

高等教育资讯

要目

- 思政课须培育大学生敢于斗争的精神
- 加强大学生学习驱动力 促进创新创业发展
- 大学教师的角色内涵及外延
- 化解高校实习难 管理工作要加强
- 传统音乐教育如何传承“乐感”文化
- 明令取消“清考”彰显改革决心
- 大学生身体素质呈下降趋势 保持运动才能体测达标

2019

16

思政课须培育大学生敢于斗争的精神

在庆祝中华人民共和国成立 70 周年大会的讲话中，习近平总书记铿锵有力地指出，没有任何力量能够阻挡中国人民与中华民族的前进步伐。沧海横流，方显英雄本色，党的伟大事业都是在斗争中诞生、在斗争中发展、在斗争中壮大的。我们急需千百万担当民族复兴大任的时代新人。在大学生培育过程中，尤其是高校思想政治理论课教育教学过程中，必须培养他们敢于斗争敢于胜利的精神。

当代大学生之所以需要培育敢于斗争敢于胜利的精神，首先缘于我们所处的时代。今天的中国正在进行一场具有许多新的历史特点的伟大斗争，这场斗争面临的形势异常错综复杂，内政外交持续转圜，涉及的领域既有传统又有现代、各种确定性和不确定性因素交织在一起，需要巨大的勇气与非凡的斗争本领。这是一场新时代的长征路，它既是一场前有堵截后有追兵的突围之战，又是一次翻山越岭艰难跋涉的探险之旅，还是一场不忘初心牢记使命的思想淬火。从现在起，青年学子做好斗争准备、养成斗争精神显得至关重要。从某种程度上讲，大学生思想教育工作中的斗争精神培育事关党的存亡、国家的兴衰。

当代大学生之所以需要培育敢于斗争敢于胜利的精神，还缘于他们的成长经历与成长环境。今天的青年学生成长在新时代，沐浴着和平与繁荣的阳光。他们大多是独生子女，家庭条件相对优渥；很

多学生犹如温室里的花朵，缺少自然界风雨的洗礼。从大环境来看，随着全球化与互联网的渗透，年轻人深受网络流行文化的影响，其中所谓的丧文化等消极思想在他们中有一定市场。缺乏面对困难的奋斗勇气、缺乏克服矛盾的斗争精神成为一种通病。在市场经济条件下，很多年轻人养成了讲求实惠的市侩风气，一些大学被批评为在培养一批批精致的利己主义者。像毛泽东同志青年时代那样的激扬文字、粪土当年万户侯的拼搏激情，为有牺牲多壮志、敢叫日月换新天的斗争勇气没有很好地继承与发扬。拼搏奋斗、敢于斗争、敢于胜利应该是每一代有志青年应有的精神气质，也是中华民族生生不息的力量所在。我们必须在高校思政课教育中及时地补足这一精神之钙。

这种敢于斗争敢于胜利的精神当然不是自发产生的，它需要在刻苦学习中不断体悟、在摸爬滚打中逐步提炼，在层层历练中哺育滋生。对于高校思政课而言，增强学生的敢于斗争敢于胜利的精神，首先要教育大学生努力做到自觉加强学习，强化理论武装，坚定理想信念。今天社会上的一些人革命精神、斗争意识淡化弱化，回避困难、不敢斗争，归根到底还是因为自身理想信念发生了动摇、精神世界发生了质变。大学生是社会建设的生力军与后备军，教育工作者一定要积极引导他们在学习与工作中争取站位高、眼界宽、心胸阔，不斤斤计较个人得失，将国家与社会的远大目标时时置于心中，树立和发扬革命先烈的斗争精神，用好批评与自我批评的思想武器，敢于担当、勇于进取，去奋斗一个壮美的未来。

