

# 本市出台新政,每所市实验性示范性高中都要与一定数量的初中和小学衔接培养体育和艺术人才

## 破除副科偏见 布局体育艺术“一条龙”

《关于加强本市中小学体育艺术工作的指导意见》(以下简称《意见》)日前公布,将于今年9月1日起施行。《意见》提出,力争到2021年底,在全市学校体育艺术特色普遍形成的基础上,形成统筹兼顾、重点突出的中小学校体育艺术项目布局结构,形成有序衔接的人才培养体系和科学完善的综合素质评价机制。

这意味着,每一所市实验性示范性高中阶段学校将按照项目与一定数量的初中和小学共同组成一个基本的体育艺术“一条龙”布局单位,在课程、师资、场地、科研及评价等方面,形成相关项目的高品质、系统性供给。

### “一条龙”坚持面向人人

《意见》指出,要全面做好学校体育艺术工作:要坚持面向人人,以课程教学、课外活动及课余训练等为载体,持续推进课程改革建设,不断提升教育教学效果。组建各级体育运动队及艺术团队,科学开展训(排)练工作。大力创建“一校多品”“艺术特色学校”,并逐渐形成品牌特色,营造浓郁的中小学体育艺术文化氛围。此外,将健全学生综合素质评价机制,进一步形成科学的育人导向。

要加强学校体育艺术项目布局的统筹规划。根据国家有关规划和国家级以上大型赛事、展演活动等

项目设置,结合实际,确定一批由各区布局的重点项目以及选择性布局的推进项目。原则上,一所市实验性示范性高中阶段学校按照项目与一定数量的初中和小学共同组成一个基本的“一条龙”布局单位,在课程、师资、场地、科研及评价等方面,形成相关项目的高品质、系统性供给。

要努力构建衔接有序的人才培养体系。在全面做好学校体育艺术工作的基础上,应做好各学段学校间人才培养的衔接工作,为青少年综合素质的持续提升提供有力保障。结合“一条龙”布局,统筹考虑专业能力和文化学业成绩,做好各高中阶段相关学校招收培养优秀体育学生或艺术骨干学生工作。自2022年起,各“一条龙”高中阶段学校开展优秀体育学生和应届优秀艺术骨干学生的招收培养工作。同时,要加强义务教育阶段不同学段学校间的培养衔接,为推进优质体育艺术训练课程、师资及场馆设施等资源,进一步为学生参加体育艺术训(排)练创造条件,在符合入学政策的前提下,研究探索跨学校的优秀体育学生和艺术骨干学生培养机制。

### “五大保障”确保落实到位

为确保文件落实到位,上海提出五大保障措施,包括:加强师资队伍

建设、加强场地开发利用、加大经费投入力度、完善风险防范机制和不断优化发展环境。

上海将支持学校配备充足体育艺术教师并不断提升专业能力。鼓励有专长的学科教师承担体育艺术带训任务。推进实施兼职教师进校园工作,引进高水平教练员、艺术家等。完善教师及教练员工作量核算、薪酬待遇以及职称发展办法。

上海将加强学校体育艺术场馆综合开发建设,推进“上天入地”“全天候智能操场”“可移动操场”和艺术创新实验室及小剧场等建设。建设各级体育训练基地、艺术实践基地、青少年校外体育艺术活动中心及冰雪运动场馆。推进社会场馆向青少年公益开放。

上海将建立经费长效投入保障机制,对各中小学开展师资队伍、场地开发、课余训(排)练及科研等方面所需经费给予保障。同时,上海将健全学生意外伤害预防机制,加强安全教育和场地设施安全检查,完善意外伤害保障和应急处理机制。为不断优化发展环境,上海还将鼓励本市建有高水平运动队、高水平艺术团的相关高校,专业团体、体育运动项目中心、文化活动中心、协会、校园运动队联盟、学生艺术团联盟、训练基地及区青少年活动中心等为中小学提供指导和支持。

