

# 退役运动员为青少年体育服务做“加法”

本报记者 顾 宁

11月12日，由国家体育总局基金中心发起，在中华全国体育基金会资助下，北京市体育专业人员管理中心和北京市游泳运动协会共同主办，天津市体育综合保障中心、河北省体育发展交流中心协办的“体育基金杯”退役运动员创办俱乐部系列赛——2023年首届京津冀青少年游泳公开赛在国家奥林匹克体育中心英东游泳馆举行。比赛共吸引了来自京津冀地区符合退役运动员创办俱乐部参赛条件的17支参赛队、近600名运动员参赛。比赛按照男女设置5个年龄组别，参赛选手均为8至17岁，分别进行了50、100米自由泳、仰泳、蛙泳、蝶泳，团体4×50米混合泳接力共78项比赛。

## 搭建平台提升水平

国家体育总局体育基金管理中心副主任董少利说：“退役运动员有国际级运动健将，也有国家级运动健将，具有很高的专业水平，他们退役后转型为教练，帮助孩子接受正规科学的训练，成为我国体育事业的后备力量。通过搭建赛事平台，帮助他们尽快成长。”

北京市退役游泳运动员张宇说：“退役后，我一直坚持在一线执教，研究每一名孩子的技术特点。当有学员在小动作上不标准时，我就会严格要求他们，直到动作标准。每当有孩子觉得辛苦，想打退堂鼓，也会和他们沟通，帮助他们达到目标成绩，成为更优秀的自己。”

但值得注意的是，俱乐部教练“缺口”依旧很大。张宇说，希望更多退役运动员可以参与进来，大家一起创业、规划未来发展，人多力量大。

## 赛事成为退役运动员宣传平台

此次赛事以游泳为载体，结合开展退役运动员创业展示和交流研讨活动，不仅为京津冀地区的青少年游泳爱好者搭建比拼技艺、提升水平、展示体育实力的平台，更是为京津冀退役运动员及创办的俱乐部等相关企业创建宣传推广的机会，助力退役运动员与体育产业良性



长足发展，促进游泳项目从业人才水平不断提升。

比赛间隙，赛会组委会还为创业退役运动员举办了一场主题为“退役不退场，牵手向未来”的创业座谈会，组织他们分享创业经验，开拓思路，搭建互助合作交流平台。

运动员作为体育专业性特殊人才，承担着发展体育事业、传播体育文化理念的使命，对促进我国体育产业的健康发展起着重要作用。如何帮助运动员找准自身价值和定位，帮助运动员退役后更好地就业和创业一直是社会关注的话题。董少利说：“国家体育总局对退役运动员的发展非常关注，总局基金中心职责之一就是做好运动员保障工作。我们对于退役运动员的帮助是综合性的，比如退役运动员要创办企业，我们至少会跟踪三年，并提供资金方面的支持和相关技能培训，还会帮助他们联系实

习实训或研学活动等。希望退役运动员能够以他们的‘长板’走向社会，顺利完成职业转型。本次比赛的举办有助于帮助退役运动员创建的俱乐部进行宣传和推广，扩大影响。”

董少利同时表示，基金中心在帮助运动员转型方面也做了很多探索和实践，本次比赛就是其中之一，未来还会有一系列活动来推动和助力退役运动员创建的企业俱乐部，帮助他们充分发挥作用，继续为体育事业作贡献，为体育强国作贡献。“明年可能会着手举办全国赛事，项目也会扩大到跆拳道、乒乓球、网球等有退役运动员创办的俱乐部的项目，希望都可以去帮助运动员做更多的事。”董少利说。



## 校园五禽戏：让传统文化再放光彩

本报记者 顾 宁文/图

“演虎像虎”“学熊似熊”，伴随着明快悠扬的音乐节奏，选手们个个精神抖擞，动作娴熟，整齐划一、舒展矫健，生动呈现了虎之威猛、鹿之安舒、熊之沉稳、猿之灵巧、鸟之轻捷的姿态神韵，充分展示了朝气蓬勃、乐观积极的昂扬风貌，赢得现场阵阵掌声。11月12日，2023年亳州市校园五禽戏交流比赛在亳州

市体育馆举行，来自全市各学校42支队伍、1200余名运动员参加了小学组、初中组、高中组集体赛和个人赛项目。

五禽戏被列为国家级非物质文化遗产，具有很强的健身功效和文化价值。校园五禽戏是在传统五禽戏的基础上创编而成，动作严格遵循了青少年生长发育的生理与心理规律，包含五戏（虎戏、鹿戏、熊戏、猿戏、鸟戏）。练习每一戏时，要根据动作的名称含义，做出与之相适应的动作造型。动作到位，合

