

大家谈·今天,如何让孩子们身上有汗、眼里有光

5分钟“微改革”,带来什么?

本报记者 丁雅诵 闫伊乔

开栏的话

当前,多地中小学课间由10分钟延长至15分钟。12月1日人民日报教育版头条稿件《看,孩子们身上有汗、眼里有光》,探访多地中小学课间“微改革”,引起广泛关注。

党的二十届三中全会对深入实施科教兴国战略、深化教育综合改革作出明确要求。课间5分钟的“微改革”,为课间活动做加法、为学习压力做减法,让更多学生走出教室、走向户外,让更多家长增添了预防“小胖墩”“小眼镜”的信心,让更多学校深入思考如何以学生发展为中心,是探索“五育并举”、落实进一步全面深化改革战略部署的生动实践。

把课间还给孩子,利在当下,谋在长远。教育版推出“大家谈·今天,如何让孩子们身上有汗、眼里有光”栏目,透过一个个在阳光下奔跑的鲜活身影,透过专家学者、校长老师、相关部门的思考,展现教育教学一线注重学生全面发展的创新实践,共同探讨如何更好让孩子们身上有汗、眼里有光,助力教育改革向纵深推进。

对话嘉宾:

王攀 北京市委教育工委委员、市教委副主任

吴键 中国教育科学研究院体育美育教育研究所所长

王文琼 山东青岛市李沧区虎山路小学教育集团校长

姜波 辽宁省实验学校教师

董银银 陕西西安市雁塔区科创路小学学生家长

时间之变:对学生在校活动进行系统性优化

“希望通过这个小切口,真正做到以学生发展为中心”

记者:课间由10分钟增至15分钟,时长的调整是出于怎样的考虑?

王攀:对学生而言,课间活动不仅是体育活动,更是放松身心、自我调节的好机会。今年秋季学期起,北京市对义务教育学校课间安排做出调整,原则上将课间10分钟延长到15分钟。从政策制定的角度考量,我们希望通过这个小切口,真正做到以学生发展为中心。从长远看,张弛有度的一日学习生活,或将带给孩子从容自若的一生。

吴键:5分钟的“微改革”针对的是现实中存在的问题——“消失不见”的课间。在调研中我们发现,出于安全考虑,有相当一部分学校,课间不允许学生随意走出教室,且严格约束学生的行为,甚至要求同学之间相互监督。学生被“圈养”在教室,厕所成为孩子“社交角落”,这些问题严重影响了孩子们的身心健康。

记者:增加的5分钟从哪儿来?一日课程设置如何统筹安排?

王文琼:课间增加的5分钟,有些是从大课间里腾挪出来的,有些是结合长短课改革实现的,学校应结合实际、因地制宜地对学生在校活动进行系统性优化。从实践来看,目前学校15分钟的课间让学生和老师都更加从容,能有效改善校园生活节奏,达到劳逸结合、动静适宜的效果。

姜波:课间和课堂、休息和学习,是一个有机的整体,不是割裂和对立的。短短5分钟的变化,影响的可能是学校一天的课程设置、学生一天的作息安排。教师应当真正意识到,

让孩子休息好、玩好,是教育过程中一项重要的责任。只有像重视课堂一样重视课间活动,才能为学生提供更加健康、活跃的学习环境,从而构建良好的教育生态。

空间之变:走出教室、走向操场

“体育锻炼多一些,‘小眼镜’‘小胖墩’就会少一些”

记者:课间多出5分钟后,怎样让学生真正走出教室?课间活动的形式和内容发生了哪些变化?

吴键:5分钟的变化带来的是时间的延长,也是空间的扩展。以前,课间时间短,学生只够整理书本、喝水、去洗手间,到操场上玩的时间有限,难以开展有组织的运动项目。随着课间时间增长,如何引导学生走出教室、在阳光下尽情奔跑,如何克服场地的限制、合理规划活动区域,如何丰富活动形式、满足学生多样化需求等,都成为学校需要深入探索的问题。

王文琼:5分钟“微改革”需要有科学、系统的改革设计作为支撑。如果无法为孩子们提供合适的场地设施,无法提供合适的运动项目,那么15分钟的效果就会大打折扣。我们学校目前采用的是“共性普及+个性特色”的思路,一方面把跳绳作为普及项目,短跳绳和大跳绳,人人能跳;另一方面为各班级配备沙包、皮筋、铁环等,鼓励孩子玩出个性。

