

美国《青少年体育国家标准》的演进、特征及启示

王占坤,黄可可,王永华,彭艳芳,高继祥
(温州医科大学 体育科学学院,浙江 温州 325035)

【摘 要】: 运用了文献资料 and 比较分析的方法,系统地梳理了美国 1987 年、2008 年和 2017 年 3 版《青少年体育国家标准》,对其建构过程和标准特征进行分析。研究表明:美国《青少年体育国家标准》注重青少年体育教练员和管理者的教育;强调青少年体育机会平等;注重分阶段组织青少年体育发展计划;注重家长在青少年体育发展中的重要作用;注重为青少年体育提供安全的环境。启示:加快研制我国的《青少年体育国家标准》;青少年体育标准的研制需要多元主体参与;标准应与全民健身、健康中国和体育强国的战略目标相契合。

【关键词】: 健康中国;体育标准;青少年体育;素质教育;体育强国

【中图分类号】: G813 **【文献标识码】:** A **【文章编号】:** 2096-5656(2019)05-0046-10

青少年体质健康问题是世界各国共同面临的难题,青少年身体活动不足、超重和肥胖等成为公共健康问题,世界体育强国美国也同样面临儿童、青少年体质健康的威胁,美国顶级智库阿斯彭研究所(Aspen Institute)发布的《青少年体育发展报告 2017》表明,2011 年以来规律性参与体育运动的青少年数量持续减少(见图 1)^[1]。为了应对青少年肥胖、体质下降等问题,美国总统体质与运动委员会成立,并设立了总统体质奖章,20 世纪 90 年代以来,开展了以身体素质测试为主的“总统挑战”活动^[2],推动了青少年体育的发展。除了政府层面的政策外,青少年体育社会组织也积极制定政策促进青少年体质健康水平提高,美国健康、体育、娱乐和舞蹈联合会共同制定了《K-12 国家体育教育标准》,至今已有 1995、2005 和 2013 年三版,促进了美国学校体育的发展。而美国青少年体育联盟制定的《青少年体育国家标准》不同于美国《K-12 国家体育教育标准》,其主要是从家长、教练、志愿者、青少年体育管理者等层面为青少年身心健康的发展营造良好的环境,树立榜样,是美国指导青少年课外体育的蓝本^[3]。

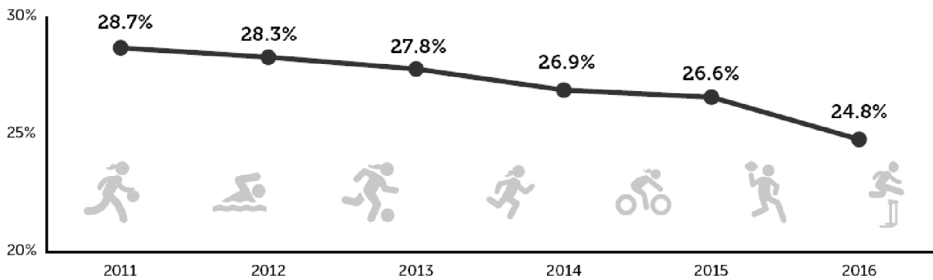


图 1 定期参加高热量消耗运动的儿童比例
Fig. 1 Proportion of children who regularly participate in high calorie expenditure exercise
注:资料来源于 State of Play Report。

我国青少年体育体质健康状况令人担忧^[4],《中国儿童青少年营养与健康报告 2016》报告显示,从 1985 年到 2014 年的 30 年间,我国学生肥胖检出率呈现快速增长趋势,其中城市男生肥胖检出率从 1985 年的 0.2% 增长到 2014 年的 11.1%。2005—2014 年,我国学生视力不良检出率不断增长,乡村学生视力不良率增长更快,国务院办公厅在 2017 年颁布的《国民营养计划(2017—2030 年)》中,将控制学生肥胖率作为一个主要的目标;《“健康中国 2030”规划纲要》指出:到 2030 年,青少年学生每周参与体育活动达到中等强度 3 次以上,国家学生体质健康标准达标优秀率 25% 以上;《全民健身计划(2016—2020 年)》将青少年作为实施全民健身计划的重点人群,把大力普及青少年体育活动,提高青少年身体素质作为主要任务之一。通过分析美国《青少年体育国家标准》的构建过程,学习和借鉴美国在青少年体育优质人力资源培训、体育生活化、体育机会平等、体育精神培养、安全体育环境的营造^[5]、体育伦理道德等方面积累的经验,旨在为我国青少年体育的发展提供参考。

1 美国《青少年体育国家标准》的建构历程

1.1 美国《青少年体育国家标准》的诞生(1987)

20 世纪 80 年代以来,美国推行卓越教育改革,强调青少年素质教育,体育是青少年素质教育重要内容,但美国青少年体育发展过程中出现了问题^[6],一是父母参与青少年体育运动往往超出支持范围,而直接形成压力;二是由于缺乏强制的法律法规的保障,导致很多州中小学没有开设体育课^[7],而影响青少年体育参与;三是超重或肥胖、犯罪、吸毒、酗酒等一直是困扰美国儿童、青少年身心健康的重要问题。美国国家青少年体育联盟(NAYS)认为体育参与是向儿童灌输宝贵生活技能和进行社会化的最大资源之一,其前提是体育参与必须是快乐、安全和积极的,才能使青少年体育运动成为一种积极的体验,每个孩子都应该获得一个高质量的体育项目。在这个背景下,美国开始制定《青少年体育国家标准》,提供一个能够促进青少年体育参与,养成终身体育习惯的政策环境。