本报记者 顾 宁

近年来，湖南省湘西土家族苗族自治州认真贯彻《关于深化体教融合 促进青少年健康发展的意见》精神，突出“五大融合”，破解青少年体育发展学训断链、升学断档、体教断裂、人才断层等问题，探索走出“机构一体化、体校集中办、师资三互派、资源六进校、赛事成体系”的体教融合“湘西路径”，助推青少年体育高质量发展。

当地创建“普及+提高”的融合模式，打造“让体育回归教育、让教育反哺体育”的融合生态，构筑“州有龙头、县有领头、校有拳头”的融合格局，推动青少年学生文化学习和体育锻炼协调发展，培养德智体美劳全面发展的社会主义建设者和接班人。

具体做法上，一是融思想，践行体教融合理念。强化思想引领。改变“重教轻体”“教体分离”的社会观念，形成“以体育人、面向人人”的育人理念。完善融合思路。将体教融合纳入党委政府重要议事日程，出台规划、意见、办法等管大局、管长远的文件政策，构建党委党政部门齐抓共管、社会广泛参与的发展格局。

二是融机构，破除体教资源壁垒。机构整合“一体化”。将州县教育和体育局合二为一为州县教体局，实行领导分管工作互换、科室岗位交流，打开机构合、人心融、风气顺的崭新局面，形成跳出教体抓教体、转换思维抓教体的生动格局。职能整合“一站式”。教体科研、青少年体育、竞训体育、体教学校教育一站式推进。场馆整合“一键式”。全州2200多个学校、社会体育场馆统筹管理、免费开放、共享共用，融出1+1>2的效果。

三是融机制，激发体教融合活力。创新体校办学机制，推行十二年一贯制、三集中、双班主任制管理的州体校办学机制和独立办学、基地校、校中校的县市体校办学模式，打通选苗渠道、育苗赛道、成才通道。建立正向激励机制。将体教融合纳入绩效考核，基地建设列入重点项目，奖励经费列入财政预算，职级晋升享受同等待遇。创设浓厚融合氛围。学校体育增强内生动力，注入运动元素，推动形成“一县一品牌”“一校一特色”“一生一特长”的发展格局。

四是融赛事，彰显体教融合特色。统一赛事计划，完善赛事体制，统筹赛事管理，共享赛事成果，分学段、项目、季节构建州、县、校三级青少年体育联赛和U系列赛事体系。今年举办的第十八届全州中小学田径运动会，参赛人数达3100余人，国家滑雪登山队等专业队现场“相中”11名学生运动员。

五是融队伍，夯实体教融合基础。实施普通学校、业余体校、单项基地师资“三互派”，选派教练员帮助普通学校培训体育教师，组建运动队、组织体育赛事活动等，促进学校体育提质增效。广泛开展奥运冠军、金牌教练、名运动员、俱乐部、协会、校外培训机构“六进校”活动。设置“育苗奖”，实行“双计分”，打通选培送关节点，向上级训练单位输送后备人才200余名，泸溪县一中创立的“体育班”，2023年高考本科上线率93.7%。

经过实践与探索，湖南省湘西土家族苗族自治州在多方面初见成效。学生体质健康明显增强，学校体育水平提质，人才培养梯队日臻完善，体育育人功能显现，体育综合实力大幅增长，体教融合活力彰显。

乎规范。特别是动作的起落、高低、轻重、缓急、虚实要分辨清楚，不僵不滞，柔和灵活。五禽戏动作简单易学、左右对称、循序渐进，突出效果和功能，强化五禽与五脏的对应关系，同时可改善肥胖、驼背、近视、抑郁、注意力不集中、骨骼发育不良等症状。

活动相关负责人介绍，虎戏是通过手指弯曲、跃起动作、脊柱的折叠伸展来增强灵活性，牵动任督二脉，起到疏通经络、活跃气血的作用。练习五禽戏的同学能将虎的威猛模仿得惟妙惟肖，虎爪伸缩有力，刚柔并济，动作虎虎生风。

来自涠阳县第四小学的刘一伊说：“每天的大课间我们全校师生都会聚集在操场上共同练习五禽戏。五禽戏不仅让我的课余生活变得丰富多彩，我的身体也更加灵活，体魄更加强健，以后我会把这项运动一直坚持下去。”

亳州市大力开展校园五禽戏推广普及工作，在传承中华传统体育文化的同时，推动亳州地域特色传统体育项目蓬勃发展。亳州市文化旅游体育局相关负责人表示，举办本次比赛，旨在进一步弘扬和传承中华传统体育，推进体教融合，提高青少年身体素质 and 传统文化素养，培养一批优秀的校园五禽戏师资队伍，促进亳州市全民健身事业蓬勃发展。