### 让学生的特长爱好得到延续

对于《意见》的出台,沪上教育专家及时进行解读。同济大学教育政策研究中心主任张瑞鸿认为,一名合格的现代人不仅需要智力水平的发展,更需要身心健康以及艺术的发展。“从某种程度上来说,出台加强中小学艺术体育工作的政策将改变体育和艺术的‘副科偏见’。”

在目前的情况下,不少小学生在四五年级时会因升学压力而放弃正在学习的体育技能或艺术特长,着实可惜。而“一条龙”将成为体育艺术学习的“成长阶梯”,让学生的特长爱好跟随不同学段延续。他同时强调,在小学、初中和高中进行项目的布局,这样衔接有序的人才培养体系将使学校成为培养体育人才和艺术人才的“沃土”,不同的体育和艺术项目,也将成为这些学校的一张新名片。

上海市市东实验学校校长、上海市体育特级教师沈洪认为,加强中小学艺术体育工作的政策出台,将让每一所学校办出体育特色,人人享受体育兴趣,最后达到让学生终身发展的目的。市教委相关负责人表示,政策关乎每一个学生的发展,重在普及,未来将在项目布局“一条龙”的基础上,研究场馆“一条龙”、竞赛“一条龙”和评价体系“一条龙”,同时保证配齐配足专业教师,确保工作有序推进。

## 夜间野生动物园开园啦!

### 夜上海再添打卡地 满足「游、演、食、购、娱」需求

夜上海,又多了一个“网红”打卡地。日前,我国首个特色夜间野生动物园在上海野生动物园开园,上海市副市长许昆林出席开园仪式。夜间动物园不仅为市民提供了夜间休闲的好去处,也旨在推动本市“夜间经济”的发展。

相关负责人介绍,上野夜间动物园是全市“夜经济”的试点项目,希望探索打造具有国际范、上海味、时尚潮的夜间动物园。夜间动物园汇集100多种、近5000头(只)动物,游客可通过步行或船游方式,探索六大动物主题展示区。为增加游客互动性和参与度,园方首次推出“夜间动物大巡游”,海狮剧场、国际马戏剧场也将上演特色主题秀。园区地标景点之一的“极光摩天轮”等四个亲子游乐设施和三大特色动物主题餐厅及七个夜游商业网点在夜间也照常开放,满足游客的“游、演、食、购、娱”等需求。

试运营后,园方将继续进行市场评估,根据动物适应能力和游客需求,对动物的布局、展出形式和夜间设施不断完善优化,让游客在家门口感受夜间动物园的魅力。

●开园时间和票价目前野生动物园开园时间调整为9:00~21:00。16:00后入园,成人票价为60元/人,学生票价为30元/人,现场售票时间为15:00~20:00,购全天票游客可一直玩到晚上。夜场期间,车入区、部分动物展区、表演场馆、商店及餐饮不开放。从10月16日至11月,开园时间为9:00~17:00;12月至翌年2月,开园时间为9:00~16:30。

●短驳车8月8日至10月15日,南汇公交将在周一至周五开辟夜间短驳车。每天3辆短驳车往返上野和16号线轨交野生动物园站,营运时间为16:30~21:30,票价1元。双休日将在3辆配车外,再增配4辆营运车辆。如遇现场大客流,还将调派周边的1069路和途经线路惠南6路等支援。

### 遗失声明

上海市黄浦区丽园公寓业主大会,遗失开户许可证,核准编号为J2900091834203,编号为290002003129。特此声明

## “瘦成闪电”还觉得胖?

### 进食障碍暑期迎就诊高峰,死亡率最高达15%

“瘦成一道闪电”是很多女孩的愿望。可真的瘦成“皮包骨”,不仅失去美感,还会付出健康甚至死亡的代价。上海市精神卫生中心心身科主任医师、进食障碍诊治中心主任陈珏教授表示,“每年暑假,进食障碍门诊都会迎来一年中的就诊高峰。”对于进食障碍,住院治疗效果最好,治疗方式以营养治疗+心理治疗为主,药物治疗为辅。