1.1.1 美国《青少年体育国家标准(1987)》的研制

美国《青少年体育国家标准(1987)》的研制得到了罗伯特伍德约翰逊基金会(Robert Wood Johnson Foundation)的支持^[5]。1987 年 10 月 28 日至 30,由学术机构和基层青少年体育组织构成的相关学科 48 位顶尖专家在华盛顿特区集合,讨论如何研制《青少年体育国家标准》,参与研制标准的组织包括全国青年体育教练员协会(National Youth Sports Coaches Association)、国家青少年体育信息交换所(National Clearinghouse for Youth Sports Information)、全国青少年联盟协会(National Association of Youth Leagues)、青少年终身体育和健康协会(Lifetime Sports & Fitness for Youth)。此外,其他来自高校(犹他大学、辛辛那提大学、北肯塔基大学等)、体育社会组织(业余垒球协会、加利福尼亚青年足球协会、俄勒冈青年协会)、体育基金会、医疗机构(杰斐逊医学院)、州教育部(明尼苏达教育部)、美国消费品安全委员会、总统体质与运动委员会^[8]、基督教女青年会(YWCA)、基督教青年会(YMCA)、国际特奥会等不同领域的领袖和顶尖专家,其互相合作、深入研究有组织的青少年体育的现状。此后,第一版的美国《青少年体育国家标准》诞生,主要目标是制定所有家长应遵循的培养和管理儿童青少年体育的标准,研制小组从教育、身体、情感和社会等方面,研究了家长在青少年体育发展中的作用。《青少年体育国家标准》提出了一项关于儿童、青少年体育的国家政策,200 多个机构和组织通过决议批准了这项标准,随后在各体育联盟开始执行这些标准。

1.1.2 美国《青少年体育国家标准(1987)》的内容框架

美国《青少年体育国家标准(1987)》主要面向能够保证青少年体育质量的群体,旨在通过体育促进青少年积极的社会体验。每个标准包括关于标准的研制背景、基本原理和实施信息,标准明确了家长在青少年体育参与过程中的责任。标准由 11 部分构成,分别为:(1)父母应该选择适宜的体育环境;(2)计划应该以儿童的健康为基础;(3)父母应该鼓励无毒品、烟草和酒精的体育

环境;(4)体育必须被看作是青少年生活的一部分;(5)教练员必须经过培训和认证;(6)父母必须努力发挥积极作用;(7)父母必须是展示体育精神行为的积极榜样;(8)父母必须每年签署道德守则;(9)父母必须坚持安全的体育设施、健康的体育环境和适当的急救应用;(10)父母、教练和联盟管理者必须为所有青少年提供平等的体育机会,而不论其种族、信仰、性别、经济地位或能力;(11)在青少年体育活动中,家长必须戒毒、戒烟、不饮酒^[14]。

1.2 美国《青少年体育国家标准》的修订(2008)

美国《青少年体育国家标准(1987)》在实施过程中与时俱进地进行更新和完善,基于已有标准在实践中的反馈,以及青少年为未来成功所做准备的标准和需求的变化,美国《青少年体育国家标准》所关注和要求的标准侧重点也会随之变化。在第一版美国青少年体育国家标准实施 20 多年后,美国青少年体育发展出现了许多问题,根据《2005 年青少年体育全国报告卡》(2005 Youth Sports National Report Card),显示青少年体育存在如下问题:第一,青少年体育失去了以儿童为中心的关注,不再强调儿童的体验,而更多地强调以成人为中心的动机,如获胜;第二,家长对青少年体育过度投资,保持不切实际的期望,没有以促进自己孩子和其他孩子健康发展的方式行事;第三,未能为教练提供足够的背景调查、培训和评估,这些教练对青年体育体验非常重要。第四,专注于早期的体育专业化,导致精疲力竭、伤病和高度竞争,违背孩子参加体育活动以获得乐趣、朋友、健身和技能发展的初衷。上述问题的出现,使标准已经不适应青少年体育环境变化的需求,因此在 2008 年出版了第二版的《青少年体育国家标准(2008)》。第二版的标准已成为众多休闲体育专业人员开展青少年体育项目和以最佳方式满足所有参与者需求的首要依据,修订版反映了青少年体育利益相关者的共识,并涉及目前影响青少年体育项目的各种主题。第二版的标准旨在为青少年体育项目的设计和实施提供框架,修订后的《青少年体育国家标准(2008)》成了一项全国性的青少年体育政策,各州纷纷依据 2008 的新标准制定相关政策。