# 推动青少年体育高质量发展 筑基体育强国健康中国建设

陈作松

青年兴则国兴，少年强则国强。青少年是国家的未来、民族的希望。党的二十大报告提出：“广泛开展全民健身活动，加强青少年体育工作，促进群众体育和竞技体育全面发展，加快建设体育强国。”青少年体育发展是新时代中国体育事业和教育事业发展的重要组成部分，直接关系到体育强国、健康中国建设。

要大力构建“五育并举”的培养体系，加强学生理想信念、道德品质、知识智力、身体和心理素质等各方面的培养，促进学生全面发展。体育本质上既是教育手段也是教育内容，居于素质教育的重要位置。青少年体育是培养青少年综合素质的基础，对学生提升社交能力、塑造拼搏精神、健全人格品质等方面都起到至关重要的作用。青少年体育高

质量发展的根本使命是推动以体育智、以体育心、以体育人，让学生在体育锻炼中享受乐趣、增强体质、健全人格、锤炼意志，不断促进青少年德智体美劳全面发展。

加强和改进学校体育工作是推动青少年体育高质量发展的基础保障。学校是青少年体育运动的主战场和主渠道，是实现提高学生体质健康水平的主阵地，学校体育是实现立德树人根本任务、提升学生综合素质的基础性工程，对于培养学生爱国主义、集体主义、社会主义精神和奋发向上、顽强拼搏的意志品质，实现以体育智、以体育心具有独特作用。加强和改进学校体育工作，就是要树立健康第一的教育理念，面向全体学生，开齐开足体育课，完善教学模式，配齐配强体育教师，完善学校体育场地设施，保证青少年体育活动的时间与质量，培养青少年热爱体育、享受体育并养成终身体育锻炼

习惯。

完善青少年体育赛事体系是推动青少年体育高质量发展的必要路径。竞技体育的发展必须有深厚的青少年体育后备人才作保障。要进一步完善青少年体育赛事体系，打造青少年体育赛事品牌，大力倡导青少年日常化地在普通学校、竞技体育、社会俱乐部等参与体育活动、体育比赛，通过常态化的赛事体系，促使青少年在日常训练和比赛中培养坚韧不拔、勤奋刻苦、积极乐观的人生品格，同时不断拓宽竞技体育人才选拔和培养的多样化路径。

弘扬中华体育精神和优秀传统文化是推动青少年体育高质量发展的内生动力。文化兴则国运兴，文化强则民族强。文化作为一种内生动力，对青少年的影响是潜移默化的。顽强拼搏是中华体育精神的主要内容之一，充分体现了迎难而上、追求卓越的中华民族精

神和中华优秀传统文化。要把推动青少年体育高质量发展与弘扬中华优秀传统文化相结合，与弘扬中华体育精神和奥林匹克精神相结合，多角度、多维度地以案例教学、主题设计等方式植入体育课堂、体育赛事宣传、体育活动展示等，将“人生能有几回搏”“更快、更高、更强——更团结”的奥林匹克格言，以润物细无声的方式融入到青少年体育事业发展和青少年的心中，逐步形成具有中国特色的青少年体育文化教育体系，以中华民族伟大的精神谱系，以中华体育精神和奥林匹克精神助力广大青少年成为身心健康、传承文明的使者。

强化科技创新驱动是推动青少年体育高质量发展的未来引擎。在建设体育强国、健康中国的新征程中，信息化社会、智慧化教育都对智慧化体育提出了新的要求和挑战，物联网、大数据及人工智能为体育运动

开展提供了各种可能，中国青少年体育事业必须顺应科技革命发展的大潮，持续在学校体育、竞技体育等领域开展科技创新，推动学校体育、竞技体育智慧化发展的更新迭代，为青少年体育高质量发展赋能，不断推动高新科技与青少年体育运动多域互融和深度融合，形成支撑体育创新发展的核心优势，持续促进青少年体育的高质量创新发展。

体育强则中国强，国运兴则体育兴。体育是提高人民健康水平的重要途径，是满足人民群众对美好生活向往，促进人的全面发展的重要手段，是促进经济社会发展的重要动力，是展示国家文化软实力的重要平台。体育代表着青春、健康、活力，关乎人民幸福，关乎民族未来。青少年是我国社会主义建设的重要支撑，是实现百年中国梦的战略根基，是未来国家竞争力的重要力量。推动青少年体育高质量发展是推进体育强国、健康中国建设的基础工程，发展青少年体育、强健青少年体魄，是中华民族兴旺发达的不竭动力。

（作者系首都体育学院副院长）