

“体质测试不合格,拿不到毕业证”曾在两年前登上热搜 “最严体育校规”执行怎样了?

“体质测试不合格,拿不到毕业证”曾在2021年登上热搜,爆火网络。如今,距云南大学出台这一“最严体育校规”已逾两年,学校执行情况如何,学生体质有何变化?带着疑问,记者近日到该校做了回访调查。

体测成绩确实好了

11月底一个阳光明媚的午后,在云南大学田径场,本科生正在进行体质健康测试。记者观看了几个测试项目——男子1000米跑和引体向上、女子800米跑和仰卧起坐。与两年前记者调研情况不同的是,90%的学生都能及格,部分学生还能达到优秀。

大二某班的男子1000米跑,除了一人因为没吃午饭,身体不适跑了6分钟,申请补测外,其余

男生都跑进了及格线(4分32秒)以内,最快的是3分19秒(满分:3分17秒)。

引体向上的成绩较为参差,最多的能拉20个(满分:19个),最少的一个也拉不起来(及格:10个)。

大二某班的女生跑800米,全部跑进了及格线(4分34秒)内,而在两年前,能及格的不到八成。女生一分钟仰卧起坐的成绩亮眼,不仅全部达标,最多的做了63个(满分:56个)。

“善意的强制”起效了

2021年,云南大学出台了“最严体育校规”——从2021年秋季入学的大一新生开始,若哪个学年体质测试不及格,将拿不到毕业证。

校规还要求,本科所有年级均开设体育必修课,其中大一、大二为144学时,大三48学时,大四8学时,总计200学时(注:国家要求为144学时)。不仅课时增加,每学期体育课考试内容也变成:50%运动

技能+40%体质测试+10%平时成绩。此外,学校创建了校园APP,要求每学期男生跑120公里、女生100公里。

云南大学表示,“体测不及格不发毕业证”并非首创,而是在严格执行教育部规定。该校下决心和力气推动这一举措,就是想发挥考试的正向指挥棒作用,让学生真正动起来,通过锻炼造就健康体魄。

云南大学体育老师宣红波说,体测成绩与毕业证挂钩后,学生的锻炼主动性提高,从两年成绩看,学生们每学期都有进步。

从整体数据看,2018年至2022年,云南大学体测合格率在大幅提升,从68.6%提高到90.3%。2021年体育新校规施行后,合格率达到91.9%。2022年底由于疫情提前放假,测试成绩受到影响,但仍然达到90.3%。2023年预计合格率能达到92%。

“研究表明,一个习惯的养成只要21天,如果能让孩子养成锻炼的习惯,学校愿花四年帮他们养成。”云南大学体育学院院长王宗平说。

正如学校所愿,两年时间,不少学生已悄然变化,在宿舍宅着不出门,打游戏追剧之风,渐渐让位于锻炼。“一天不走个一两公里,或跟同学打会球,会觉得生活少点什么。”大二女生王嫣然说。

体育校规会继续“严”下去

说起两年前设计这一体育校规的初衷,校方表示,主要是基于三十多年来,我国大学生体质下滑的事实。

“《国家学生体质健康标准》经过了五次修订,每修订一次,标准就下降一次。”王宗平以男子1000米为例,1989年的体测合格标准是3分55秒,而2014年是4分32秒,降低了37秒,“换句话说,现在的男生,如果跟当年他的父亲一起测试1000米,他爸已经跑到了终点,儿子才跑到800米处。”

2021年9月教育部举行新闻发布会,公布了第八次全国学生体质与健康调研结果,其中就提到大学生身体素质下滑问题严峻,肥胖、耐力不足等问题突出。

“体测看似枯燥,但它是各种体育技能的基础。速度、耐力、协调、平衡、力量、柔韧等素质,都能在50米、800米、1000米、立定跳远、引体向上、仰卧起坐、坐位体前屈上体现。体测成绩提高,身体素质自然会上升。”王宗平说。为了把这一“严格”的体育校规执行好,云南大学还出台了配套政策,如:创建男女合班选项体育课,帮助学生掌握2项以上运动技能;每次体育课都含体测项目;增加体测次数和补测机会;建成了近10万平方米的学校体育中心;按照本科生300:1配备体育老师;提高体育老师薪酬待遇等。

“虽然我们的体测合格率大幅提升,但优秀率、良好率一直处在较低水平。今后,我们还将继续严下去,希望学生能理解这种善意的强制。”王宗平说。(据新华社)