1.2.1 《标准(2008)》主要内容

《标准(2008)》主要内容仍然基于 1987 年版本,修订版对 1987 版 11 条标准进行整合后得到九个标准,包括:(1)优质体育环境(必须制定和组织青少年体育计划,以确保并加强儿童的情感、身体、社会和教育健康);(2)体育参与应该是乐趣和儿童生活的一部分(青少年体育只是生活中必须与其他种种经验、活动平衡的一部分);(3)培训与问责(参与青少年体育的成年人必须接受有关该项目的培训和重要信息,并且必须对他们的行为负责);(4)筛选过程(为了确保青少年体育活动中安全和健康,经常、反复接近或接触儿童的人必须完成筛查过程);(5)父母的承诺(家长/监护人在青少年体育活动中必须发挥积极、正面的作用);(6)体育精神(参与青少年体育活动的每个人在任何时候都应该表现出积极的体育精神行为);(7)安全体育环境(青少年体育项目必须提供安全的比赛设施和设备,健康的比赛环境和适当的急救应用);(8)体育机会平等(父母、教练和联盟管理者必须为所有青少年提供平等的体育机会,而不论其种族、信仰、性别、经济地位或能力);(9)无药物、烟草、酒精和兴奋剂的体育环境^{[9][15]}。

1.2.2 标准的内容变化情况

“2008 标准”相较“1987 标准”发生了如下变化:第一,对 1987 版进行了重组和拆分。首先,2008 版的 9 条标准是建立在 1987 版 11 条标准基础之上的,将 1987 版的第 1 条和第 2 条合并,组合成为 2008 版的第 1 条标准“优质体育环境”;其次,1987 版标准的第 3 条和第 11 条合并为 2008 版的第 9 条“无药物、烟草、酒精和兴奋剂的环境”,增加了创造无兴奋剂环境的内容,表明美国认为反兴奋剂教育要从青少年抓起;再次,第 6 条和第 7 条融合为 2008 版第 5 条的“父母的承诺”。上述标准的重组和拆分使标准更加简洁、明确,政策制定者在制定政策时更易于参考。第二,标准的重点发生了变化。“1987 标准”强调的是家长在青少年体育环境中的作用,而“2008 标准”的重点是联盟和计划管理者,表明家庭不是促进青少年体育发展的唯一场所,体育社会组织和社区也是促进青少年体育发展重要推进者。可以为各州制定青少年体育政策以及为完善教练员、志

愿者管理者的准备项目、认证制度、评价体系和专业发展提供纲领性指导。第三,2008 版标准,除了九个标准之外,还包括了另外三个部分,向家长、志愿者教练和参与者提供信息,以解释国家青年体育标准对每个群体的具体意义,直接阐明了家长、志愿者教练和参与者应当发挥的作用,使标准的目标更加明确、简洁和具有灵活性,便于各州根据实际情况制定具体政策。

表 1 美国 1987 版和 2008 版《青少年体育国家标准》内容对比

Table 1 Comparison of the contents of the US National Standards for Youth Sports in 1987 and 2008

条目	1987 年版	2008 年版
第 1 条	适宜的体育环境	优质体育环境
第 2 条	计划应该以儿童的健康为基础	体育参与应该是乐趣和儿童生活的一部分
第 3 条	父母应该鼓励无毒品、烟草和酒精的环境	培训与问责
第 4 条	体育必须被看作是青少年生活的一部分	筛选过程
第 5 条	教练员必须经过培训和认证	父母的承诺
第 6 条	父母必须努力发挥积极作用	体育精神
第 7 条	父母必须是展示体育精神行为的积极榜样	安全体育环境
第 8 条	父母每年必须签署道德准则	体育机会平等
第 9 条	安全运动环境	无药物、烟草、酒精和兴奋剂的环境
第 10 条	公平体育机会	
第 11 条	在青少年体育活动中,家长必须戒毒、戒烟、不饮酒	

注:资料来源于 <https://www.nays.org/blog/revised-national-standards-for-youth-sports-released/>。U. S Department Of Education Office of Educational Research and improvement。

1.3 美国《青少年体育国家标准》的完善(2017)

从奥运奖牌数量来看,美国拥有世界上最好的青少年体育系统,但近年来,美国青少年体育环境发生了显著变化,美国体育与健身行业协会调研结果表明,过分强调体育专业化,使越来越多的孩子不愿参加体育运动。孩子们想要参加体育运动的首要原因是希望与朋友在一起,而不是赢得比赛。此外,身体活动不足、肥胖率增加、使用烟草、酒精、毒品和运动增强剂的青少年比例增加。为了应对这些新的挑战,NAYS 求助于经认证的青少年体育管理者可信网络(CYSA),以利用其专长研究如何改进标准,对 2008 年版《青少年体育国家标准》进行全面审查和分析,并进行了修订和完善,将标准塑造成一份新的文件。新版本在佛罗里达州奥兰多举行的 NAYS 青少年体育大会上提出,为来自全国各地的青少年体育协会和全球美国军事基地提供投入资源的机会,以及讨论当前影响青少年体育项目交付的各种话题。

1.3.1 美国《青少年体育国家标准(2017)》框架

美国《青少年体育国家标准(2017)》实施 30 多年来成为高质量青少年体育项目的蓝本,为青少年提供体育项目的组织使用。《青少年体育国家标准(2017)》框架发生了重大变化,将原有的文本框架进行了重构,重构后的文本由四个核心领域构成,分别为:(1)以儿童为中心的政策和理念;(2)志愿者;(3)家长;(4)安全的体育环境(见表 1)。每个核心领域都具有特定的和可以实现的标准,每个核心区域内的标准都提供了一个更简明的框架,青少年体育项目应该通过这个框架来设计和执行^[16]。

