教育强基工程 记者走一线

编者按

在操场上进行集体操练、分组跳绳扔沙包,在楼道里跳房子、玩萝卜蹲,在教室里玩象棋、做数独……今年8月13日北京市教育委员会印发了《优化全市义务教育学校学生在校作息时间安排指导意见》,要求全市义务教育学校原则上落实15分钟课间时长。更长的课间怎么玩?丰台的学校有哪些小创意?孩子们感受如何?近日,记者先后到辖区几所学校进行探访,发现不少学校的课间活动凝聚了老师和同学们的巧思,让孩子们感觉很nice。

北京市丰台区璞瑆学校

运动、益智、文化 各类课间活动随心选

本报讯(记者 李娜 实习记者 贾慧娟)冬季来临,为了更好锻炼孩子们的体魄,璞瑆学校及时调整了小学部孩子们的课间活动内容,第二节课后的大课间由做广播操改为跑操,同时还专门为孩子们成立了“小勇士军事素养冬练营”,培养他们不怕困难、顽强拼搏的品质。

11月19日上午10点左右,璞瑆学校小学部六个年级的孩子们齐聚操场,随着学校德育副校长佟萌宣布:“我们的小勇士冬令营正式开始”,“小勇士军事素养冬练营”正式开营。现场还特别邀请了属地部队的军官担任训练营的教官,为学生的冬季训练提供专业的指导。教官们为三、四、五、六年级的学生代表分别授旗,四面旗帜上分别写着:“白玉养德 刚毅坚定营”“红玉立志 勇往直前营”“黄玉领航 超越自我营”“碧玉启智 永不言弃营”,鼓励孩子们不怕困难、坚持锻炼,努力成为更好的自己。同时,学校还聘请中国式摔跤国际冠军,曾任特种兵格斗教练的冯刚老师担任“小勇士军事素养冬练营”军事综合素养拓展指导总教官。活动的最后,教官带着孩子们一起围绕操场跑操,孩子们迎风奔跑,意气风发,对冬训充满了热情和期待。

学校对初中孩子们的跑操也丝毫不敢放松。为了督促老师带着同学们认真跑操,学校每周都会对各年级各班级的跑操质量,如步伐是否整齐、有没有创意的口号、口号是否响亮等进行评比,并评选月度、季度跑操荣誉班级,激发教师和同学们重视跑步,更好地锻炼身体。

11点5分,小学部进入第三节课后的课间休息时间,虽然只有15分钟,但孩子们的活动内容却是五花八门。比如一年级的同学在南操场跳格子,二年级在楼道东侧萝卜蹲,三年级在东操场跳绳,四年级玩“头脑风暴”益智游戏,五年级在主席台后方空地玩丢沙包,六年级则是玩各种棋类或是数独游戏。“下象棋我更喜欢下残局。”六年级一班的李凯霖同学说。各年级的活动会不断更新调换,孩子们可以选择参加集体或小组游戏,也可以自己看书阅读互相交流,每个孩子都可以选择自己喜欢的方式获得休息放松。

丰台区璞瑆学校的孩子们在课间玩棋类游戏。李娜 摄

“我们认为课间时间其实是课堂教学的延伸和有益补充,合理用好课间时间为孩子们的全面发展服务,一直是我们学校特别关注的工作。课间15分钟的提出为我们提供了更多发挥的空间。”佟萌介绍,目前璞瑆学校正在征集孩子们喜欢的户外课间活动项目,下一步将把校园里现有的硬化地面进行分区,为孩子们做游戏布置各种合适的场地。“同时,我们还将积极发挥家校共育作用,发挥家长在体育、文化、智力等多方面的资源特长,将家长资源引入课间活动,为孩子们提供更多的课间活动选择。”佟萌说。

北京教育学院附属丰台实验学校

课间大部分孩子都会被“撒”出去

北京教育学院附属丰台实验学校的孩子们在球场上挥汗如雨。李娜 摄

本报讯(记者 李娜 实习记者 贾慧娟)用北京教育学院附属丰台实验学校老师张笑然的话说,该校孩子们在课间都会被“撒”出去。在小学教育阶段,该校选择尽可能尊重孩子爱玩的天性,保护他们的创造力,每天下午第二节课后的大体育时间更是供孩子们运动“撒欢儿”的专属“福利”。

北京教育学院附属丰台实验学校小学分为东、西两处校区,相隔100米左右。11月20日下午,记者来到西校区,这里有小学一、二年级共14个班。在下午第一节课后的15分钟课间里,孩子们先是做眼保健操,然后在班主任的组织下来到室外活动。室外的跑道、硬化地面、钻洞绳网乃至大树下蘑菇桩里的孔隙也都变身为孩子放松玩耍的乐园。

3点10分左右,随着欢快的音乐旋律响起,该校东校区的操场上骤然变身欢腾的海洋,属于孩子们的大体育时间开始,由体育老师带着所有班级锻炼。东校区三年级至六年级的孩子们快速在操场整队,根据体育老师的安排,三、四年级在跑道上跳长绳,五年级在足球场丢沙包、踢毽子,六年级打篮球和拍球。