同时，我们还应该教育大学生将个人追求与奉献社会相统一，学会在艰苦的环境中磨炼自己的意志，主动寻找机会吃大苦、挑大梁。中国依然是一个发展中国家，“两个一百年”的宏伟蓝图还需要肯于吃苦敢于斗争的千千万万的奋斗者；中国未来发展的国际环境还是会面临某些势力的掣肘，需要青年人在党的统一领导下进行有理有利有节的斗争。因此，青年学子要把党和群众的所需所求作为本领增强的目标方向，在增强自身本领的过程中磨炼坚韧的斗争意志。我们的教师和学生都要强化斗争意识，用习近平新时代中国特色社会主义思想武装头脑，做坚定的马克思主义信仰者，始终保持优秀中国人的政治觉悟与政治本色。

摘自中国教育新闻网 2019年10月16日

加强大学生学习驱动力 促进创新创业发展

新时代，面对激烈的国际科技竞争和经济高质量发展的客观需求，如何为实现国家现代化提供一流创新人才支撑，是高校做好创新创业教育必须回答好的时代命题。高校学生既具备一定知识储备，又精力充沛，是最有可能实现创新的人。

今年3月对重点高校学生进行的学习驱动力调研显示：有29.2%的学生对大学的学习内容不太感兴趣；44%的学生几乎不会将课余时间用于学习；同时，有69%的学生表示自己的压力非常大，主要来自

就业压力。可见，当前大学生主动学习和获取知识的积极性不高，压力与动力不成正比，学习驱动力严重不足。在本该奋力拼搏的阶段，学习驱动力却严重不足，导致其创新动力缺乏、创新能力不足，严重影响了我国创新水平提高和创业精神发展。不解决当今大学生在高校录取入校后出现的学习驱动力不足的问题，创新创业发展就会困难重重。

是什么原因导致高校学生学习驱动力不足呢？首先是缺乏学习兴趣。在小学到高中一系列功利性较强的应试教育下，学生学习的主体能动性受到抑制，天性没能得到充分释放，很难找到学习的兴趣点，容易对所学知识产生厌倦，从而缺乏学习兴趣和信念。另外，多年机械化的应试教育使得许多学生在填写高考志愿时并不明晰自身兴趣和个人特点，只是功利化地进行专业选择，导致学习驱动力不足。

其次，学生的学习目的不清晰。入学前，许多学生把考取重点高校当成学习的主要目标，在进入大学后，没有利用这个平台以汲取更多的知识，很多人把考试及格当作学习目标，其学习动机带有近期性和功利性特征，缺乏主观能动性，易浅尝辄止、半途而废，学习效果博而不精甚至考完即忘。再有就是学生学业考核制度也存在一些问题，目前我国高校课程的考核多以通过率来呈现，是一种传统的选拔性评估方式。大学是培养社会英才的地方，学生需要达到的专业水平应该通过水平性的考核方式来测评，即达到水平才能过关。但是，对于高校老师，会受课程通过率的束缚；对于学生，只要保证自己不是

最差的几个即可，这也导致了学生学习动力和压力不足。此外，相较于大部分欧美国家的公立学校，我国高校的教育经费主要来源于政府财政拨款，学生付费占比较低，这也是学生不珍惜学习机会的原因之一。

作为知识传承和创新的中坚力量，大学生是新时代中国特色社会主义事业极为重要的智力支持，其学习驱动力影响着我国高等教育人才培养质量和国家创新能力。在如此关键的时间节点，若放任大学生学习驱动力不足的问题，将对我国人才培养、科技创新和社会进步产生难以估量的消极作用。因此，主管部门应从制度设计入手，减轻初等教育阶段升学压力，让学生更加贴近自然，有更多时间与精力培养学习兴趣，找寻自身兴趣点、使其成为具有健全独立的人格，富有理想、责任感和宽阔视野的人。高校应完善和严格落实学业评价制度，改革和创新学业评价内容，改选拔性考核为能力性水平性的考核；将学生考试不及格后的重修费用按成本进行收费，提高大学生重修成本；建立师生诚信体系，对学生实行严出政策，努力提升人才培养质量。

摘自光明日报 2019年10月30日

大学教师的角色内涵及外延

古往今来，不同的学者曾对教师角色给出不同定义：唐代韩愈的

“师者，所以传道、受业、解惑也”是古代对教师角色经典性的论述。在瑞典教育家胡森主编的《简明教育百科全书》中，对教师角色所代表的涵义作了三种解释：一是教师角色就是教师行为；二是教师角色就是教师的社会地位；三是教师角色就是对教师的期望。