董银银:体育锻炼多一些,“小眼镜”“小胖

墩”就会少一些。以前常常担心孩子久坐不动、缺乏锻炼,如今孩子动得多,吃得香,睡得也香,和同学之间的互动交流也变多了。看着孩子充满活力的样子,作为家长,也跟着高兴。

姜波:我们对课间活动内容做了优化,比如开放文体馆、乒乓球馆等校园场馆,并提供器材,让学生有更多选择;把体育课上老师教授的花样跳绳、踢毽子、篮球、手球等项目带进课间,组织“体育擂台赛”;利用校园开放的智慧体育设施,进行体育项目自主检测和团队比拼游戏,激发学生运动兴趣等。

王攀:诚然,安全高效的课间活动离不开学校的科学布局、统筹设计,但也要提防一种现象,就是“被安排”的课间,即学校为了便于管理,要求学生在课间只能参与某些固定的活动。事实上,自主的课间才是学生们期待的。我有一次在一所中学参加教研会议,散会时恰巧是课间,一瞬间楼道里熙熙攘攘,空地上不少学生打起了羽毛球。虽然没有球网、没有画线、没有计分,但孩子们跃动的身影和青春的笑脸让人十分感慨。爱玩是孩子的天性,让他们自由奔跑、无拘无束、收获快乐,才是课间调整的初衷。

角色之变:让学生成为课间的主人

“坚持‘五育并举’,把全面发展放在重要位置”

记者:课间5分钟的“微改革”体现了怎样的育人导向?如何把以学生为中心落到实处?

下课了,动起来

本报记者 姚雪青

12月5日上午9点,欢快的下课铃响起。学生们冲出教室,走廊里、转角处、操场上,都是快乐的身影。

从10分钟到15分钟,小课间变长了——今年秋季学期起,江苏无锡市新吴区梅村实验小学,成为在全省率先试点小课间改革的学校之一。

“加油,加油——中啦!”四年级学生朱茗朗最近迷上了投壶。

《辞源》中“射者中,弈者胜”的“射”,就是投壶,也是传统民间活动。带着劳动课上用纸篓、麻绳自制的投壶工具,他迅速和同学分成几组,到室外摆起擂台。

“以前老师偶尔拖堂,现在推着我们去,和我们一起玩。”朱茗朗指了指二楼的一

排教室,多数座位空着。教室里,留下的学生聚在一起,跳棋、五子棋或算24点,玩得不亦乐乎。

教学楼边的空地,一场“老鹰抓小鸡”游戏正在进行。扮演“老鹰”的是一年级班主任董晓晨,“希望孩子们学好又玩好,课间释放活力,课堂才能更专注。”

“邹老师,我们要向您发起挑战!”一楼教室外,学校党总支书记邹莉巡视安全,被一群学生拦了下来。

“没问题。”身着红马甲、白球鞋,邹莉笑着看向大家,“比什么?”

“1分钟跳绳怎么样?”围观的人多起来。

在梅村实小,向同学、老师发出锻炼邀请,胜者就能获得“呱呱卡”,兑换学校文创

梅村实小课间活动项目变化	
改革前	改革后新增
室外场地自由活动	篮球、足球、乒乓球、跳绳
跳格子等地面游戏	动感单车、踢毽子、体能类
	五子棋、飞行棋、益智类
	石头剪刀布、投壶、游戏类
	魔方、丢手绢

产品……邹莉是很多孩子赶超的目标。

邹莉先跳,162个。学生们也推出3位代表,152、156、171!

“赢了!”五年级学生陈思洋跳出171个,开心地蹦起来。

败下阵来,邹莉却笑得比谁都开心,“好好锻炼,下次咱们比仰卧起坐!”

出出汗,放放松。每天4个小课间,累计增加20分钟。一开始,有老师和家长关心,学习与锻炼怎样兼顾?

课堂质量做加法,加强集体备课,挖潜课堂质效。作业负担做减法,老师不拖堂、练习更精简。

如今的梅村实小,每个“金角银边”都利用起来。走廊上,一群姑娘跳皮筋、踢毽子。校园旁,“AI机器人裁判”给跳远的男孩自动报分……

红彤彤、活泼泼的笑脸,满眼都是。

下图:梅村实小学生在小课间进行“双脚跳”活动。

董晓晨摄



本版责编:丁雅诵

版式设计:张丹峰

指尖轻点难替笔尖深耕

吴丹

步入人工智能时代,我们经历了诸多变革与创新。

语音识别技术解放了双手,让文字输出瞬间完成;输入法的智能联想功能,实现了由字到词再到句的打字效率升级;智能翻译软件冲破语言壁垒,为跨语言沟通交流开辟新路径……技术的力量正以前所未有的速度重塑世界,在这样的背景下,我们还需要执着于手写汉字吗?