除了四个核心领域和每个范围内的具体标准之外,2017 年版《青少年体育国家标准》还具有另外三个部分,这些部分为职业青少年体育管理者、志愿者和家长提供信息,以解释这些标准对每个群体的具体含义,虽然标准特别侧重于娱乐性青少年体育项目,但适用于各种体育环境,以帮助确保安全、积极和以儿童为中心的体验。

1987 年版本与 2017 年版本的主要区别在于,1987 版本侧重于父母在青少年体育领域中的作

用,而 2017 年版《标准》成为娱乐性青少年体育项目提供者如何满足其所有参与者需求的蓝本,为体育联盟和项目管理者提供指导,以确保所有青少年获得尽可能好的运动体验。

表 2 美国 2017 年版《青少年体育国家标准》的内容
Table 2 Contents of the 2017 Edition of the National Standards for Youth Sports

领域	标准内容
核心领域 1: 以儿童为中心的 政策和理念	1. 计划应以书面任务声明为指导,为计划目标提供基础。 2. 尽管在总参与人数较低时可以做出修改,应使用下列指南来组织计划: a. 6 岁以下儿童发展计划: 重点:运动技能发展,注重没有进攻或防守示意图基本功,并介绍团队运动。 b. 7 岁和 8 岁儿童的教育计划 重点:技能发展,注重基础,规则的基本概念和基本的进攻或防守示意图。 c. 9 岁和 10 岁儿童组织方案: 重点:技能发展,注重基础,逐步引入简单的进攻或防守示意图和引入内部比赛。 d. 11 岁及以上儿童技能提升计划:重点:继续技能发展,集中于逐步引入进攻性或防守性示意图的基础,引入更具竞争力的比赛。 3. 计划必须建立并遵守书面政策和步骤,以确保一致性。 4. 计划、家长和教练应鼓励参加除体育以外的各种青少年活动,注意不要全年只参加一项活动或体育活动。 5. 计划应该表达所有管理者、裁判、教练、家长、运动员和观众有责任提供一个积极的环境。包括:促进公平竞争,尊重比赛,和蔼对待输赢;在每场比赛之前和/或之后,应要求参与者参加由教练和裁判监测的“握手”仪式。
核心领域 2: 志愿者	1. 应向家长、教练和志愿者提供书面信息,概述该方案的目的以及与志愿人员有关的所有政策,包括 2. 志愿者应填写并签署申请表。 3. 志愿者职位应经过面试、查阅参考资料和查阅犯罪史后填补。 4. 计划应该制定程序和识别不合格者,以确定什么使志愿者不合格。 5. 教练员必须完成脑震荡预防训练。 6. 教练员和工作人员应接受以下方面的培训:青少年体育训练概论;体育专项训练信息;儿童的情感需求;安全;伤害预防和急救;训练;水合和营养;教授适当的体育技术;包括所有儿童;防止虐待儿童;防止欺凌;以及预防毒品、酒精和烟草。 7. 志愿者应为欺凌、虐待儿童和暴力行为提供零容忍政策。教练员应在运动员、家长和观众中倡导积极的体育精神。 8. 教练员应不断地获得一般性和体育专项的训练技能。 9. 应鼓励计划为教练和家长提供额外的教育资源,帮助他们为每个孩子提供尽可能好的青少年体育经验。 10. 应要求所有志愿者每年签署一项行为守则,保证他们致力于提供愉快、健康的青少年体育体验。 11. 计划应建立问责和惩罚程序,以去除任何不遵守政策的人。
核心领域 3: 家长	1. 家长应至少每年参加一次联盟赛季会议。其定位应涵盖以下几个方面:青少年体育理念、计划目标、预期行为和责任以及体育专项信息。 2 在每个赛季开始时,球队应该至少有一个队/家长会。 3. 父母应该通过每年签署父母行为守则来证明他们对孩子的体育体验的承诺,该守则包括对不遵守行为守则的惩戒处分。 4. 如果父母/监护人拒绝签署父母的行为守则,孩子就不能参加练习和比赛。 5. 所有的家长和观众都应该为运动员、教练和其他观众提供一个积极的环境。不提供积极的环境将引发政策中规定的纪律处分。 6. 父母应该熟悉体育专项信息,包括竞赛规则。 7. 计划应该通过时事通讯、联盟会议、网站和电子邮件与父母保持开放的沟通渠道。 8. 计划应该促进家长参与到诸如教练、团队经理、资金筹集者、联赛管理者/经理、助理和/或球迷的角色中。 9. 应该提供给父母、志愿者和参与者评估他们经验的机会。 10. 应该给父母提供评估孩子体验的机会,包括训练和管理。