近年来，学者们从不同视角对教师角色进行了探讨，大大丰富了其内涵和外延。其中，具有代表性的四个观点有：一是周宗诚（2001年）在《大学教师社会角色论》中，从大学教师的社会活动和社会关系出发，认为大学教师的社会角色是研究者、教育者、知识分子三者的统一体。二是吴兰平以知识社会学的理论探讨知识与大学教师角色的关系，认为大学教师是“知识的传播者”“知识的组织者”“知识的贡献者”和“知识的创造者”的有机结合体。三是在互联网、大数据背景下，聂蕙（2004年）在《论现代教育技术条件下的高校教师角色》一文中，分析了高校教师角色转换的可能性与必要性，并提出四种教师角色，即指导者和促进者、创造者、协作者、学习者。四是在不同的学习方式下，杜伟（2012年）在《研究性学习中教师角色转变研究》中认为，研究性学习应对教师角色重新定位，即研究的先行者、参与者、指导者、组织者、学习者等。由此可见，大学教师已由最初的教育者演变出研究者、创造者、指导者和学习者等角色外延。

2019年2月26日，教育部高等教育司副司长范海林表示：“我们已建成了世界上规模最大的高等教育体系，高等教育毛入学率达48.1%。”我国即将由高等教育大众化阶段进入普及化阶段。在此背

景下，大学教师的作用和影响将更加重要，对大学教师的角色定位也需要进行一些新的思考和认识。

第一，完善高校教师队伍建设的相关政策，引导大学教师角色外延的发展。政府在高等教育的改革发展中发挥着不可替代的作用，通过完善相关的高校教师队伍建设政策，有助于引导大学教师充分认识研究者、服务者和知识创新者等角色外延。中国高等教育改革历来都是自上而下的：治理的方案是政府核定的，治理的步骤是政府推进的，治理的空间是政府释放的，治理的结果是政府可控的。高校教师队伍建设过程中，政府须进一步发挥主导引领规范作用，完善师资建设政策体系，明确师资考核条件细则，为教师的发展指明方向。在从中央到地方政策细化的过程中，促进大学教师对角色外延认识的深化，为角色转变提供方向引领和制度保障。

第二，建立科学合理的激励和评价制度，减轻大学教师的职业倦怠感。大学教师的职业倦怠感来源于大学生的不良表现、自身生活压力和繁重的教学任务等多方面，其中学校科学合理的激励和评价制度是减轻职业倦怠感的关键。学校评价重量化，如大学教师职称评定最终量化分解为论文、研究项目数量的多少以及论文发表所在期刊、研究项目的等级划分，假设通过实证方法就能确定各因素的结构和关系，构建出整套“指标”，从而界定出所谓的“优秀教师”“高级教师”。量化的职称评定方式、“五唯”的评价导向，加剧了教学与科研的双重压力，使部分教师出现学术不端行为，破坏学术风气、

败坏师德建设，加重教师的职业倦怠感。因此，学校评价激励制度要突出教育教学业绩和师德考核，将教授为本科生上课作为基本制度，所有教师都要承担教育教学工作；完善科研评价导向，坚持服务国家需求和注重实际贡献；尊重学科差异、岗位差异，尊重教师成长发展规律，注重分类考核评价，引领教师专业发展。促进量化评价与质性评价相结合，让学术型和教学型教师都能得到科学合理的评价，调动其工作积极性，缓解职业倦怠感，涵养学术共同体。

第三，增强时代敏感性，根据社会发展要求适当调整自身角色。新的时代发展特点和学生发展特征，要求大学教师及时根据社会要求调整角色。一方面，不同时代对大学教师的角色期望不同。从古代社会的政治代言人到近代社会的思想引领者，教师角色随时代而变化。互联网时代的现代社会对其教学研究和知识创新等方面又提出新的期望和挑战。这需要大学教师充分认识到新兴技术对教学的影响，积极学习大数据分析等新技术，提升自身的信息素养，努力实现从教学主导者向引导者和创新者的转变。另一方面，不同时期大学生的发展特点对教学提出新的要求。当代大学生积极追求新思想，个性张扬。准确把握新时期大学生的性格特征，关注学生思想变化，帮助其培养良好的生活、学习习惯，也是新时期大学教师进行角色转变的职责所在。