文字是中华文化的根脉,是记录时代、交流情感和绵延思想的重要载体。从神秘抽象的结绳刻甲到古朴雄浑的钟鼎篆文,从纸张之上的墨香晕染到活字印刷的批量复制……汉字,历经数千年风雨,深深融入中华民族的文化基因。流光溢彩的中华文明之所以能够绵延不绝,离不开这横竖撇捺的支撑。

“今天我们使用的汉字同甲骨文没有根本区别”“中国的汉字非常了不起,中华民族的形成和发展离不开汉字的维系”“确保各民族青少年掌握和使用好国家通用语言文字”……党的十八大以来,习近平总书记对语言文字工作尤其是汉字在传承中华文明中所发挥的作用作出一系列重要指示批示,为加强中小学规范汉字书写教育提供了根本遵循。

触屏时代,文字书写和传递瞬息完成。屏幕上“对方正在输入”的提示,取代了曾经写信件的“展信舒颜,见字如晤”;笔记本上密密麻麻的课堂笔记,渐渐被电子文档中条理清晰、可随时修改的记录替代。但提高效率的同时,提笔忘字的困扰也随之而来。当前,中小学生学习书写姿势不标准、笔画不顺不规范、非纸笔化书写导致书写能力弱化等现象较普遍。一些中小学课堂上,幻灯片课件多了,黑板板书少了;电子作业多了,手写作业少了。面对这样的情况,面向未来的书写教育,须把握三组关系。

历史与现代的关系。拉长时间的维度,书写的演变始终与现代社会的革新紧密相连。纸和笔的发明让书写变得普及,印刷术的出现让文字传播速度空前加快,互联网的兴起更是引发了信息革命。与传统方式相比,智能书写工具有能精准分析笔画形态,为学生提供一对一即时反馈;书法教学软件汇集海量名家字体,为学生提供更丰富多元的字体范例和书写技巧讲解。因此,规范汉字书写教育,既要立足数千年华夏文明的璀璨瑰宝,也要增强数字赋能,探索现代技术手段助力规范汉字书写教育的新模式。

技巧和人文的关系。一撇一捺写成人,书写教育不仅是技巧传授,更是文化与精神的传承。王羲之自幼苦练书法,终成一代大师,其书法作品《兰亭序》成为传世经典。颜真卿怀着对安史之乱的愤懑、对侄儿离世的悲痛,一笔挥就《祭侄文稿》,彰显出深厚的家国情怀、民族风骨。书写教育,教的不只是结构笔顺。见字如见人,每一笔的起承转合,都蕴含着对美的追求与欣赏,每一字的间架结构,皆彰显着为人处世的态度与风范。

书写教育与学科教育的关系。识字写字,是学生系统接受文化教育的开端,对培养中小学生的语文素养、审美能力和坚定文化自信具有重要作用。语文学科中,书写与识字、写作、表达息息相关;在美术学科中,书写可与绘画、设计相结合,提升学生审美能力;数学、生物等学科中,规范书写是逻辑思维清晰呈现的外在表现。应鼓励各学科结合实际加强规范汉字书写教育,有条件的地方和学校可利用课后服务等时段开展规范汉字书写教育,确保每天有一定时间用于写字训练。

日前,教育部办公厅印发通知,就进一步加强中小学规范汉字书写教育作出部署。指尖轻点难替笔尖深耕,汉字记录了诸子百家争鸣时的思想碰撞,见证了兼收并蓄的大国气象传遍四方,必将继续书写新时代的辉煌篇章。

师说

科学把握师幼互动的“前”与“后”

王燕华

梅晦琦曾就师生关系做过一个比喻:学校犹鱼也,师生犹鱼也,其行动犹游泳也,大鱼前导,小鱼尾随,是从游也,从游既久,其濡染观摩之效,自不求而至,不为而成。大鱼在前,导之;小鱼在后,随之。生动的语句,将师生关系,特别是在教育教学过程中教师言传身教的重要性描述得形象生动。

那么,对于学前教育而言,是否也存在教师和幼儿之间的“前后”关系?结合多年学前教育实践,笔者认为,回答好这个问题,需要回归幼儿成长本身,要在尊重教育规律和幼儿成长规律的前提下,科学处理“前”与“后”、“导”与“随”的关系。