续表 2

领域	标准内容
核心领域 4: 安全的体育 环境	1. 在每次体育活动之前,计划应该执行检查比赛设施的安全隐患的程序。
	2. 计划应执行对所有比赛设备进行连续安全检查的程序。
	3. 计划应制定政策和程序,不允许在不安全的条件(如雷暴、黑暗、失修的体育场地等)下参与。
	4. 当发生医疗、天气或其他类型的紧急情况时,计划应执行书面的紧急行动计划。这些应该在每个赛季或计划开始传达给每个人。
	5. 如果发生医疗情况或发生危险的天气条件和危害造成伤害风险,所有小组都应建立程序并制订应急计划。
	6. 计划应要求父母/监护人在儿童参与之前正确填写和签署基本医疗与伤害治疗表格。
	7. 在训练和比赛之前,计划应该通知教练与工作人员每个队员的紧急联系和健康信息/状况。
	8. 在任何练习或比赛中都应该至少有一名接受过心肺复苏(CPR)、自动体外除颤器(AED)和基本急救训练的成年人在现场。
	9. 自动外部除颤器(AED)应位于所有比赛区域附近。
	10. 计划应该有受伤球员的书面报告政策,并且当没有受伤报告时应该采取纪律措施。
	11. 计划应该执行一项政策,要求医生在允许儿童在受伤后寻求医疗之前给予书面许可。
	12. 计划应该向每个人提供适当的水化技术的信息。
	13. 11岁以下的儿童应参加限制碰撞可能性的活动,并修改规则,以显著减少受伤的机会。
	14. 计划应该规定在练习、比赛和其他相关活动中至少有两个成年人在场。
	15. 计划应当采取政策,禁止仅仅用于参与青少年体育的快速减肥/增重程序。
	16. 应该使用保护设备来减少参与者的潜在伤害。
	17. 计划应制定规则,禁止在所有青少年体育赛事中使用提高成绩的药物、酒精、非法物质和/或烟草。
	18. 计划应制定书面政策和程序,以便立即处理教练、运动员和观众滥用药物问题;并将此信息传达给教练、运动员和家长。
	19. 联盟应向所有管理者、裁判、教练、父母、运动员和观众传达对欺凌、虐待儿童和暴力的零容忍政策,包括明确规定的违规纪律处罚。

注:资料来源于 <https://www.nays.org/blog/revised-national-standards-for-youth-sports-released/>。

2 美国《青少年体育国家标准》特征分析

2.1 注重对青少年体育教练员和管理者的教育

有大量的教练员和管理者活跃在青少年体育发展的舞台上:据估计,美国有 750 万青少年和校际体育教练员每天积极地为社区做出贡献,在各级体育领域教授青少年体育技能,大约有 400 万教练是志愿者^[10]。美国《青少年体育国家标准》非常注重对青少年体育志愿者教练员和管理者的教育和培训,并要求得到具有一定资质机构的认证,例如:2017 年标准的核心领域 2 的第五条要求教练员必须完成脑震荡预防训练;第 8 条要求教练员应不断地获得一般性和体育专项的训练技能。青少年体育教练是促进青少年将体育活动纳入长期健康生活方式的关键角色,对经过培训和认证教练员的需求为组织发展教练员教育计划提供了机会。为了提供更多合格和优质的青少年体育教练员,美国主要采取了以下措施:首先,授权相关体育社会组织开展青少年体育教练员教育和培训计划,例如:美国体育教育计划(ASEP)、全国州立高中协会联盟 NFHS 和全国青少年体育教练协会(NYSCA)。全国青少年体育教练员协会(NYSCA)是在全国开展最广泛的志愿教练员培训的机构,自 1981 年成立以来,已经培训了 250 多万名教练员,3 000 多个社区机构和组织提供了这个机会。NYSCA 的志愿者教练培训计划旨在使志愿者教练认识到他们的责任,并让他们对由 NYSCA 教练的《道德承诺守则》所规定的行为准则负责。其次,配合标准的实施,在大学本科和研究生教育阶段开设了教练员教育课程。再次,实施青少年体育教练员教育和培训的标准化。2006 年美国教练员教育国家认证委员会(NCACE)制定了《体育教练员国家标准》(National Standards for Sport Coaches)为青少年体育教练员的培训、认证、评价和遴选提供了依据^[13],同时,标准还要求美国青少年体育联盟的管理者必须接受全国青少年体育管理者协会计划的认证(National Youth Sports Administrators Association(NYSAA) Program)才能上岗。

2.2 强调青少年体育机会平等

联合国教科文组织颁布的《国际体育教育、体育活动与体育运动宪章》指出:“必须为所有人提供包容、适宜和安全的参与机会来参与体育教育、体育活动和体育运动,特别是学龄前儿童、妇女和女童、老年人、残疾人和土著人口。”明确了体育对于促进性别平等,社会包容,反对歧视的重要作用。作为联合国安理会常任理事国之一,美国注重自由、平等、民主和个人发展,把机会平等作为社会政策的主要目标之一。美国《青少年体育国家标准》也多处强调体育机会的平等的理念,如:在志愿者的招聘方面,鼓励招聘和选择合格男女的积极招聘政策,不论其种族、肤色、民族或族裔出身、年龄、宗教、残疾、性别、性取向、性别认同和表达、老队员身份、以及受适用的联邦或州法律保护的任何其他特征,所有的孩子都应该得到体育机会,不论其经济地位或能力。教练、家长和联盟管理者应该摒弃任何形式的偏见,应尽一切努力向无力负担的参与者提供财政援助,包括安全设备的费用;青少年体育领袖必须教导人们接纳、容忍和尊重各种能力、身高、体型、肤色和文化及经济背景的人。