第四，处理好教学与科研的关系，履行好教育者和研究者的角色。大学教师职业角色的核心内涵是教育者，教书育人是教师的本

质使命。大学教师的职业性质要求其既要教育学生，也要开展研究、引领和促进社会进步。如何恰当扮演教育者和研究者的双重角色是大学教师面临的最直接的问题。一方面，研究学术要抱定宗旨，维护学术真理。“假如一种学术，只是政治的工具，文明的粉饰，或者为经济所左右，完全为被动的产物，那么这一种学术，就不是真正的学术。因为真正的学术是人类理智和自由精神最高的表现。”另一方面，教学中要关爱学生，为学生发展着想，不可因功利性的学术研究而对教学工作敷衍塞责。要合理处理二者关系，激发学生兴趣，培养学生勤于思考和善于发现问题的能力，引导大学生参与研究过程、学习研究方法、积累研究经验，促进学生开展理论与实践相结合式的学习，在扮演研究者角色的同时也履行教育者的使命。

摘自《北京教育杂志》 2019年10月24日

化解高校实习难 管理工作要加强

因为交通、时间等各种原因，无法方便地完成现场实习怎么办？近日，教育部印发《关于加强和规范普通本科高校实习管理工作的意见》（以下简称《意见》），围绕破解实习难题，提出了支持虚拟仿真项目建设代替现场实习等改革举措，并对进一步加强和规范普通本科高校实习管理工作做出了具体规定。

随着产学研融合不断深入，大学生实习工作稳定开展、质量稳步

提高，但同时，有些高校对实习不够重视、实习经费投入不足、实习扎堆、实习教学需求与实习单位需求脱钩等现象及问题仍然存在。

围绕破解实习难题，《意见》提出了具有针对性的建议举措。比如，面对长期以来，高校扎堆实习导致实习单位接收能力不足的突出问题，《意见》提出，高校要结合实习单位实际，灵活安排实习时间，实现错峰实习；为实现校企双方的实习需求信息对接，《意见》提出要加强信息化建设，支持有条件的地方和高校建立实习信息化管理平台；为探索解决实习教学需求与实习单位需求相互脱节、大学生创新创业能力培养与经济社会发展需求脱节的矛盾，《意见》鼓励开展研究性实习，推动多专业知识能力交叉融合……

《意见》共 4 部分、16 条，从充分认识实习的意义和要求、规范实习教学安排、加强实习组织管理、强化实习组织保障等 4 个方面，对当前大学生实习工作中存在的主要问题进行了呼应，并提出了具体的工作举措。

来源：中国教育新闻网 2019 年 10 月 31 日

传统音乐教育如何传承“乐感”文化

党的十八大以来，围绕传承和弘扬中华优秀传统文化，习近平总书记发表了一系列重要论述，特别强调中华优秀传统文化是中华民族的“根”与“魂”，“优秀传统文化是一个国家、一个民族传承和发

展的根本，如果丢掉了，就割断了精神命脉”。教育是传承中华优秀传统文化最为有效的方式和手段，利用学校这一载体，使学生有目标、有计划地学习和掌握本民族传统音乐文化，已在教育界内外形成共识。

我国的传统音乐如同浩瀚的海洋，单就民间音乐而言，56个民族保存了丰富的歌种、乐种、曲种、剧种等，而每个种类又有多种多样的乐器以及乐队组合、唱法和奏法等表现形式。仅从已收集到的民间歌曲、器乐曲、曲艺音乐、戏曲音乐总数上看，民间歌曲约为30万首，器乐曲约200种，这些丰富多样的民间音乐是我国传统音乐的重要组成部分。此外，还有大量文人音乐、宫廷音乐与宗庙祭祀乐等音乐资源。传统音乐文化的学习和传承，能增强大学生的文化认同，进而增强文化自信。