一方面,把握时机,善于“向前”。于教师而言,最重要的是要有理想信念与道德情操,在教育陪伴过程中,潜移默化地为幼儿做示范、树榜样。教师应把握好、把握准“向前”的时机,如当幼儿遇到成长困惑时,教师应主动关怀,以适宜的方式给予安慰和鼓励;当幼儿遇到安全隐患时,教师应立即上前排除危险,并给予安全教育和引导。

另一方面,巧妙“后退”。在学前教育阶段,怎样做到以学生为本、尊重学生的教学主体地位,怎样变灌输式教育为启发式、引导式教育?教师应学会适当“后退”,做一个观察者、倾听者,充分尊重幼儿的主体地位和个性化特点,这样才能有助于激发学习兴趣,培养内在动机,建立行为习惯,从而让孩子获得更全面的发展。

无论是“向前”还是“后退”,在师幼关系中,高质量的陪伴与互动,都是助力幼儿健康成长的关键因素。期待每一位幼儿教师,都能保持一颗童心,保持好奇与热爱,真正走进幼儿心里,和孩子们成为朋友、同频共进。

(作者为北京大学附属幼儿园园长,本报记者丁雅诵整理)

课余时间,想找老师交流,需要走多远?对于同济大学学生来说,有时只是几间宿舍的距离。

近日,记者在同济采访,正赶上国豪书院在西南一楼举办“书院夜话”。这栋宿舍楼,既是学生生活区,也是老师办公地。

夜晚8点半,打开一大盒蝴蝶酥,搬来几张椅子,书院执行院长尹学锋与青年教师杜博闻在一楼的“驻楼导师工作站”等候。踢踢踏踏,有的学生穿着拖鞋下楼,有的刚下课,等不及放下书包就过来聊天。

“专业导论课上要完成研究课题,不知从何入手。”一名大一学生问。尹学锋从书架抽出往届学生的作品集,递给同学翻阅,“试着从生活中找找选题”。

2个小时,话题从专业选择到毕业去向,从生活趣事到同学关系,不知不觉已是10点半。有学生还没聊尽兴,与杜博闻一起上楼,来到驻楼导师的宿舍继续请教。

在同济,这样的师生交流是常态。同一

困在一线

夜访宿舍话成长

本报记者 吴月

周,有10余名驻楼导师走进学生宿舍区。“学生社区是大学生日常学习生活的重要场域,也是课堂之外的重要育人阵地。”同济大学党委学生工作部部长许秀峰介绍,2019年起,学校全面推行驻楼导师工作站制度,邀请知名学者、骨干教师等深入宿舍区与学生面对面交流,截至目前已开展驻楼活动1300余场,覆盖学生3.2万余人次。

参与师生交流,仅是同济学生多彩宿舍生活的一小部分。近年来,学校推进“一站式”学生社区综合管理模式建设。丰富的公共空间、多样的社区活动,使学生社区由单一

的居住场所成为集思政教育、师生交流、文化活动、生活服务等多功能于一体的育人园地。

“今晚,来跟我们一起包饺子?”收到同济大学辅导员、学生社区特色文化工作室负责人潘盼的微信,晚上6点,记者来到西南九楼学生宿舍地下一层的“青春会客厅”。“这里以前是一处超市,我们结合同学需求,把这里改造成了公共活动空间。”潘盼说。

裹馅、捏褶……想起了在家时,与奶奶和弟弟一起包饺子的场景。“大一学生王正智说,上大学是他第一次远离家乡,如今,与同学们聚在一起,冲淡了思乡之情。

“宿舍也有家的感觉。”大一学生文倩说,自己学会了擀皮的新技能,还认识了不同专业的新朋友,心里暖暖的。

“我们想把‘青春会客厅’打造得像家里的客厅,欢迎同学们都来坐坐。”潘盼热心介绍,“这里还有图书漂流站、咖啡充电站、日落放映厅……”

为激发学生的主人翁意识,建立学生参与社区管理服务的机制,同济大学还选聘一批学生骨干参与社区工作,李怡瑶便是其中之一。在宿舍值班,为同学们解决生活问题;走访宿舍,收集同龄人的需求,自主设计活动……“服务他人亦是自我成长的过程。”李怡瑶说。

夜色渐深,漫步学生宿舍,灯光与月光交相辉映。厨房中,有人在加热夜宵;自习室里,有人静静读书;花园的秋千椅上,有人给父母打着电话,讲起校园里的故事。

“同济啊同济,同舟共济……”宿舍楼外,一处音乐装置前,有同学轻轻哼起校歌的旋律,“航行征途中,我们齐心协力……”