体坛报

2024年12月
星期一
农历甲辰年十一月廿三
编辑/版式:易龙吟
今日正报八版
23

看懂浙江体育 喜爱体育运动

后援·主管主办:浙江省体育局 浙江省体育总会 国内统一刊号CN33-0088 邮局代投代号:31-641 (新)第5001号 新闻热线:0571-85067855 投稿信箱:ttb0571@163.com

孩子们身上有汗,眼里有光

课间多出“五分钟” 喜见孩子快乐运动、茁壮成长

本报记者 谢嘉伟 高玲玲

杭州市春晖小学的课间15分钟,学生开展各种活动。学校供图

寒假将至,中小学已进入期末阶段。不少学校的“期末总结”中,学生素质体质提升引人注意。这一变化,与今年以来学校的课间时间延长有着密切关系。

多五分钟,大有“花头”

今年9月,教育部副部长王嘉毅表示将中小学课间活动由10分钟增至15分钟。本学期开始,杭州、宁波、温州、绍兴多地小学也在“课间延长五分钟”这一方向上进行有益探索。

课间延长五分钟,不少人在初次听到这样的“微改革”时可能不以为意。但从各地学校的实践结果来看,多出来的五分钟可以“玩出花”。率先将课间延长至15分钟的学校之一,杭州市春晖小学校长田冰冰表示,“整个校园变得松弛了”。走廊上,游戏区里小型投篮机大排长龙;空地上,有同学搬出跳格子、沙包棋组队“开黑”;室外活动区域,各种球类上下翻飞;教室里,华容道(益智游戏)、围棋、拼图,各种休闲游戏益智健脑。

对于那些不爱走出教室的“小懒虫”,学校又有什么办法呢?衢州市衢江区实验小学给出了很好的答案。“三年级下册的语文课本中,有一篇名为《肥皂泡》的课文,学生们很感兴趣。”兼任语文老师的校长邵建刚表示,用泡泡机作为奖品,利用课间15分钟组织跳绳比赛,很好地动员起孩子们积极参加体育锻炼。

“五分钟”的增加,确实让学生们的课间活动丰富了起来,不过学生们的体质有明显改善的吗?数学教师出身的嵊州市双塔小学校长陈雷钧用数据说话,“体质测试成绩整体有明显提高,全校优秀率从78.9%提高到87.6%。以跳绳项目为例,全校每分钟跳200个以上的达到了80%以上。”

“多五分钟”,玩得高效

延长课间时长后意味着要重新排课表,也对场地、管理等方面提出更高要求。“多的五分钟”从哪里来?

记者通过采访发现,进行课间时间延长的学校,普遍通过“盘活存量、以拆代补”的方式,从大课间、午休管理时间等长时段休息时间中拆出,均匀地补进各小课间。

作为杭州首批试点学校,目前学军小学和钱塘外语学校、九莲小学、云栖小学组成了“大学军”教育共同体,课间时间的调整在4所学校同步推进,覆盖师生近6000人。在学军小学,学校行政人员每个课间都会进行巡视,查看是否有老师拖堂,学生也会参与监督,确保15分钟能够真正归还给学生。

为了孩子们能玩得更好,学校在课间时间延长之余,在校园空间上进行全新拓展延伸。九莲小学的各班教室内都设置了“兴趣角”,为学生提供象棋、斗兽棋、飞行棋、五子棋、魔方等趣味益智学具;云栖小学拥有足够大的校园空间,正在将部分空教室打造成益智空间和各类学科特色教室;钱塘外语学校则充分用好校园的“金角银边”。

玩的时间变多了,会影响学习吗?九莲小学数学教师徐安琪发现,充分进行户外运动后,同学们的课堂专注力反而提升了。“孩子们在课堂的专注力是有限的,只有在课间获得足够的休息、放松,在课堂上的参与度反而会提高。”

●编后

从最初的将课间10分钟还给学生,到如今课间延长至15分钟,其背后是社会、学校以及家庭对于孩子身心健康成长的关注。课堂与课间从来不是“割裂”的两面,学校要像重视课堂一样重视课间,做好时间管理的“加减法”,促进课间活动“量质齐升”。“课间圈养”显然有悖于孩子好动的天性,也不利于孩子的身心健康。但如果要将课间15分钟普及开来,时间、场地、安全等问题都需要根据每个学校的实际情况因地制宜。可喜的是,不少学校都积极进行探索、家长也乐见其成。

15分钟课间是小切口,背后反映的是育人实践的大变化,同时是落实“健康第一”理念的有效抓手。希望进一步打开“课间圈养”的围栏,让更多的孩子心中有梦、身上有汗、眼里有光。

省体育局党组理论学习中心组专题学习习近平文化思想

详见2版

让每个人成为自己的运动主角

详见3版

杭州体育报

详见一至四版

赛场炙热 服务温暖

女排世俱杯闭幕

首演中国德比

>>>更多内容详见4版