

在交流互鉴中推动世界多彩发展

——成都FISU世界学术大会侧记

■本报记者 陈朝和 钟兴茂 倪秀



成都FISU世界学术大会专题报告会现场。(本报记者 陈朝和 摄)

“建议要加强体育产业与科技创新的融合。”7月31日上午，四川师范大学体育学院研究生余静在成都FISU世界学术大会“专题报告：科技让未来更智慧”专题会口头报告中，与会者分享自己所写的《成渝双城经济圈体育产业发展规模预测研究》论文内容。

余静是重庆人，在大学本科期间，她的毕业论文就关注了重庆市的体育产业发展。对此方向感兴趣的余静，在进入四川师范大学后一直专注于研究成渝双城经济圈体育产业发展。

7月29日至31日，在成都FISU世界学术大会现场，来自美国、澳大利

亚、德国等30个国家和地区的530余名专家学者参会，余静就是其中之一。为期三天的活动里，他们交流体育与健康、文化、教育等话题，大会主报告、学术对话、专题报告等会议环节成为交流分享、思想碰撞的舞台，在交流互鉴中推动世界多彩发展。

分享碰撞 让更多人听到体育研究的最新声音

7月30日，记者走进成都FISU世界学术大会专题报告会，聆听学术前沿关于体育与生命健康的观点与探索。

专家报告中，匈牙利体育大学教授Zsolt Radak分享了《运动和基于袁

老的DNA甲基化》的研究报告，利物浦大学教授Malcolm Jackson围绕“氧化还原介导的途径在调节骨骼肌运动反应的年龄相关衰退中的作用”分享了自己的研究成果，来自首尔国立大学医学院的Yong Sang Song教授分享了题为《人类脂肪干细胞对植物化学物质和细菌细胞外囊泡的个体化反应》的报告。

专业的学术报告往往因晦涩难懂让人怯步，但本次大会专家在进行分享时乐于让更多的人听到有关体育研究的最新声音。南卡罗莱纳大学杰出教授、美国运动科学院院士J. Larry Durstine在听完Malcolm Jackson

教授的报告后提问说：“我虽然不懂其中原理，但我知道运动是件对人体有益的事，谢谢你的分享”，谦虚与幽默引发会场听众的掌声与欢笑。学术大会在专业交流的基础上，更将其他学科的专家、没有专业背景但热爱体育的年轻人吸纳进来。

开放交流的氛围同样发生在大会议主报告环节。中国科学院院士、暨南大学粤港澳中枢神经再生研究院院长苏国辉带来《基于中枢神经的运动对心理健康影响》的报告，他在回答提问中表示：“日常行走的习惯对健康有益，像八段锦这样的运动也被证明‘运动对人的心理健康’起到了重要影响。”

苏国辉说，运动对于减少心脏病、中风、糖尿病、肥胖等都有作用：“现在研究中有一种概念，就是说当我们运动的时调动身体肌肉，肌肉本身也是重要的内分泌系统，肌肉释放出的有效物质可以增强脑细胞的运动力和健康，我们的身体在运动时就已经开始恢复自己。”同时，体育锻炼对精神疾病的预防和改善效果明显。

“我的目的是研究不同运动方式对超重或肥胖人群内脏脂肪含量的影响，探索改善肥胖人群内脏脂肪最适宜的运动方式。”来自清华大学体育部的陈晓可博士用一口流利的英文，分享了自己的研究，她通过随机对照试验等研究方法探究不同运动类型对超重和肥胖个体内脏脂肪组织的影响。

“中等强度以上的有氧运动(如跑步、蹬自行车等)、有氧结合抗阻运

动、高强度间歇运动、高强度间歇运动结合抗阻运动均可以有效改善肥胖人群内脏脂肪含量。”陈晓可说，高强度的有氧运动和高强度间歇运动是改善肥胖人群内脏脂肪最有效的运动方式，抗阻运动效果较差。

包容发展 体育、教育、文化、科技合作创新

“对于如今的大学教育而言，认识到专业体育生培养与非体育生的不同，这个问题十分关键。那些不去参加大学生体育竞赛的非专业学生同样需要得到学校在体育方面的重视，哪怕是简单教导学生们认识和学习生命健康、体育锻炼的基本技能和课程。”约翰内斯堡大学运动与大学运动部主任Nomsa Mahlangu在接受记者采访时表示。

