点问题，打造科技创新、工程应用、成果转化、产业提升、学科建设、人才培养、社会服务“七位一体”的国际高精尖创新平台。确定体育运动大数据云平台关键技术及构建、体育运动训练中运动生物力学关键技术研究、运动传感网的关键技术研究及应用、北斗精准时空技术在体育场景的研发及应用、基于精准组学技术的体医融合机理研究与工程转化、运动心理功效及脑科学研究、主动健康关键技术研究及应用、身体运动功能训练、运动营养恢复创新与应用、田径科研攻关与科技服务、体育经济与产业创新研究、奥林匹克研究、武术文化国际推广与传播研究、超高清内容制作创新国际传播研究等18个研究方向，开展科学研究、科技攻关和成果转化应用等工作，着力打造“体医工”融合发展创新模式，超前部署重大需求和前沿领域关键技术研究，抢占未来战略制高点，在全国体育科技创新中发挥引领示范作用。

持续人才强校战略

党的二十大报告指出，培养造就大批德才兼备

的高素质人才，是国家和民族长远发展大计。创新驱动的实质是人才驱动，高校作为人才培养与各类人才聚集的重要高地，必须牢固确立人才引领发展的战略地位。首都体育学院将建设高水平人才队伍作为创新驱动发展的重要战略力量，大力实施“高层次人才引育工程”，积极拓宽引智渠道，用足用好国家和北京市各项人才引进服务政策，突出“高精尖缺”导向，围绕学校的目标定位、战略布局和学科重点发展方向，更加精准地在全球范围内引进领军人才或有较大发展潜力的年轻优秀人才。目前，已从全球公开引进数十名高水平创新人才，专业领域包括人工智能、大数据、物联网技术、信息处理技术、生物医学工程等。同时，学校制定并实施青年教师及管理干部能力提升计划，健全青年教师及干部选聘机制，加大培养力度，鼓励青年教师及干部到企事业单位挂职锻炼，到国内外高水平大学、科研院所访学，全面提高队伍整体水平。大力营造青年教职工能够脱颖而出的良好氛围，让青年人有更多获得感，成为可担当首体院未来发展重任的优秀人才。

面向“十四五”及未来发展，学校将以党的二十大精神为指引，坚持“体医工”融合创新特色发展的办学思路，突出“体育教育、奥林匹克教育、体育人工智能、体医融合、文化与新闻传播、冰雪运动”六大办学特色，全力将学校打造成为国际奥林匹克研究推广的国家队、体育强国和健康中国战略实施的主力军、体育科技创新的排头兵，加快中国特色世界一流体育大学建设。

青少年时讯

粤港澳大湾区青少年 网球邀请赛挥拍广州南沙



青少年选手在比赛中。 赛事组委会供图

本报讯 2022粤港澳大湾区“香港赛马会杯”青少年网球邀请赛日前在广州南沙国际网球中心开赛。比赛旨在贯彻落实全民健身国家战略，践行《粤港澳大湾区发展规划纲要》，打造大湾区网球品牌赛事，推动大湾区体育事业高质量发展，加强粤港澳大湾区各城市间体育文化交流，持续提升粤港澳大湾区全民健身事业贡献力量。

本次比赛为期3天，共设置了U12和U14两个组别的男子、女子团体赛。来自广州、深圳、珠海、东莞、中山、江门、佛山、惠州、肇庆等大湾区9个城市的120多名优秀青少年网球选手，通过单打、双打结合的团体赛模式进行交流与对决。参赛选手展现青春的活力与热情，展示了协同合作的团队精神。他们彼此激励，共同提高竞技水平，收获了深厚友谊。

比赛期间，还设置了嘉年华区域，击球进攻大挑战、趣味网球挑战赛等一系列活动，让青少年运动员在参赛之余，参与网球游戏活动，充分感受网球运动的快乐与趣味。

本次大赛由广东省社会体育和训练竞赛中心主办，广东省网球协会承办，香港赛马会独家冠名。

广东省网球协会与香港赛马会自2019年合作以来，一直致力于推动粤港澳大湾区网球运动的推广与交流，成功举办少儿公益培训、青少年团体赛等，深受广大网球爱好者的喜爱。本次比赛已是第三年举办，已经成为粤港澳大湾区青少年竞技交流的精品赛事，得到社会各界的肯定。

(黄心豪 陈俊亮)

图片报道



加强师资培训 完善课程体系

激光枪射击走进校园

本报记者 顾宁

“激光枪射击是近年来国内新兴的一项高科技体育项目，它拥有传统真枪实弹射击所不具有的多种优势。通过激光枪射击进校园，同学们近距离地体验射击运动，增加了同学们对射击运动的认识，既开阔了视野，锻炼了意志，更收获了快乐和成长。”说这话的人名叫李建国，今年65岁，是天津的一名基层体育老师，也是一名“自学成才”的射击教练。李建国通过刻苦钻研，各方请教，总结出了一套独特的射击选材和基础教学体系，并成功地从普通初中生中培养出国家一级射击运动员，他所在的鉴开中学已经成为天津市射击运动发展先进单位。

