



课间动起来 孩子嗨翻天

课间新政发布后,泉州新华中心小学率先将小课间由10分钟延长至15分钟,学生休息更充裕,玩得更开心;而泉州各校为了让课间“活”起来,可谓花样百出

■海都记者 黄晓燕 通讯员 黄凯杰 张冰 文/图

日前,福建省教育厅发布《关于进一步优化课间活动管理促进中小学生健康成长的意见》,明确课间活动一般不少于10分钟,鼓励学校适当延长课间活动时间;班主任、各学科教师要按时下课,不得“拖堂”,不得对学生课间活动设置不必要的约束。课间新政发布后,今年秋季开学,泉州市新华中心小学率先调整小课间时长,将原来的10分钟延长至15分钟,让孩子们课间安排更加游刃有余。课间10分钟是学生成长中非常重要的一环,连日来,记者在采访中了解到,近年来泉州各校也纷纷探索了一系列行之有效的举措,让孩子们课间“动”起来。

动态 15分钟“加长版”课间 学校酝酿一周就诞生

“叮铃铃,叮铃铃……”11日上午10点15分,随着下课铃声响起,泉州市新华中心小学的孩子们迎来了小课间时间,同学们结伴走出教室,原本空荡荡的操场瞬间热闹了起来。大家三五成群,在各个班级活动区域做运动、玩游戏,15分钟“加长版”小课间让欢声笑语飘荡在校园每个角落。

“经过一周左右的商讨协调,学校从本周开始实行15分钟小课间。”泉州市新华中心小学党支部书记、校长

郑志清介绍,为了留足15分钟课间时长,学校将进校时长缩短10分钟,将这10分钟时间平均分配到每个小课间。“调整之后,现在每天4个课间,上午有一个30分钟大课间,其余三个课间时间均延长至15分钟。”郑志清表示,15分钟小课间实行后,效果非常好,学生课间休息活动时间更加充裕,有助于释放他们的心理压力,课堂上

的专注度也会得到提升。“以前的课间活动,我经常到操场上游戏运动,

上下楼就要花费不少时间,感觉到有些紧迫。”该校六年级学生张伊恬告诉记者,课间时间延长后,她的游戏运动时间变多了,玩得更开心、放松。

郑志清介绍,学生校内每日体育活动时间由小课间、大课间、体育课及课后体育活动等活动时间组成,优化调整后,累计已超过1个小时。今后,学校将继续丰富课间活动内容,拓展活动空间,让课间热闹起来,把课间留给孩子。



孩子们课间在玩滚轮胎游戏



老师课间带着孩子们一起跳绳



孩子们课间在玩跳格子游戏

走访 课间尽情玩耍 孩子欢声笑语

课间10分钟让孩子们走出教室“动”起来,不仅可以缓解疲劳,更可以让孩子们更好地专注于课上的“四十分钟”。9月12日,记者在采访泉州各校时也了解到,为了让孩子们“动起来”“活起来”,学校可谓花样百出。

在鲤城区实验小学总校区,下课铃声一响,孩子们跑出教室,有的到操场跑步、打篮球,有的围在一起投沙包、跳绳,有的兴奋地玩着闽南童玩游戏跳格子、翻花绳……校园里充满欢声笑语。“学校一向要求老师不拖堂,把课间10分钟还给学

生。”鲤城区实验小学党支部书记、校长蔡小青介绍,10分钟虽不长,但学校因地制宜,根据每个年级学生特点安排运动类、益智类、创意游戏类等不同活动项目,让孩子们离开教室,放松身心,尽情玩耍。在30分钟大课间里,将非遗项目五祖拳引入校园,创新编排“三战八法”武术操,培养学生耐力和意志力。大课间里还分年龄段安排学生跳绳、跳长绳、跑操、运球接力、投篮、做创新编排的室内操。

德化县龙浔中心小学则向学生推荐、传授一些安全的课间小游戏活动,如

“剪刀石头布”“手指拔河”“玩魔方”和“下棋”等。同时充分利用阳光体育大课间的开展特色活动,如“一分钟跳绳”“一二三木头人”“黑白配”“一分钟投篮”“跳方格”“8字长绳接力”等,学生可以选择合适的体育活动项目在规定的区域内进行大课间活动。

此外,泉州市通政中心小学引入传统民间体育项目滚铁环、跳皮筋、踢毽子、抽陀螺、快乐十字跳等;丰泽区第五实验小学改良大课间形式和内容,自创搏击武术操、顺笛、经典诵读等特色课程;等等。

建议 学校要做好安全教育 提供丰富多样课间设计

记者在采访中也发现,将课间10分钟还给孩子,不仅孩子们高兴,家长们也纷纷叫好。

“我个人觉得把课间还给孩子,让他们玩好,这举措很明智!当然如果能像北京那样适当地延长至15分钟,那就再好不过了。”学生家长赖女士告诉记者,课间就应该让孩子多运动下,有利于他们的健康成长。

泉州市人大代表、安溪培文中学教师黄文月在

接受记者采访时也表示,课间10分钟对学生的身心健康、学习状态、人际交往等有着重要影响,适当运动能增强体质,防控近视,还可以培养学生创新、合作能力。

如何合理开展课间10分钟,黄文月老师建议,学校要做好安全教育,为孩子营造安全的课间活动空间。老师们可以集思广益,提供丰富多样的课间活动设计和指导,如跳绳、下棋、跳皮筋

等寓教于乐的活动。大课间多开展广播体操、跑操等集体项目。

为了保障泉州学生有充足的课间休息时间,去年12月,泉州市委教育工委、泉州市教育局印发的《关于优化中小学课间十分钟活动管理工作的通知》指出:占用课间10分钟,没能让孩子们“动”起来的学校,或将被约谈和通报。鼓励各校因地制宜,开展多样化和个性化的课间活动。

泉州两地入选福建最美赏秋打卡地 A04

洛江区医院可“一次挂号管三天” A05

学生齐上近视防控开学第一课

第9个全国近视防控宣传教育月福建启动仪式在泉举办,奥运冠军李发彬任近视防控公益宣传大使

A03

一次性补助 每人1500元

泉州继续实施失业保险扩岗补助政策 A02