在Nomsa Mahlangu看来，让更多学生参与到体育运动中，受益于体育本身带来的强身健体、磨炼意志等育人功能，享受体育带来的快乐，十分重要。“体育健康领域的新研究与新认识走出大学，走进社区，回到人们身边，从简单的体育技能、协调性训练等，到充实人们生活、确立积极的生活态度，参与运动能让人收获意想不到的好处。”

7月31日上午，国际体育科学与体育教育理事会名誉主席、德国奥林匹克学院主席Gudrun Doll Tepper向大家介绍了“在更加包容性世界中的文化、教育与体育”。

“包容性体现在了运动活动中对无障碍通道的建设上。”Gudrun介绍，全世界各地都在努力为残疾运动员参

赛作出努力，“这不仅仅包含像奥运会、大运会这样的世界性高级别专业体育赛事，还包括大众体育中主办方对残疾人群参与体育运动的关怀。”

同时，教育与文化交流在体育活动开展过程中也得到了充分的重视与发展。Gudrun对往届大运会中美术展之类的活动印象深刻，她记忆中，瑞士洛桑奥林匹克博物馆的展陈就充分体现了体育魅力与当地的文化特色。

“本届成都FISU世界学术大会也将是一次里程碑，展现文化的多样性与全球性。”Gudrun说，“现代奥林匹克之父顾拜旦就曾提到，现代奥林匹克包含着文化与教育的部分，在体育竞技举办的同时，文化活动参与其中。从今来看，奥林匹克已经成为了体育、教育与文化充分展现的平台，这意味着参与各方在教育、文化领域进行合作，创造出推动发展的新机会。”

拥抱体育，就是在拥抱如今多彩的世界。体育领域的发展变化体现在每次科技进步的背景中。7月31日上午的大会分论坛“科技让未来更智慧”专题报告会上，科技与体育理念、科技与体育竞技、科技与体育智能等特邀专家报告、专题口头报告同步进行着。在“科技与体育理念”报告会上，阿拉伯联合酋长国大学教育学院教授George Nassiss带来“体育领域的科技创新：演变与未来的挑战”报告，台北市立大学教授、亚洲运动与健康营养学会主席郭家骅带来“运动营养与人类衰老”的报告。

George表示，未来科技会在教育与健康中发挥重要作用，现在的问题之一就是如何激励更多的人参与运动。“用科技去让体育变得更好”是George深信不疑的理念。郭家骅则用研究数据分析了高中低三种不同强度的运动对人类寿命增长可能存在的文化、教育与体育”。

他发现，50岁之后的中老年人做重量训练或高强度的运动，改善自身新陈代谢效果，能更好地延长寿命，建议人们要保持自己身体能够负荷范围内的高强度运动习惯。

成都FISU世界学术大会围绕体育运动与身心健康进行交流分享——运动是让生活更明媚的“良药”

■本报记者 钟兴茂 陈朝和 倪秀

如何让年轻人走出门去参与活跃的体育运动?教育和体育如何相辅相成,让所有学生参与体育运动?大学如何变革促进学生运动的科学、安全和健康?7月29日,在成都FISU世界学术大会开幕论坛上,国际大学生体育联合会代理主席Leon Eder,国际体育科学与体育教育理事会名誉主席、德国奥林匹克学院主席Gudrun Doll Tepper,中国大学生体育协会副主席钟秉枢,FISU教育委员会主席Verena Burk通过上述问题的讨论,引发参会中外学者关于体育运动与身心健康关系的头脑风暴。

“气喘吁吁”的运动更能促进身体健康

“直立行走和劳动促进了人类的进化,体育运动有助于我们回归自然属性,是健康生活的重要组成部分。”在学术大会“健康拥抱未来”学术对话环节,明尼苏达大学教授、生理卫生和运动科学实验室主任Ji Li Li提出了这样的观点。

无独有偶,南卡罗莱纳大学杰出教授、美国运动科学院院士J. Larry Durstine也提出了类似的想法,认为体育运动是促进生命健康的一剂良药。他从5岁就养成了每天早起跑步的习惯,“这让我退休多年,两

鬓斑白,仍然有良好的体力,奔波世界各地开展体育运动研究。”