2.3 注重分阶段组织青少年体育发展计划

青少年在不同的年龄阶段身心发育特点不同,对运动技能的形成有重要的影响,《青少年体育国家标准》充分考虑到青少年生长发育特点,把青少年体育发展计划分为四个阶段,分别为:6 岁以下儿童体育发展计划、7~8 岁儿童的体育教育计划、9~10 岁儿童体育组织方案、11 岁及以上儿童技能提升计划。每个阶段对运动技能发展的要求都不同,建议紧密结合青少年生长发育过程中身体素质和运动技能形成的关键点进行训练,并把运动技能的发展作为重点,同时,按照年龄段逐步推进规则和战术的学习。在每个年龄阶段对训练或练习时间有不同要求,6 岁以下最大限度的练习时间为 1 周 2 次,每天 1 h,7~10 岁最大限度的练习时间都为 1 周 3 次,每天 1 h,11 岁及以上最大限度的练习时间都为 1 周 3 次,每天 1.5 h。

2.4 注重家长在青少年体育发展中的重要作用

标准认为家长是青少年运动体验的重要组成部分,要求家长积极参与到青少年体育的教育和管理中^[17],促进家长参与到诸如教练、团队经理、资金筹集者、联赛管理者/经理、助理和/或球迷的角色中,担负起引导、带头与安全监护的责任,了解青少年体育理念、计划目标、预期行为和责任以及体育专项信息(竞赛规则、训练与恢复的基本知识和手段),为青少年创造适宜、安全的运动环境。标准要求家长率先垂范,通过参加比赛、练习或运动队的社交活动,或者仅仅通过表达积极支持来展示参与的好处,家长应与孩子讨论参与情况,并帮助他们评估运动体验,为青少年树立促进身心全面健康发展的体育价值观。同时,标准还规定家长每年要签署《父母行为准则》,以证明他们对孩子体育体验的承诺,该行为准则包括对不遵守行为准则的惩戒与处分。此外,标准还要求家长要为孩子创造无违禁药物及烟酒的体育环境,标准规定家长应该有机会去评估自己与孩子的体育体验,从而全方位地参与体育活动。

2.5 注重为青少年体育提供安全的环境

运动伤害事故影响青少年体育发展的可持续性,甚至中断体育生涯,因此,标准非常重视为青少年体育提供安全的环境,要求青少年体育项目必须提供安全的比赛设施和设备,健康的运动环境,并随时为紧急情况做好准备。参加青少年运动的儿童面临着各种各样的风险,这些风险只是运动的一部分。项目必须采取一切预防措施,保护参与者免受危险情况的影响,在发生事故或紧急情况时,每个人都必须做好相应的准备。首先,要求在比赛和运动之前要对比赛设施进行安全检查,不允许在不安全的条件(如雷暴、黑暗、失修的体育场地等)下参与;其次,要求重视青少年体育的医疗保障;要求医生在允许儿童在受伤后寻求医疗之前给予书面许可;再次,规定通过适当修改规则、成年人监督、增加保护设备等来预防或较少伤害的发生;规定在练习、比赛和其他相关活动中至少有两个成年人在场。最后,要求禁止在所有青少年体育赛事中使用提高成绩的药物、酒精、非法物质和/或烟草,管理者、裁判、教练、父母、运动员和观众传达对欺凌、虐待儿童

和暴力的零容忍政策。

3 对我国制定青少年体育国家标准的启示

近年来,我国出台了许多促进青少年体育发展的政策,家庭、学校和社会协同解决我国青少年体育问题成为各种相关政策的共识;2016年《青少年体育“十三五”规划》发展目标指出:每20 000名青少年拥有一个青少年体育俱乐部,建立和完善学校、社区、家庭相结合的青少年体育网络和联动机制;2016年颁布的《关于强化学校体育促进学生身心健康全面发展的意见》指出,要调动家庭、社区和社会组织的积极性,确保学生每天锻炼一小时;2017年《青少年体育活动促进计划》提出:广泛开展青少年体育活动,各级体育、教育等部门应以各类学校、青少年校外体育活动中心、青少年体育俱乐部、运动项目协会、健身中心、青少年宫、青少年户外体育活动营地、研学旅行营地和示范性综合实践基地等为依托,广泛开展体育运动技能培训,大力培育社区青少年体育社会组织,大力建设青少年体育俱乐部。但目前青少年体育政策对如何建设一支促进青少年体育发展的合格服务指导队伍缺乏相应的标准,现有的政策还需要进一步细化、改进和提升,提高其可操作性,美国青少年体育国家标准在前后30年中,经过两次修订,最终形成了较为完善成熟的《青少年体育国家标准》,无论是标准的内容本身还是标准建构过程,均可为我国青少年体育国家标准的制定提供借鉴与启示。

