

论身体素养理念与青少年体育发展  
王芳  
副教授 北京体育大学中国奥林匹克高等研究院  
电话：13581932096 E-mail: wangfangnc@126.com

On the Idea of Physical Literacy and the Development of Teenagers' Sports  
Fang Wang  
Associate Professor, Institute for Advanced Olympic Study Beijing University  
[Tel:13581932096](tel:13581932096) E-mail: wangfangnc@126.com

关键词 身体素养 青少年体育 培养内容  
Key Words: Physical Literacy Teenagers' Sports Training

改善青少年健康状况，培养青少年体育锻炼习惯是当前国家关注的重点问题，但是，受多因素影响，现阶段我国学生的身体发展状况还存在着不同程度问题。

“身体素养”是以指导学生养成终身体育参与习惯为目标的体育教育指导思想，其指导意义在于，将运动技能融入到游戏的玩耍之中，让青少年在玩耍中学会跑、跳、投、抓、踢等基本技能，进而在未来能将这此运动技能灵活运用到不同的运动项目中，使其有能力、有自信、有意识地参加不同的运动项目。身体素养的培养主要包括三个方面：首先是情感体验，包括兴趣、动机、自信、价值判断和责任等，其中是对身体活动兴趣的培养；第三是运动能力的掌握，即能将正确掌握的运动技能运用于不同情境之中；最后是对身体活动的认知，即对运动知识的掌握与理解等。

从“身体素养”角度出发，使青少年体育不再简单停留在“体质”“技能”层面，已成为共识，2019年9月，《体育强国建设纲要》发布，明确提出，“到2035年，青少年体育服务体系更加健全，身体素养显著提升，健康状况明显改善”的战略目标，这为我国青少年体育未来发展指明了目标和方向。