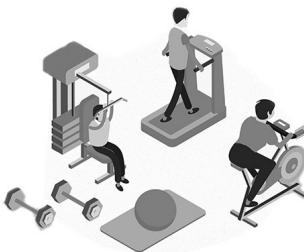


# “大学体测挂科，拿不到毕业证”

## “善意的强制”背后有深意

新闻背景

体育不及格，学习成绩再好，也拿不到毕业证？近日，云南大学出台“最严体育校规”引发关注。据介绍，云南大学体育新规要求，本科所有年级均开设体育必修课，四年总计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，如果总分不及格，哪怕学习成绩再好，也拿不到毕业证。据了解，未来，云大本科毕业生除了有毕业证、学位证外，还将拿到由校长亲自签发的《体质健康证书》和《体魄强健证书》。此举一出，有人赞成，也有人反对。赞成者认为体质是基础，体质不合格，将来走向社会如何能正常工作，何谈健康工作30年，而且总分及格并不是非常难的要求；反对者认为，人的体质具有差异，用体育成绩限定学生可能引发不公平。一些不喜欢运动的大学生更是表达了不解与抵触的情绪。另外，还有网友提出质疑，担心体测会不会耽误一些体育不好的“天才型学生”的毕业和进阶。



其实，学习好和体育好不仅不冲突，而且还是相辅相成的。运动的好处，一直在被忽视。科学研究表明，运动不仅能健身，更能健脑，坚持运动可以促进大脑发育、提高记忆力、促进学生成绩提高。此外，运动不仅能培养学生规则意识，更能磨炼意志力，改善坏情绪。爱运动的学生更乐观，抗压能力更强，内心也更强大。

而且“大学体测挂科，拿不到毕业证”的目的并不是真的拦住大学生毕业，背后的深意其实是促进年轻人体质、体质的全面提升。

专家说

### 体育给学生的好处 其他科目给不了

采访专家：沈阳师范大学体育科学学院院长周莹教授

“国家教育部发布文件，早已明确规定，在校学生必须要通过体质测试才能够毕业，各个学校都在贯彻和执行。不过各个学校贯彻执行的情况不一样，有的比较彻底一些，有的还是留有一些余地。”周莹告诉记者，以沈阳师范大学为例，要求学生体测不合格不能毕业，而且这些年也一直在严格执行，在一、二年级开设体育课的年级，把体测内容当做体育课的一项积分内容。

“云南大学体测分数比例比较高，达到40%，而许多学校则是把体育考试分成多个方面。以沈阳师范大学为例，体测内容是由几方面来组成的，一方面是体测本身，还有平时表现、早操、校园跑，作为学生体育课当中的内

容。”周莹告诉记者，具体体育考试的考核，各校都会有一些不同措施。

体育运动对学生的影响是从里到外、全方位的，是学生进行其他活动不能带来的体验或感悟。周莹解释说：“在校的学生通过体育运动，最直接的能给学生带来的益处，是身体上的改变，健康、强壮。同时，还可以获得其他学科所不能给带来的东西，比如说团结合作的精神、吃苦耐劳的作风、坚韧不拔的意志品质等等。”

“我们看到有很多例子，很多杰出人物，他们对体育都有很多独到的和深刻的认识，因为在大学期间所接受的体育教育，对他们走向社会和一生都会有很大影响。”周莹说道。



### 要充分利用体测考试这一杠杆

采访专家：东北大学体育部教师逯明智

逯明智从事体育教育工作已经33年，对大学生体育的现状和发展有着深刻的理解。“体质测试考核标准有其科学依据，它不是选拔性的，考核也不是一次性的，这个过程性的考核，旨在督促学生通过持续的锻炼提高身体素质。”逯明智补充说，标准针对一些因身体原因不适合参加体育锻炼的特殊人群，也制定了合理方法。

逯明智在教学中也碰到过学生的疑问：“老师，中学六年我们都在备战高考，没人让我们运动，也没人给我们时间参加体育活动，现在我们身体素质不行，能赖我们吗？”逯明智认为这一问

题的出现，是人们对体育认识的不够，没有认识到体育的重要性。“双减”政策的出台，将会彻底改变这一状况。

“体测考试不是选拔运动员，而是为了督促学生加强锻炼，增强体质，提高健康水平，养成锻炼身体的良好习惯。学生的体质如何，不仅关系到学生个体的生活质量及家庭的幸福，同时也关系到未来他们能否成为社会合格的建设者。”逯明智坦言，多年来学生们已经习惯只要不考试就不重视的思维定式，所以要充分的利用考试这一杠杆，加强对体育的重视，激发同学们体育锻炼的积极性。

深度  
解析

### 体测不合格不予毕业 并非云大首创

虽然云南大学的这一举措引发热议，但其实“体测挂钩毕业证”不是云南大学的首创举措。据了解，2007年教育部曾提出这一要求，2014年教育部印发《高等学校体育工作基本标准》，明确规定“建立健全《国家学生体质健康标准》管理制度，学生测试成绩列入学生档案，作为对学生评优、评先的重要依据。毕业时，学生测试成绩达不到50分者按结业处理”。

不过，这些年来各个高校的执行标准并不相同，这一规定未能全面落实到位。因为一些高校担心，如果严格执行，会导致相当一部分大学生无法毕业。其实，目前的体测标准已经比较低了。因为近些年大学生体质持续下降已是不争的事实。

教育部发布的第八届全国学生体质和健康调查结果显示，与2014年相比，2019年全国19至22岁大学生身体素质多项指标呈现下滑趋势，男女生握力、立定跳远、50米跑、男生引体向上及坐位体前屈等都存在不同程度的下降，代表耐力素质的男生1000米和女生800米成绩分别下降12.37秒、9.56秒。

大学生体质健康水平继续下降的根本原因是运动不足和不良的生活方式。一方面，中小学阶段课程繁重，健康意识培养没有成体系，导致学生形成久坐不动的行为习惯，缺乏积极参加体育锻炼的健康意识。锻炼不够、睡眠不足、作息不规律、膳食不合理等不健康生活方式损害学生体质，影响身心健康。同时，互联网的发

达，使得不少大学生沉迷于虚拟世界，很少有时间到户外去运动。

正如云南大学体育学院院长王宗平所说，现在的大学生太需要增强体魄了，很多学生宅在宿舍打游戏、追剧，不出门锻炼。学校敢动真格的，其实是“善意的强制”。因为一味迁就大学生群体体质差的现状，搁置“体测挂钩毕业证”的规定实施，看似是对大学生们的爱，实则是一种害。

及格不是问题，关键是能养成锻炼习惯并受益终身。如果把人比喻成计算机，那么“体”就是硬件，“德”和“智”都是软件，“德”“智”很重要，但却都是要靠“体”来承载。

辽沈晚报记者 王冠楠  
头像图片本人提供



辽沈晚报少年运动家  
扫码入群  
关注孩子的成长信息