3.1 我国应加快研制可操作性强的青少年体育国家标准

美国制定的《青少年体育国家标准》以培养青少年体育兴趣、提高青少年体育素养为理念,目标是使所有青少年团体都关注儿童和青少年在成长、学习期间的最佳状况,为家长、志愿者、教练、体育联盟管理者以及其他利益相关者在青少年体育发展的过程中提供指导,是美国青少年体育发展的基本依据。2018年4月,我国首套《青少年运动技能等级标准》出台,该标准由4个等级构成:入门级(1~3级)、提高级(4~6级)、专业级(7~9级)和精英级(10~12级)。但是该标准主要是针对运动技能发展水平而制定,没有指导家长、志愿者、教练、体育联盟管理者以及其他利益相关者的相关标准。2014年,依据全国学生体质情况制定的《国家学生体质健康标准》,旨在培养学生锻炼积极性,主要是对青少年体质健康评价的标准。虽然近年来我国出台了《关于加强青少年体育增强青少年体质的意见》《青少年体育“十三五”规划》《青少年体育活动促进计划》以及《全民健身计划(2016—2020)》等促进青少年体育的相关政策,但家长、体育社会组织、体育企业和其他利益相关者对“如何参与青少年体育发展?”“怎样提高青少年体育素养?”等缺乏相应的参考标准和指导方针,因此,亟须制定我国的《青少年体育国家标准》,促进家长、社会共同参与到青少年体育发展的队伍中,规范家长、教练、志愿者、青少年体育组织管理者的行为、提高其专业素养和管理水平,并最终促进我国青少年体育发展环境整体水平的提高。

3.2 青少年体育标准的研制需要多元主体参与

美国《青少年体育国家标准》从制定到修订和完善的过程中,均有多元主体参与其中。1987标准的制定除了有专门服务与青少年群体的全国青年体育教练员协会、国家青少年体育信息交换所、全国青少年联盟协会、青少年终身体育和健康协会参与,还吸纳了来自教育部门、医疗卫生部门、休闲娱乐部门、体育社会组织、军事基地等方面的专家参与标准的制定。2008标准的修订吸收了来自40多个州的地方政府、政府的体育管理部门(公园与休闲部)、美国军事基地、体育社会组织(YMCA、萨利纳地区青少年体育精神倡议协会)、高校等青少年体育方面的专家和代表的观点与建议,由专业组织的代表共同完成了修订工作。而2017标准,在前期征求相关组织的建议的基础上,在CYSA领导小组成员综合审查和分析基础上,经由认证的青少年体育管理者可信网络(CYSA)的专家修订完成,并且提交到全国青少年体育联盟青少年体育大会上广泛征求与会代表、专家的建议,再进行完善后形成2017年标准。由此可以看出,三次《青少年体育国家标准》的参与主体都在不断变化,呈多元化趋势,标准的利益相关者在标准制定过程中充分参与其中,提出相关建议,表达自己的利益诉求,使得标准的制定更有针对性和可操作性,能够得到广泛认

同,易于执行。因此,我国在制定《青少年体育国家标准》时要广泛吸纳教育部门、医疗卫生部门、休闲娱乐部门、高等院校、体育社会组织等专家学者以及各利益相关者共同参与,利用其各自的研究专长、知识经验来保证标准研制的科学性和有效性,让其充分表达各自的利益诉求,同时,有利于标准在各个层面,通过各相关部门进行推广普及,促进标准的贯彻实施。

3.3 标准应与全民健身、健康中国和体育强国的战略目标相契合

青少年体育发展制度的出台必须充分考虑社会发展变化和青少年需求,与当时的历史、社会、文化、制度相契合。美国青少年体育国家标准能够根据社会对青少年体育的需求和青少年体质健康状况的变化而进行更新。首先,美国《青少年体育国家标准》与《美国身体活动指南》、系列《健康公民计划》《美国全民健身计划》的目标相一致。其次,美国要保持世界体育霸主地位,需要优秀的青少年体育后备力量。高水平的竞技体育系统需要不断补充新鲜血液,维持系统的动态平衡,对青少年体育提出了更高的要求,青少年需要具有体育精神、不使用兴奋剂、尊重裁判与对手等品格;再次,为了配合标准的执行,制定相应的制度。为了保证青少年拥有合格的教练员,2000 年成立了美国教练教育国家认证委员会(The National Council for Accreditation of Coaching Education, NCACE)是美国教练员职业认证的权威代表^[18],其使命是为所有级别的运动项目提供尽可能多的、有资质的合格教练员;2006 年制定了《体育教练员国家标准》(National Standards for Sport Coaches),各州普遍采用此标准对教练员进行培训、认证、监督和遴选。

当前,我国正处于全民健身时代,也是健康中国与体育强国建设协同推进的探索时期。青少年是全民健身、健康中国和体育强国建设的重要目标群体,因此,我国青少年体育国家标准的制定应以服务于全民健身和健康中国战略目标为指导思想,根据我国的社会管理制度和青少年体育发展的环境,从培育社区青少年体育组织和建设青少年体育俱乐部的视角,制定家长、教练、志愿者、青少年体育组织的管理者应具备何种能力和资质、如何管理和指导青少年体育、如何培养青少年体育精神和遵守体育伦理道德等方面内容的标准,其应具有科学、可操作性强等特点。

4 结语

青少年体育的发展需要建立正确的政策体系进行推动、引导和保障,美国 3 版《青少年体育国家标准》推动了青少年体育的发展并提供了指导方针,各州与青少年体育发展相关的主体积极参与到标准的制定、推广和执行中,标准不但是青少年休闲体育供给者的蓝本,而且也是各州青少年体育俱乐部的发展指南。虽然标准不是尽善尽美,在标准的执行过程中也会遇到各种问题,但标准修订的宗旨是通过提升青少年体育服务供给者的能力和水平,保障青少年能够享受到高质量体育服务,最终目的是提高青少年体育参与率和体质健康水平。我国尚未出台《青少年体育国家标准》,虽然近年来国家逐步意识到青少年体育发展的重要性,通过青少年阳光体育运动、校园足球、《国家学生体质健康标准》等政策加以推动,但光靠政府动员是不够的,还要家庭、社会、学校共同参与,教育部门、体育部门、卫生部门、交通部门和旅游文化部门等的协同治理,通过制定我国的《青少年体育国家标准》为多元主体参与青少年体育发展提供蓝本,因此,可以借鉴美国的先进经验,结合中国青少年体育发展的实际,重点探索分年龄段的青少年体育培养计划、志愿者的培训与认证、家长的角色、保障青少年体育安全的环境等,促进我国青少年体育的发展。