美丽的成都吸引着参会学者们走进大街小巷。7月30日清晨,伊利诺伊大学香槟分校教授、美国运动科学院院士朱为模在会场周边的公园散步时,看见许多在晨光中运动的市民。他说:“我看到了全民运动的成都,但大多数老年人的运动比较轻松,其实‘气喘吁吁’的运动更能促进老年人身体健康。”

不仅如此,朱为模认为学生,尤其是12-18岁的中学生更需要加强运动。“这个年龄段是学生骨骼发育的重要时期,力量训练有利于骨密度发育,为学生的终生健康打下坚实的基础。”朱为模呼吁家长们,不要一味以孩子的学习成绩为重,要多让孩子参与体育运动。

亚利桑那州立大学杰出教授Barbara E. Ainsworth的研究,既印证着“运动是良药”“气喘吁吁的运动更能促进健康”的观点,又为中国“饭后百步走,活到九十九”的谚语提供了科学依据。她致力于步行影响人类健康状况的研究多年,发现不同的步行数量和速度对人的许多疾病有着缓解作用。同时,她认为年轻人每天行走7500步,老年人每天行走4000步,有助于健康和长寿,而

且最好是在饭后行走。

此外,不少学者认为,体育运动对心理健康也有积极作用。约翰内斯堡大学运动与大学运动部主任Nomsa Mahlangu说:“参与体育运动能帮助学生解放双手和心灵,缓解学业压力。”中国科学院院士、暨南大学粤港澳中枢神经再生研究院院长苏国辉还作了《Neural Basis on How Exercise Promote Mental Well Being》大会主报告,厘清了其中的科学逻辑。

教育赋能全民运动 学校应有所作为

“虽然竞技体育能够推动全民运动,但效果有限,更要警惕其带来的副作用。”成都大学斯特林学院奖项负责人Brian Minikin说。他认为一些运动员和教练员盲目追求竞技成绩而服用违禁品的行为,已经背离体育运动促进身心健康的初衷,不仅需要法律法规的制约,更需要通过教育促进教练和运动员的体育知识储备和理念提升。

Ji Li Li也认为,目前多样化的体育项目与人们的实际参与存在割裂,导致某些地方即便在体育运动上投入大量资金,但人们的心脑血管疾病、糖尿病还是在增加。他说:“重要的不是设施、科技,而是教育,

要让人们认识到体育运动与自身健康息息相关。”

“学习与运动是不可分离的。”朱为模说。针对一些家长不重视体育教育,忽视体育运动的现象,他建议学校体育教育在以考促学的同时,更要讲清楚为什么学。例如,不能仅仅要求学生跑步,而要让家长和学生明白跑步提升有氧能力,促进身体健康,进而提高学习效率的逻辑。

钟秉枢非常赞同朱为模的观点,他认为学校将文化学习和体育锻炼有机结合,才能实现学生德智体美劳全面发展。首先,学校可以采取一些强制性的措施,促进学生参与运动从不自觉到自觉的转变,这些措施要做细、做小、做实。其次,学校要增加场地,开发课程、创生活动,丰富体育运动和体育教育的形式。

在学校保障全体学生参与体育运动,进而推动全民运动上,Nomsa Mahlangu也认为学校尤其是大学应该有所作为。她指出,首先大学要创造鼓励学生参与体育运动的条件和氛围;其次,大学要主动为体育运动政策、法规的制定提供人才和智力支撑;最后,大学要加强与社区的联动,为居民提供科学安全、简单适用的运动方法。

体验传统体育 感受中华文化

本报讯(记者 钟兴茂 陈朝和 摄影报道)“太厉害了!又中了!”随着一支支羽箭投入铜壶之中,四周响起一阵阵欢呼。7月29日,成都FISU世界学术大会开幕式现场设置的投壶、捶丸等中华传统体育项目体验活动,为这场聚焦世界大学生体育运动前沿发展和国际交流的学术盛会,增添了别样的乐趣和意韵。

通过智能系统人脸识别,穿过图文并茂、光影交织的成都大运会主题展,伫立在会场门前的捶丸、投壶中华传统体育体验区令人眼前一亮。志愿者们穿上了温婉、优雅的汉服,吸引了不少中外参会人士驻足观赏、上前询问。“I get a gift!”一位国外女士收到了志愿者赠送的折扇后,兴奋地向同伴炫耀,并拿在手中反复把玩。