“青囊健康行”微实事清单落地 让健康服务更有温度



民生无小事,尤其对于患者来说,有些看似细微、琐碎的小事,往往可能就是麻烦事、闹心事。如何解决百姓诉求,让“民有所呼,我有所应”成为常态?2023年以来,为进一步推进党建联盟工作深入一线,保障居民健康,无锡市第二中医医院为联盟单位开出“青囊健康行”微实事项目清单。目前,无锡市第二中医医院已经与近30家单位结成党建联盟。结对帮扶、讲座义诊、专家上门、爱心基金、绿色通道……“青囊健康行”微实事项目清单以服务百姓为中心,从微处着手,让健康服务更有温度,受到辖区百姓欢迎。

结对帮扶 关爱活动暖人心

为更好地帮助社区特困人员,今年以来,市二中医第二、第三、第四党支部都通过党建联盟单位与社区特困人员成功结成了结对帮扶关系。社区中的特困人员情况各不相同,各支部积极组织医护人员定期上门提供医疗服务。

“张大爷早上好,您颈肩腰腿有痛吗?我们今天特地带了骨科的中医医师给您看看。”7月中旬,该院第四党支部医护志愿者来到结对帮扶的居民家中。巧的是,这位结对帮

扶的社区特困人员其实是该院骨科的一位“老朋友”了。

张大爷本身是一位聋哑人,未婚未育,除了糖尿病等基础疾病之外,还有长期的肩周炎。今年5月,他因意外腿部受伤,被收住在骨科病区。了解到此次结对帮扶对象的情况,第四党支部书记、骨科主任华国军为张大爷有针对性地组建了上门帮扶的医护志愿者小组,为他制定健康指导方案。耐心、细致、实用,张大爷给第四党支部医护小组竖起了大拇指点赞。

健康福利 服务送到家门口

“小毛病家门口就能问,还不用花钱,蛮好的。”在大桥社区活动室,定期都会有内、外科医生轮流坐堂提供免费的问诊咨询服务——这也是党建联盟的“送医”服务之一。为了让社区居民在自家门口就能享受到便捷的医疗服务,该院定期组织健康讲座、义诊活动进社区,还能根据实际需求灵活调整活动形式。

在9月份的一次社区义诊中,一名中年男性居民自认为身体状况良

好,很久没有做过体检,当他看到社区宣传还是顺便请护士测量了血糖。没想到结果让他大吃一惊。“血糖二十几,真的不敢相信。”义诊医生详细询问了他的情况,并建议他尽快进行全面的身体检查。

社区工作人员反馈,很多居民因为生活和工作繁忙,往往忽略定期健康管理,有了“家门口”定期的义诊,不仅仅可以减轻居民跑医院的负担,也是一种健康意识的宣传。

量身定制 主题科普很实用

“我们项目上工地比较多,能不能给我们来做个急救培训啊?”……随着党建联盟单位的拓展,联盟单位的类型也更加丰富了,除了传统的社区,还包括各种类型的单位、企业,例如中建二局、中建八局项目部等。各联盟单位所属领域不同,健康需求也各有差异。为了切实提升服务质量和效率,医院党建联盟对接工作人员定期与各成员进行沟通,根据实际需求制定主题服务内容。这种量身打造的服务“菜单”受到了广泛的欢迎。

今年护士节主题活动中,第二党支部书记、急诊科护士长全玉丽正手把手给一个护理院护理人员做心脏复苏急救培训。这是医院急诊科“心手相连、点亮生命”服务品牌在“青囊健康行”微实事清单项目发挥能量,下沉基层单位为辖区百姓进行健康服务的又一个缩影。通过示范操作,大家了解了急救知识,掌握了急救技能,能更有效地处理突发状况,也增强了对生命的敬畏感和主动施援的责任感。

无“微”不至 为老百姓办实事

医护结对帮扶,对社区特困人员定期上门进行医疗服务;开展讲座义诊,为居民提供科普教育、健康指导;发放就医“爱心卡”,为80岁以上老年人提供从挂号到出院的全流程协助就医服务;开通工伤绿色通道服务,为辖区内企业工作人员提供就诊便利;住院爱心基金提供补助,帮助经济困难的居民减轻医疗负担……目前“青囊健康行”微实事清单主要包含基础10个项目,各个联盟单位

可以在此基础上定制自己的“专属清单”。

党建联盟聚合力,优质服务暖人心。接下来,这份“青囊健康行”微实事清单将持续更新,无锡市第二中医医院将通过党建联盟的纽带作用,持续弘扬大医精诚的中医药文化精神,秉承“厚德、精医、连心、远志”的院训,发挥中医医院的特色优势,为周边居民提供更优质、更便捷的医疗服务,真正为群众办好事、办实事。