参考文献:

[1] 严文刚,王涛,刘志民. 美国《综合性学校体育活动计划》解读及对我国青少年体育的启示[J]. 成都体育学院学报,2018,44(5):100-105.

[2] 田慧,王敏,刘佳,等. 奥运强国青少年体育现状与我国发展对策——第 31 届里约奥运会金牌前 6 位国家比较[J]. 体育科学,2017,37(8):3-11+20.

[3] 柳鸣毅,王梅,徐杰,等. “健康中国 2030”背景下中国青少年体育公共政策研究[J]. 体育科学,2018,38(2):91-97.

- [4] 万炳军,曾肖肖,史岩,等. “健康中国”视域下青少年体育使命及其研究维度的诠释[J]. 体育科学,2017,37(10):3-12.
- [5] 柳鸣毅,王梅,孔年欣,等. 发达国家青少年体育组织的逻辑基础、体系构建与治理策略[J]. 上海体育学院学报,2018,42(4):36-43.
- [6] 闫静,王煊. 美国学龄儿童开展学后体育活动的经验与启示[J]. 体育文化导刊,2018(6):47-51+67.
- [7] 鲁长芬,曾紫荣,王健. 美国《青少年身体活动提高战略》研究[J]. 体育学刊,2017,24(3):81-86.
- [8] 杨成伟. 美国青少年体质健康政策的演进及执行路径研究[J]. 西南师范大学学报(自然科学版),2015,40(8):158-163.
- [9] 万益民. 美国《青少年运动国家级标准》对我国家庭体育的启示[J]. 成都体育学院学报,2011,37(8):14-17.
- [10] 赵孟君,吴希林. 美国青少年体育及竞技后备人才培养模式与启示[J]. 体育与科学,2014,35(6):51-54.
- [11] 张怀波. 美国青少年体育的发展及其启示[J]. 体育文化导刊,2008(11):116-118+121.
- [12] 马瑞,俞继英. 美国青少年体育精神教育的特点及启示[J]. 上海体育学院学报,2007(6):75-80.
- [13] 贾明学,方千华. 美国 NCACE 教练员职业认证标准研究及启示[J]. 北京体育大学学报,2017,40(3):116-121+133.
- [14] National Alliance for Youth Sports. National Standards for Youth Sports: Modifying the Sports Environment for a Healthier Youth[EB/OL]. (1995-07-20). <https://eric.ed.gov/contentdelivery/servlet/ERICServlet?accno=ED380414>.
- [15] National Alliance for Youth Sports. National Standards for Youth Sports: Modifying the Sports Environment for a Healthier Youth[EB/OL]. (2008-11-13). https://www.nays.org/cmscontent/File/National_Standards08FINAL-2-.pdf.
- [16] National Alliance for Youth Sports. National Standards for Youth Sports: Modifying the Sports Environment for a Healthier Youth[EB/OL]. (2017-12-23). [https://www.nays.org/default/assets/File/download-forms/National%20Standards%20for%20Youth%20Sports%202017%20\(2\).pdf](https://www.nays.org/default/assets/File/download-forms/National%20Standards%20for%20Youth%20Sports%202017%20(2).pdf).
- [17] MCMAHON JENNY, KNIGHT CAMILLA, MCGANNON R. Educating Parents of Children in Sport About Abuse Using Narrative Pedagogy[J]. Sociology of Sport Journal,2018,35(4):314-323.
- [18] National Coaching Report. National Association for Sport and Physical Education. [EB/OL]. (2016-08-17). <http://www.shapeamerica.org/publications/resources/teachingtools/coachtoolbox/upload/ncr.pdf>.

The Evolution and Characteristics of the *National Standard for Youth Sports* in the United States and Its Enlightenment

WANG Zhan-kun, HUANG Ke-ke, WANG Yong-hua, PENG Yan-fang, GAO Ji-xiang
(School of Physical Education, Wenzhou Medical University, Wenzhou 325035, China)

Abstract: By using the methods of literature and comparative analysis, this paper systematically combs the *National Standards for Youth Sports* published in the United States in 1987, 2008 and 2017, and analyses its construction process and standard characteristics. The research shows that the *National Standard for Youth Sports* in the United States pays attention to the education of young sports coaches and managers, the equality of sports opportunities for young people, organizing youth sports development plans in stages, the important role of parents in the development of youth sports and providing a safe environment for youth sports. Enlightenment: Accelerating the development of China's *National Standards for Youth Sports*; the development of youth sports standards needs multi-subject collaborative governance; Standards should be in line with the strategic objectives of national fitness, healthy China and sports power.

Key words: healthy China; sports standard; Youth sports; quality education; sports power