反思学校传统音乐教育

“欧洲中心论”的影响仍然存在。20世纪初，随着西方殖民主义的入侵，西方音乐对中国的传统音乐文化形成了强烈冲击。“远法德国、近采日本”，影响了中国近半个世纪。民国成立后，许多学者接受并采纳了西方的音乐标准，一切音乐行为、审美思想均由西方标准来评判，忽视了中国音乐理论体系的深入探讨挖掘。近百年来，围绕中国传统音乐应该如何发展，应该走什么样的道路问题，专家学者们一直有不同的争论。有人认为，中国音乐的主体应以西方音乐的根本精神进行重建；也有人提出，要保持传统音乐固定不变的形态，对

于中国音乐走西化的道路必须予以否定或纠正。时至今日，历经数代乐人的努力，传统音乐的传承和发展已积累了一定成果，但在学校音乐教育中重“西洋”、轻“民族”的现象仍然存在，未能把传承中华民族音乐作为自己的重要职责。

传统音乐教育功利性现象凸显。学校传统音乐教育近年来虽然得到了一定的发展，但也有隐忧。学生课外传统音乐的学习主要集中在民族器乐上，但不论是从教育对象的培养上，还是从学习内容选择上，都按照“精英教育”的模式运行。在追求奖项、等级等的“锦标主义”思想驱动下，民族器乐的学习开始更多地追求技术、速度，许多学习民乐的学生，虽然拥有较好的技术，却缺乏神韵。传统音乐植根于特定的文化环境，应在充分了解其文化背景的基础上进行学习，功利性的学习很难真正继承传统音乐文化的精髓。

传统音乐教材建设有待完善。音乐教材不仅是音乐课程设计的本源，更是音乐课程实施的基础，苏联音乐家卡巴列夫斯基说过：“音乐教育中的材料，必须从民族音乐、古典音乐及现代音乐三个方面来选择，但首先必须立足于本国自己民族的音乐文化。”近年来，虽然音乐教材中已经加大了中国音乐部分的内容，但传统音乐的总比例仍然偏低。此外，还存在着编写上的诸多局限。仅以音乐欣赏教材中古琴音乐的相关内容为例，就存在曲目选择高度集中、乐曲风格介绍存在谬误、谱例出现版本错误等诸多问题。如何提高教材中传统音乐的比例、减少编纂失误，以更好地开展课堂教学，是学校传统音乐传承

需要进一步思考的问题。

建构适应当代的传统音乐教育体系

目前我国学校音乐课程中，西方音乐的教学内容、方法、理念等占据主流教学地位。如渗透在业余考级中的基本乐理、视唱练耳等课程以及专业音乐院校所开设的和声学、配器、复调、作品分析等诸多必修课程，无一不是西方音乐经典理论课程。1995年12月召开的第六届国民音乐教育会议，提出了“以中华文化为母语的音乐教育”。只有立足于文化视角，充分认识我国传统音乐的价值，并选择反映中华民族精神风貌、音乐语言和音乐风格的优秀作品，并将其进行合理的教材化、课程化，作为学校音乐教育的重要内容进行学校传承，才能使传统文化得到更好的传承和发展。中国的传统音乐，无论是民间的、文人的，还是宗教的、宫廷的，几千年来均始终以“口传心授”为主要传承方式，这种方式在近代则被学堂乐歌所取代，在学校音乐教育中几已销声匿迹。但事实上，“口传心授”不仅并不落后，而且是一种富有创造性的、开放性的传承方式。“口传心授”既强调直觉的整体把握，又强调传授者和继承者双方之间的心灵沟通，通过音乐的直接唱、奏以及语言和非语言的交流手段，使继承者能够直接感受音乐、体验音乐、领悟音乐，最终达到对音乐神韵的共鸣。因此，传统音乐教学方式的选择和采用，不应仅仅局限于引入学堂乐歌以来的方式方法，还应提倡将“口传心授”等传统音乐的传承方式运用到音乐课堂中去。