天津市鉴开中学并非个例。近年来，激光枪技术迅速发展，其安全性、专业性、精准度符合国际射击运动联合会的设备器材标准，突破了射击运动在青少年中普及开展的安全瓶颈，使普通中小学开展射击运动成为可能。随着“体教融合”和“双减”政策的进一步贯彻落实，全国已有两百余所中小学建立了激光枪射击教室或训练场，将射击运动纳入中小学素质拓展课外活动并开展射击课程。相关专家表示，射击运动在提高专注力、矫正身体姿态、锻炼视力、增强体质以及培养自控、自信、沉着果断等良好心理素养等方面对青少年大有裨益。

为了让项目走进校园，少部分中小学通过引入专业射击教

练和退役射击运动员，快速挖掘和培养了一批具有较高射击水平的青少年。如天津市鉴开中学引入优秀射击教练，通过科学合理的训练，在校生已获得天津市和全国激光枪射击比赛的50个冠军，并向射击学校和专业队输送了多名运动员。

但更重要的，还是需要更多有射击运动执教经验的教师和完善的教学体系，推动提升校园射击运动的教学训练水平，从而使更多青少年参与并热爱这项运动，拓宽射击后备人才的培养之路。为此，2022年9月，全国体育运动学校联合会与中国射击装备领域的领军企业共同举办了激光枪初级教练员和中级教练员线上培训班。初级、中级教练员培训班分别有1300余名和近2000名学员参加，包括中小学体育老师、在校执教的退役运动员和专业教练、以及澳门枪会等五十多家专业射击俱乐部的成员。

培训班讲师陈继平说：“很多学校的老师报名参加参加了初级班，学习射击进校园必备的基础知识和技能、射击运动的规则与赛事、激光枪的教学教法和进阶课程体系设计。很多参加培训的老师们都表示，课程很权威，内容很实用，正是我们学校开展射击项目所急需的重要知识。”

北京开展“健康知识+健康促进+健康协同”行动 让中小学生在过一个快乐寒假

冯振晓

为了让中小学生在过一个健康寒假、快乐寒假，日前，北京教育学院携北京市体育名师和优秀体育教师，在国家体育总局青少司的有力支持下，在北京市教委的直接指导下，开发了寒假体育与健康天天学练内容，开展“健康知识+健康促进+健康协同”行动。

1月7日至2月11日期间，活动将通过每天一讲健康知识学习、每天一套全国青少年脊柱与视力健康操练习、每天一组协同伙伴锻炼，帮助中小学生和家庭成员形成追求健康、乐享健康、一起锻炼的家风。

健康知识

体育教师每天一讲

2021年发布的《北京市义务教育体育与健康考核评价方案》首次增加了“体育健康知识”的考核内容，这与“2022版体育与健康课程标准”提出的“学会运用健康与安全知识和技能，形成健康的生活方式”的要求高度一致。北京教育学院体育与艺术教育学院依据课程标准要求，紧密联系中小学生的寒假生活实际，组织全市中小学优秀体育教师开发了“体育教师讲健康——每天一讲健康知识”，共36节微课，帮助学生了解、了解和掌握健康与安全的知识技能，引导他们和同伴、家人一起在生活中实践运用。

主办方希望通过教师和学生的共同努力，带动家庭乃至全社会重视健康，构建关注青少年健康生活、健康成长的家校社协同育人共同体，为中小学生的身心健康筑起一道坚强的安全屏障。

健康促进

脊柱与视力健康操加入“冬练季”

为落实国家关爱青少年脊柱与视力健康的总体要求，国家

体育总局青少司积极组织业内专家进行调研论证，国家体育总局运动医学研究所、中国体育报业总社专家开展了青少年脊柱与视力健康专项推广工作。总局运医所厉彦虎专家团队从脊柱影响视力健康相关问题入手，采用医学思维和运动康复方法，为提升脊柱功能，设计了全国青少年脊柱与视力健康操。该操通过调整和训练脊柱各节段肌肉，可以放松和训练目标肌肉，解除局部肌肉、筋膜痉挛，使椎体间各关节恢复平衡。同时激活脊柱深层稳定肌群，促进血液循环，调节椎体间小关节的排列位置，缓解因久坐导致的脊柱肌肉疲劳和紧张，改善脊柱灵活性欠佳、稳定性不足、动作模式异常等问题，进而达到改善眼部供血，预防近视、调节视力的目的。

今年寒假期间，“冬练季”再度开启，全国青少年脊柱与视力健康操也加入“寒假作业”。主办方表示，全国青少年脊柱与视力健康操是很好的冬练项目，儿童青少年在家可以白天休息、睡前放松做，以居家干预促进健康改善，以脊柱健康有效促进视力健康和全身健康。

寒假期间，中国体育报业总社和悦动圈App还推出了全国青少年脊柱与视力健康操在线领操服务，24小时在线，学生和家長可以随时在线做操，参与冬练。

健康协同

和家人、伙伴一起锻炼

为进一步推进家校社协同一体，让体育成为家庭的一种生活方式，北京教育学院体育与艺术教育学院还开发了10套主题式、伙伴式的协同锻炼，主要为身体健康、身体已康复、可以适度运动的家庭提供陪伴孩子锻炼的内容，大家可以选择适合学练的主题，发展孩子的力量、柔韧、协调、平衡等体能素质，让家庭充分融入孩子的体育运动，家长和孩子共同提高运动热情和运动能力，和孩子一起热爱和成长。

主办方期待通过寒假期间的体育与健康学练，把强身、强家、强国的坚定信息传递给每一个家庭，以走向健康和幸福的实际行动迎接明媚的春天。