### 过度减肥减出了病

16岁的小优(化名)是本市某重点中学的尖子生。2年前的暑假,她在父母的陪同下第一次来到精神卫生中心进食障碍门诊,找到陈珏主任咨询。这个学业优秀的女孩因为减肥,加上学习压力过大,日益消瘦,最终患上了厌食症,还出现了各种健康问题。在医院各大科室绕了一圈后,终

于鼓起勇气来到了精神卫生中心。

陈珏说,小优是进食障碍中典型的厌食症患者,还有一种常见的进食障碍是暴食症。而不管是厌食还是暴食,在13至25岁年轻女孩中的发病率越来越高。通常来说,13至14岁的青春期,以及17至18岁,是进食障碍高发期。进食障碍不仅会让人过度消瘦,对于女性来说还会导致月经紊乱甚至停经,以及长期营养不良电解质紊乱,多数患者还伴抑郁或焦虑。“不管是厌食还是暴食,大部分与减肥不当有关,有进食后存在催吐或者服用泻药行为。很多人都听过一首经典英文歌《yesterday once more》,主唱卡朋特年轻轻轻就去世了,死因就是厌食症。”

### 营养心理治疗为主

进食障碍往往伴有其他精神障碍

和躯体疾病,它的危险性一直被公众忽略。陈珏说,“进食障碍在精神障碍中致死率最高,死亡率达5%~15%。”患者及家属多数不觉得这是病,他们往往是因为进食障碍出现躯体症状后才来到医院就诊,多数患者来到医院时病情已经发展到重度进食障碍。

进食障碍的治疗方式以营养治疗+心理治疗为主,药物治疗为辅。所有患者都会在收治后立刻开始营养治疗,每日有6次进食安排,包括3次正餐和3餐点心。陈珏介绍,上文中提到的小优,后来休学接受治疗,3个月体重增加,随访情况也良好。“心理治疗包括辩证认知治疗、家庭治疗、团体治疗等。”陈珏说。

### 去年收治100多例

“很多患者并不知道进食障碍要去精神科处理。而对进食障碍患者

来说,最难的一步就是下决心接受治疗。”陈珏表示,进食障碍的成因尚未被医学界完全弄清。和其他精神类疾病类似,这是一种由生物、心理、社会环境等多种因素导致的疾病。但在“以瘦为美”的社会价值观念驱使下,近年来进食障碍患者越来越多。

近5年,上海市精神卫生中心进食障碍诊治中心收住院的各类进食障碍患者数量(年均56例)是前5年(年均15例)的3.7倍,2018年收治进食障碍102例,创历史新高。

“不少患者在病房接受营养治疗一两星期后,他们逐渐与医生、护士、心理治疗师和其他患者建立了情感连接,等出院时,大多可以完成增加体重的目标。”陈珏说。

(上接第1版)

中国跳水队一直以来都是大家心中的“梦之队”,但是你可能不知道的是,跳水运动员有相当一部分人的眼睛存在问题。眼睛是最脆弱的部分,但是为了保证起跳后动作准确,眼睛必须是睁开的,所以入水时眼睛受到了很大冲击,这样一来,视网

膜就很容易受伤。“以前,有一个学生,十米跳水台下来,没有闭眼,入水的一瞬间,伤到眼睛。她现在视力只能看到0.2。”曹校长遗憾地说。

从光启小学“体育班”走出去的运动员中,除了大家特别熟知的那些冠军们,还有许多的队员,曹校长也如数家珍。“从我们学校输送出去的小队员

们,双胞胎姐妹花夏冰清、夏玉洁,亚运会冠军季思雨等等,都是好样的。”

曹校长也很清楚地记得,获得过徐汇区区长奖的曾同学:“他很刻苦,但是因为一次训练中,用力过猛,受伤了,目前很少在比赛场出现。”

体育竞技的“金字塔”下,总会有许多的遗憾。