“行投壶之礼,双方依次投壶,不得抢序……”在司射的口令中,做示范的两位志愿者相互鞠躬行礼,然后

站直身姿依次投壶,一举一动尽显中华儿女谦逊、儒雅的风姿。参会人员纷纷上前尝试,体验中华传统体育项目。有的在屡试屡败中,总结经验连连中4支;有的一边复盘玩中捶丸,一边聆听、了解其与高尔夫球截然不同的演变历程……

项目志愿者、成都体育学院大二学生邹亿禧告诉记者,他们为此次中华传统体育体验准备了两周时间,但在此之前他已经参与了一年多的中华传统体育表演、展演活动。他说:“这是第一次在国际性会议中展示中华传统体育,看到许多外国友人积极体验我们的传统体育,我感到无比自豪,也深刻理解了传承弘扬中华优秀传统文化的重要性和必要性。”

据悉,学术大会期间将一直开展中华传统体育项目体验活动,让参会人员随时体验中华传统体育,感受中华传统文化的魅力。



外国友人体验投壶。

成都FISU世界学术大会上,专家学者围绕体育运动与城市发展的关系展开讨论——用好大运会遗产 促“营城、惠民、兴业”

■本报记者 钟兴茂 陈朝和 倪秀

大运会给成都带来了什么,如何充分利用成都大运会遗产?在成都FISU世界学术大会上,专家学者们围绕体育运动与城市发展的关系展开了交流讨论,为大运时代的成都发展提供经验和借鉴。

大运会等国际化的大型体育赛事对举办城市的发展有什么影响?针对这个问题,国际大学生体育联合会代理

主席雷诺·艾德在成都FISU世界学术大会开幕论坛上,以大运会为例进行了回答。他指出,不同地区和城市申办大运会的初衷不同,有体育方面的,也有经济方面的,还有政治方面的,但这些城市都通过申办大运会,在基础设施建设上争取到了更多的政策和资金支持,为城市的后续发展奠定了基础。他说:“相信未来会有更多的世界级体育赛事落户成都,而且这也给市民们留

下了宝贵的财富。”

“成都成就梦想。”在中国大学生体育协会副主席、FISU教育委员会委员钟秉枢看来,成功举办第31届世界大学生运动会也是成都一场圆梦之旅。他在开幕座谈中谈到,举办大运会,一方面持续推动了成都体育场馆、城市绿化、道路交通等基础设施的完善和优化;另一方面也让世界看到了天府之国成都的发展和变化。

成都大运会一共新建、改造49个运动场馆,散落在成都市各个区域,场馆周边打造了公园、绿道,优化了交通布局。钟秉枢认为,成都已经很好地达成了“营城”“惠民”目标,优化了城市基础设施布局,为今后市民的休闲娱乐、运动锻炼提供了良好的环境。

“体育运动有力量振兴社区。”日本大阪体育大学教授Kozo Tomiyama说。他在学术大会中以日本为案例,分

析了体育运动如何促进城市发展。他认为,除了大型赛事对城市基建的促进,体育运动还能从社区意识、城市形象、公民自信、社会资本、居民团结等方面对城市发展产生促进作用。近些年,日本正在通过发展体育旅游促进旅游业、零售业的发展,同时,居民也更加积极向上、健康幸福。

“大多数场馆坐落在高校之中,为高校体育教育、体育研究奠定了坚实的基础。”钟秉枢说。

成都大学校长王清源对此深有体会,他在学术大会的专题报告中,以大运会和成都大学的共建共生为案例,分享了承办大运会期间,成都和区域内的大学相互赋能、融合发展的经验。

“大运会后,成都作为中国西部的新一线城市,其发展必将出现新的冲锋,相信成都大学也能成为四川乃至中国西部发展最快的学校之一。”

如何用好成都大运会遗产,实现“营城、惠民、兴业”?钟秉枢建议,要平衡好政府和市场两个杠杆。一方面,政府要为大运场馆后续的文艺演出、会议展览等商业活动做好顶层设计和政策支持;另一方面,具体运营方面要找到符合成都市场规律的运营模式,并形成产业链。