传统音乐能否在学校教育中得到有效传承，关键在于教师。而当下传统音乐教学中，许多音乐教师反映不会上、上不好，究其原因，大多数教师对传统音乐的认识有限，不能真正理解传统音乐的情感和内涵，因此在涉及相关教学内容时，多流于照本宣科、应付了事。此外，由于教学条件所限，大多数音乐教师在讲授时不能够为学生进行传统乐器展示，更不能示范具有民族地域特点的音乐作品，教学效果十分有限。因此，对于传统音乐教育而言，建设一支具有弘扬传统音乐文化使命感、全面的传统音乐理论素养及较好的传统音乐技能技巧的高素质音乐教师队伍，是传统音乐教育体系建设的重要环节。

时至今日，中国传统音乐经过数千年发展，积淀了丰富的民族艺术智慧和文化遗产，形成了鲜明的民族个性。中国传统音乐的艺术品格，是其他任何一种音乐艺术所不可替代的。保护、传承和发展传统音乐，兼容并蓄、借鉴并吸收外来音乐的形式技法，才能使中国音乐走上振兴和发展的道路，更好地发挥美育作用。

摘自中国新闻网-中国教育报 2019年10月31日

明令取消“清考”彰显改革决心

近日，教育部下发《关于深化本科教育教学改革 全面提高人才培养质量的意见》（以下简称《意见》），指出要提升高校学业挑战度，严把考试毕业出口，严格教育教学管理；同时明确严肃考试纪律，

坚决取消毕业前补考等“清考”行为。事实上，教育部去年8月就曾发文要求取消“清考”制度，此后又在不同场合和文件中反复提及。这表明了教育部进行改革的决心，也折射出此举的难度和存在的阻力。

提升本科教学质量须严把考试关

不得不承认，一些大学生日常熬夜、旷课、滑水是有“底气”的。如果期末考试没有通过，还可以参加补考；补考没过还可以重修；若学校不允许重修，或重修考试仍然没有通过，毕业前还会有一次考试机会，这就是大家熟知的“清考”。作为学生的学业能力是否可以达到毕业标准的最后一道检测，“清考”的意义不言而喻。取消“清考”制度，针对本科生的毕业考核进行严格管理，拆除了平稳毕业的最后一道保护墙，将大学生赶出“安乐窝”，从学生主体入手倒逼本科生教学效果的提升。

事实上，取消“清考”的风潮并非首次刮起。2011年，中南财经政法大学、首都经济贸易大学、北京工业大学等高校就取消了“清考”制度；2013年，西华大学也发布公告称“从2012级学生起，取消毕业前增加的一次补考”；自2018年教育部提出取消“清考”制度后，广东财经大学、河北地质大学、广州大学等多所高校先后发布通知，明确取消“清考”制度。在地方政策方面，江西省于2019年印发《江西省教育厅关于全面振兴本科教育的实施意见》，提出完善学生学业评价机制，全面取消“清考”；河南省也发布文件指出，将

“逐步取消清考制度”。

当毕业失去了捷径，重视过程、脚踏实地，显然比投机取巧更靠谱。因此，取消“清考”制度，不仅可以起到鞭策大学生认真学习的作用，也可以在很大程度上扭转其“唯结果论”的被动学习观。

取消“清考” 大学正在“严出”

据媒体报道，严把本科毕业出口关其实早就提上日程了。在去年召开的新时代全国高等学校本科教育工作会议上，教育部部长陈宝生发话：中国教育“玩命的中学，快乐的大学”现象应该扭转，对中小学生要有效“减负”，对大学生要合理“增负”，提升大学生的学业挑战度。

据了解，对于部分本科大学生来说，如果哪门课程挂了科，补考也没通过，在毕业前参加学校安排的“清考”是拿满学分按时毕业的最后机会。一般来说，“清考”的考试要求都不太高，这也使得“清考”被质疑是最后关头的系统性“放水”。但现在，教育主管部门动真格了，《意见》一出，可能不会再有“上了大学，学不学无所谓，反正最终都能毕业拿到毕业证与学位证”这种情况出现了。《意见》还指出，要将阅读和锻炼纳入考核标准，体育测试不合格者不能毕业；同时，积极倡导教授给本科生上课，提升本科生教师队伍实力。这些都是为全面提升本科教育质量做出的积极尝试。大学生们应该切切实实地感受到了压力。