听完老师指令后,同学们迅速跑到各自的场地“撒欢儿”。跳大绳的同学在跑道上分了七八组,同学们有序排队,先是正着跳向一侧,然后再反向跳回来,随着长绳上下翻飞,不一会儿就玩得满头大汗。足球场上投沙包的队伍更是庞大,人数多的组两边一共能有三四十人,就连任课老师也加入了投沙包的队伍中,两边的同学用力投掷,中间的同学们欢闹着躲闪,老师和同学在这一刻都成了队友,共同享受游戏的快乐。此外还有打篮球的,拍球的,踢毽子的,跳单绳的……绿茵场上欢声笑语不断。

“孩子们每天集体锻炼的项目也不完全一样,接力跑、折返跑、自编操、各种球类运动都有,老师们会根据孩子的锻炼需求不断调整,尽可能满足孩子需求。”西校区主管李峥老师说。大体育时间一直持续到3点45分,随后孩子们回班整理书包,3点50分开始,各班陆续错峰放学,孩子们在愉快的运动游戏中结束一天的学习,快快乐乐回家。

值得一提的是,该校还被誉为“建在图书馆里的学校”,教学楼的每层走廊里都整齐地摆放着一列列书架,书架上摆满了书,图书总量能达到上千册,而且会不定期更新,书架旁边配有长凳或是圆凳,喜欢读书的孩子也可以在课后享受美好的阅读时光。

北京市丰台区璞瑆学校

长短课间相结合 让孩子在游戏中收获更多

北京十二中南站学校

本报讯(记者 李娜 实习记者 贾慧娟)“假如我是家长,我肯定希望我的孩子能多5分钟休息放松时间;假如我是孩子,我肯定也希望能多玩一会儿。”市区提出课间15分钟改革后,有的老师担心会影响课堂教学时长,特别是对于面临学考的初中孩子,大课间会不会占用他们的学习时间?面对老师们的这些顾虑,北京市第十二中学南站学校的副校长梅慧娟第一时间给初中部的老师们做工作,她不仅让老师们从家长从孩子的角度去思考大课间的益处,还鼓励老师们加入孩子们的课间锻炼中。

“9月1日星期日举办了开学典礼,9月2日新学期正式上课第一天,我们就把孩子们的作息时间调整了。”梅慧娟告诉记者,为了优化课间时间安排,国庆节后初中部又改为长短课间相结合的模式。以上午安排为例,8点至8点40分是第一节课,8点40分至8点50分是课后阅读时光;8点50分至9点10分是长课间自由活动时间,这个20分钟的长课间有的班级去操场自由活动,有的班级在教室内做室内操;9点10分至9点50分是第二节课,9点50分至10点是短课间;10点至10点40分是第三节课,10点40分至11点10分是所有学生的冬练时间,孩子们到操场集体跑操;11点10分至11点50分是第四节课,之后是午餐休息时间……

记者来到校园的时候是上午9点,正是第一个大课间的自由活动时间,因为室外场地有限,有的班级在室内活动,有的班级在室外操场或是空地活动,室内室外隔天场地轮换。室外操场上,同学们丢沙包、踢毽子、吊单杠、跳大绳、打羽毛球,玩得不亦乐乎,班主任也参与其中,成为队友中的一员。“我们班主任也很喜欢运动,室外活动的时候老师会和我们一起踢毽子、跳长绳、丢沙包,室内活动的时候会带着我们一起做燃脂操,因为有老师带头儿,大家都能一起坚持,感觉班主任就像我们的朋友一样,没有距离感,我们的班级氛围也特别好。”初二(三)班张溪妍同学说。

教学楼前的空地上,初一(四)班班主任董斌老师正指导同学跳单绳:“现在开始计时一分钟,开始跳……接着跳……不要停……”随着老师的指令,同学们快速挥舞手中跳绳,中间断掉的又赶紧接上,跳完一分钟还默默地看一眼手柄上的计数器。“董斌老师不仅是班主任、区级数学骨干教师,也是年级主任,平时总和孩子们玩成一片。”梅慧娟笑着告诉记者。

室内活动虽是在教室里,但是丝毫不影响师生们的锻炼热情,八段锦、燃脂操、瑜伽、韵律操等都是师生们的锻炼素材。记者随机走进一间教室,看到同学们正在组与组之间的过道里做八段锦,前方黑板的显示屏上放着教学视频,孩子们的动作有板有眼、熟练流畅,一整套练下来身心都放松不少。“利用长课间时间我们既可以统一跑操,还能和同学一起做一些自己喜欢的运动,发展自己的爱好,室内活动的时候老师会给我们找一些室内操,每天都能确保劳逸结合。”初三(三)班的季思邈同学说。

“因为我一直在一线上课教学生,所以会更多地思考孩子的内心诉求。虽然初中的孩子有一定学业压力,但是我们主张该给到学生的放松时间就必须给到,让大家把学业和锻炼有机结合起来,孩子们的精力会更加充沛,师生课堂互动效率更高,教学效果也会更好。”梅慧娟说。

“通过课间一刻钟改革,学生在多样化课间活动中兴趣得到激发,自主意识和能力增强,身体素质和综合素质有所提升,且对课间活动的满意度较高,真正实现了有感受、有获得。”丰台区教委相关负责人告诉记者,“我们将始终围绕学生的实际感受与获得来深化课间一刻钟改革,不断优化各项措施,持续提升教育教学管理效能,为学生创造更优质的教育环境,让课间成为学生快乐成长、全面发展的重要时段。”

北京十二中南站学校的孩子们在课间比拼引体向上。贾慧娟 摄