

课间10分钟在“消失”，孩子们被“圈养”？

记者深入杭州校园实地探访

本报记者 陈素琴

近日，“中小学生连上厕所的时间都快没了”的话题登上微博热搜，引发了全国性的共鸣和担忧。教育部也明确表态，将坚决纠正以“确保学生安全”为由，简单限制学生必要的课间休息和活动的做法。

给孩子喘口气的“中场休息”，是否真的成了课间“圈养”？半年前杭州承诺的“课间10分钟”落实得如何？为了解学生们的课间10分钟现状，记者探访了杭州市多个中小学。



创造“充满呼吸感的校园生活”

冬日午后的阳光，照射在杭州师范大学第一附属小学校操场上，正在上体育课的孩子们三三两两地跳绳、踢毽子、练投篮……场地虽不大，孩子们却玩得不亦乐乎。这座藏在杭州市中心的学校，占地面积其实并不大，学校室外运动场地面积合计1856.25平方米。“我们是螺蛳壳里做道场。”校长俞富根说，在寸土寸金的城隍山脚下，这里容纳了18个班、678名学生。

虽然场地不大，但体育老师出身的俞富根仍然鼓励孩子们每天动起来。孩子到学校来是要过一种完整的校园生活的，课间10分钟是孩子重要校园生活。他反对让课间10分钟只有体育活动。让孩子课间动起来指的是生命的流动，并非剧烈的运动。如果来不及去操场上活

动，那可以在楼梯拐角处放一缸金鱼、几只乌龟，在洗手间的窗台上放一盆鲜花，或者在走廊的墙壁上经常更新一些互动性的画作，积极创设探索空间，让孩子随处可以感受到生命的灵动。“学校的课间10分钟动静结合，学生可以游校园博物馆，做宋韵游艺运动或者打打球、下下棋、比个赛。”俞富根说，“1月4日开始，我们的冬季训练营开班了，每天早上7点半到8点20，由我和两位体育老师带领学生进行冬季锻炼，要求就是让学生能够坚持。”

记者又来到杭州市德胜小学，205班的王漫桃正在兔子跳和单脚跳。“单脚跳很像跳房子，能够练习我们的平衡能力。”副校长方贤诗介绍，学校每个年级都有不一样的大课间活动。比如，一年级二年级有

鸭子步、兔子跳、单脚跳，三年级有足球绕杆、仰卧起坐等。“如果雨天就全部做室内操，是我们学校体育老师自主开发拍的视频，比如：Tabata x2、棋类活动或体测项目练习等。”

在调查中记者可以发现，走廊、教室的空间，如今成了不少学校课间10分钟的“主阵地”。在杭州江南实验学校，一到下课时间，走廊、广场上，随处可见孩子们游戏的身影。体育组老师们集思广益，利用走廊空间，将知识与游戏相结合，设置了“迷你跑道”“数字跳格”“古诗舒尔特”等游戏区域。杭州竺可桢学校走廊放置了运动器械、沙发、椅子，方便学生课间体育锻炼、休息等。

记者手记

对很多大人来说，课间10分钟是一份美好的记忆。或是在教学楼外呼吸新鲜空气，或是在操场上自由活动，或是和同学说笑聊天……不仅可以活动筋骨、调整身心，也能为集中精力上好下一节课做准备。

10分钟是一个很短的时间，可能也就够大人刷几条视频。但对于学生来说，课间10分钟却非常重要。早在2015年，部分权威媒体就做过学校课间活动变“圈养”现象的相关报道，大量媒体和网友随之跟进，呼吁把课间10分钟还给孩子，让孩子们“透口气”。然而多年过去，这依旧是困扰学生、家长、教师及学校的一道难题。某种程度上，此次关于“课间10分钟”的争议引起广泛关注，是对学生在校教育维度的探讨和反思。

一张一弛，文武之道。把课间10分钟还给学生，承载着学生、家长、学校和社会的期待，也离不开各方的共同努力。

课程是教育的灵魂，一所学校开设什么样的课程，就决定了这所学校培养出来的人才质量。尤其在强调破除“千校一面”的当下，特色课程更是促进学校特色发展的助推器。此外，做好“兜底”安全保障的同时，学校也需要积极作为，多动一些脑筋，多用一些巧思，做好学生安全教育，开发优化课间活动空间，提升学生课间生活的质量。

打破“寂静的课间10分钟”

在杭州市教育局副局长蒋锋看来，杭州这半年来的努力和督导，就是鼓励学校放下包袱，转变理念，“校园应当针对学生部分风险性行为予以阻止与限制，但不能一味退守安全底线，一刀切地限制学生课间活动。接到政协相关提案后，我们将课间活动时间纳入常规督巡之中，并计入学校考核，进一步督促学校充分开展课间活动。”蒋锋说，从幼儿园到高中，目前杭州2000多所学校，都已全面保证了“课间10分钟”，并且积极培育“一校一品”“一校多品”的校园体育模式。

课间时间得到了保证，如何把可行性和趣味性结合起来？杭州也有学校选择了将主动权交给孩子。

在杭州采荷第一小学教育集团针对课间10分钟进行了很多有益探索与尝试，让学生们自主选择运动项目。在课间10分钟“玩”有所得、“玩”得开心、“玩”得安心，享受轻松

与快乐。记者在现场可以看到，学校内设立了棋艺长廊和棋园，随处可见关于象棋的诗、象棋的典故，绿化丛中，摆放着用巨石雕刻而成的棋盘，整个校园洋溢着浓厚的象棋文化。随着下课铃声响起，学生们快速摆好棋盘，在楚河汉界的方寸沙场激战中运筹帷幄、排兵点将，提高自己沉着应战的能力。301班的钱哲说：“很喜欢下象棋，所以课间10分钟选择了象棋。可以动脑子又可以和同学切磋棋艺。”杭州采荷第一小学教育集团党委书记、校长鲍海淞说：“1月4日，学校有挑战吉尼斯的活动，这几天孩子们都自发在走廊上在操场上练习踢毽子、颠乒乓球。”除此之外，校内绿植之间也做了精心的设计，搭建起了园林迷官阵，不仅感受大自然的清新气息，还颇具挑战性。“孩子们下了课都说，就算不走进迷官玩耍，看看绿植

迷宫对眼睛也很好。”而对于安全方面，鲍海淞介绍，学校设置了不同楼层不同区域的巡查岗位。课间10分钟，在巡查老师的监督下，一些易发生安全事故的危险行为能够尽可能避免，防患于未然。老师们重视安全教育，定期反馈课间休息情况，引导学生形成“安全无小事”的意识。

有些学校还把课间10分钟的安排，写进了管理制度。比如：杭州市滨和小学在建校初即形成《杭州市滨和小学学生管理制度》，明确规定学生下课要自由活动放松眼睛；杭州市长河小学的班级制作一块写着“下课时间到”的提醒牌。下课铃响，老师还在讲课，“护眼小督察”就会举起牌子提醒。

诚然，来自学生的活动，才有真正的生命力。杭州市教育局的相关负责人认为，“课间10分钟”不应该是设计出来的，“让孩子自己来决定‘课间10分钟’，也是一种更具温度的友好。”



杭州多所学校因地制宜，开展课间活动。