坚决取消本科毕业前补考，确实有助于高校实现学生严进严出，

提高毕业生质量,无论是对学校还是对用人单位来说,都是一件好事。

摘自中国教育报 2019年10月21日

大学生身体素质呈下降趋势 保持运动才能体测达标

“没有被体测支配过的大学生生活是不完整的”——对不少高校学子来说,一年一度的体质测试是最令人“胆战心惊”的时刻。

教育部印发《关于深化本科教育教学改革全面提高人才培养质量的意见》提出,要严把考试和毕业出口关。意见明确,加强学生体育课程考核,不能达到《国家学生体质健康标准》合格要求者不能毕业。

“政策的着眼点不仅是学生的体质健康水平。大学教育有促进学生全面发展的功能和作用,参加体育活动有很多社会化的功能。”教育部体育卫生与艺术教育司司长王登峰认为,体育活动能磨炼意志品质、提高抗挫折能力和团队合作能力,对于学生个人、家庭和社会来说都很重要。

大学生身体素质呈下降趋势

2014年国民体质监测公报结果显示,中小學生身体素质向好,但大学生身体素质继续呈现下降趋势;2017年《中国学生体质监测发展历程》同样显示出,我国大学生体质依然呈下降趋势,肥胖率持续上升,每5年提高2%到3%。

保持连续运动才能真正达标

引得不少高校学子连连喊累的体测到底难不难?以遭遇“吐槽”最多的中长跑来说,《国家学生体质健康标准》中,男子1000米和女子800米的合格标准均在4分30秒左右。在很多高校体育工作者看来,这个要求并不高,不需要有出类拔萃的运动天赋,只要坚持参加必要的体育运动就能达到。因此,很多年轻学子怕体测,并不是由于成绩标准强人所难,而是因为长久疏于体育锻炼,导致身体素质严重下降,依靠短时间的“突击”也难以达标。

大学生身体素质逐年下滑,原因很多。一方面,一些大学生生活作息不规律,沉迷游戏,未养成科学的健身习惯,渐渐透支了身体健康;另一方面,大多数高校在大三、大四后不再开设体育课,难以强制性地把学生“逼”到运动场上,再加上论文、就业等压力,学生的体育锻炼时间被不断压缩。

“目前的体育健康测试覆盖了大学所有年级,这样学生体质健康才能保持连续性,不能靠突击训练拿到短期合格。”王登峰说。

提高身体素质是系统工程

提高大学生的身体素质,离不开强制性的“狠招”,也需要内容丰富的“奇招”。从今年开始,浙江大学实施了体育必修课的全覆盖。从大一到大三,学生必须在每学期完成相应的课内体育课程,从60个种类的体育技能中选择一项学习。在毕业年级,虽然体育课并不固定时间,但是学生也要完成课外体育课程,一学年要打卡锻炼64次

以上才算合格、拿到相应学分。还有一些学校利用手机应用程序等方式，将学生在课余时间的跑步纳入体育课成绩。要想拿到满分，学生必须在规定时间段内，以有效跑步距离和跑步时长进行运动，完成“打卡”。

不少业内人士认为，学生体质的提升和运动习惯的养成，不仅要靠高校，也需要建立一以贯之的体育教育体系。而目前，我国在中小学阶段同样缺乏基础性的体育教育，为此高校体育往往要承担“补课”的功能。

值得一提的是，在今年的高校自主招生过程中，教育部首次明确要求各自主招生高校在校考中增设体育科目测试，将测试结果作为录取的重要参考，以此激励学生从中学起便积极进行体育锻炼、促进学生体质健康发展。

摘自人民日报海外版 2019年10月31日

《高等教育资讯》

(内部交流)

2019年第16期

(半月刊)

出版 西安交通工程学院图书馆

主编 胡 艳

编辑 韩莎莎

地址 西安市鄠邑区

电话 (029) 89028203