

责任编辑 隋春波 编辑 佟婷婷 版式设计 徐广飞 校对 张宇辉

行走的课堂



“丛林课堂”续写长征精神

“小心脚下树根！前面同学注意保持队形！”响亮的哨音划破山林寂静，一队小学生弓腰穿过低垂的藤蔓。3月12日，参加营口市中小学素质教育学校综合实践周活动的数百名学生，在位于大石桥市蟠龙山的丛林中，开启了一场特殊的“长征”。这支由站前区红旗小学教育集团数百名五年级学生组成的“红军小分队”，正在体验综合实践周的核心课程。

刚进丛林时，学生们还带着春游一样的雀跃，不时驻足辨认周围的植物，争论树梢上掠过

的究竟是山雀还是黄莺。随着山径逐渐变成仅容一人行走的羊肠小道，此起彼伏的喘息声逐渐沉重。“看我的登山杖！”学生王宗钰捡起枯枝辅助行走，这个创意很快在队伍中流行开来。

当正午的阳光穿透密林，完成20多分钟丛林穿越的学生们回到集合点。接过午餐面包时，带队老师适时讲起红军战士挖树根、煮皮带充饥的故事，学生们咀嚼面包的动作突然变得郑重，往常只剩半盒的酸奶被吮吸得一滴不剩。市中小学素质教育学校书记彭永翻看实时数据时惊叹：当

天为学生们准备的简餐，实现了“零剩余”。

“在家总嫌饭菜不好，现在明白了，白馒头都是革命先辈的奢望。”一名学生将吃剩的面包屑一一拈入口中，这种转变印证着彭书记的观察，“当孩子们的双脚真实丈量过崎岖山径、亲身体验过饥肠辘辘后，‘苦不苦，想想长征两万五’才不再是空洞的口号，红色基因才能真正扎根于青少年的精神血脉之中。”

本报记者 佟婷婷 文/摄

长征精神 助我前行

站前区红旗小学教育集团五年十一班 杨婧琪

3月12日，在班主任的带领下，我们怀着兴奋又激动的心情，参加了营口市中小学素质教育学校组织的“重走长征路”活动。

来到起点，看着巨型“军令状”，我的心里突然涌起了强烈的使命感。我快步向前，在上面郑重签下自己的名字。

一开始，我脚步轻快得像只小鹿。可崎岖的山路越来越难走，每一步都要格外小心，没一会

儿，我的腿就像灌了铅一样沉重，脸上汗水不停地流，眼睛都快睁不开了。我好几次都想退出，可一想到红军战士们当年面对的困难与考验，我又咬牙坚持下去。

登上山顶那一刻，自豪感油然而生。我忽然明白：当年红军战士背着步枪粮袋、穿着草鞋过雪山时，受的苦、流的汗肯定比我们多千倍万倍。他们用脚步丈量的不只是土地，更是永不言

弃的信念。

这次活动，让我深刻体会到长征精神的伟大。红军战士为了理想和信念不畏艰难、勇往直前，我们在学习和生活中遇到困难，更不能轻易退缩，要像红军战士一样，用顽强的意志和不屈的精神去战胜困难。

我会把这次经历铭记在心，带着长征精神勇敢前行！



传统艺术焕青春

近日，市第一中学美术课堂上，学生们用彩笔在纸质“马勺”上绘制脸谱，展现多样的中国民间艺术美。传统艺术在青少年手中焕发青春，为培育文化自信注入源头活水。

为新课标落地“把脉问诊”

3月11日上午，站前区长征小学六年二班数学课上，同学们三五人一组，把圆柱体容器中的细沙倒入等高的圆锥体容器内。“为什么还有三分二没倒完呢？”望着圆柱体容器中剩余的细沙，同学们不禁提出疑问。

“这说明什么呢？”金一文老师不答反问。“圆锥体体积是圆柱体体积的三分之一！”一名男生跳起来大喊。

“书上为什么说‘等底等高’才行？”随着金老师继续追问，教室里响起此起彼伏

的争论，同学们开启了探索知识的大门，也拉开了市教师进修学院小教处“落实新课标、用好新教材、构筑新课堂”教研活动的序幕。

自新课标实施以来，这种自主、讨论式的学习场景在众多课堂上屡见不鲜。“教师需要克制‘替代学生思考’的冲动，让课堂真正成为学生的探索跑道。”长征小学教师原婷婷告诉记者，课堂每一分钟都是培养核心素质的赛道，教师要做的就是设置“问题加油站”，而非铺设固定轨道。

市教师进修学院小教处的教研员们深入不同学科的教室，重点观察教师对教材重难点的把握、教学方法的运用以及学生课堂参与程度等情况。“新课标不是推翻重来，而是让教育回归本质。”市教师进修学院小教处负责人李文婷说。课后，教研员们围绕教学目标达成、课堂环节优化等方面，与授课教师展开研讨，提出针对性改进建议，为“落实新课标、用好新教材、构筑新课堂”“把脉问诊”。

本报记者 佟婷婷 文/摄

法律援助进校园 安全护航助成长

新学期伊始，西市区韶山小学教室里传来阵阵热烈掌声。西市区法律援助中心负责人站在讲台上，用生动的语言和鲜活的案例，为学生们带来一堂别开生面的法治教育课。

结合学生年龄特点，围绕“什么是法律援助”“什么是校园欺凌”“被同学欺负了该怎么办”等问题，中心负责人通过直观的视频和真实的案例，深入浅出讲解了相关法律知识，从家庭保护、学校保护、社会保护三个角度，引导学生们从欺凌者、被欺凌者、旁观者三个视角，全面认识校园欺凌的危害。

“面对校园欺凌，我们不做受害者，不做欺凌者，也不做冷眼旁观者！”这句话深深印在学生们心中，活动气氛热烈，学生们踊跃参与互动，抢答法律知识问题。一名学生兴奋地说：“原来法律离我们这么近！以后如果遇到问题，我知道该怎么保护自己了。”

本报记者 佟婷婷 文/摄



2025年春季学期伊始，各地纷纷推出体育新政，强调保障“中小学生学习每天综合体育活动时间不低于2小时”，引发社会关注。这是落实《教育强国建设规划纲要（2024—2035年）》、以身心健康为突破点强化“五育”并举的真招实招。

“2小时”从哪里挤？师资短缺、场地不足、安全风险等问题如何破解？近日，中国教育科学研究院体育美育教育研究所所长吴键为教育部门、学校、家庭支招。

“不能等到孩子处于难以挽回的身心健康困境时再来保护”
落实“2小时”首先要解决认识问题

近视率不断走高、肥胖问题日益凸显、脊柱侧弯呈现明显的低龄化趋势……当下，学生群体的身体素质状况令人忧心。

身心健康是青少年全面发展的基石，体育锻炼对身心健康好处良多。然而，吴键展示中国教育科学研究院的一项调研数据显示，学生放学后以及居家期间，其体育锻炼时间很难保证。“所以，落实每天2小时，重点还是在学校内。”

但学校方面也有担忧。“最新的数据显示，与2023年相比，学生体育锻炼伤害事故增加了50%以上，校方责任险中体育运动伤害赔偿的比例不断增加，接近60%。”吴键说，“学生体育运动意外伤害保险制度不完善，不能给每天2小时体育锻炼保驾护航，学校开展体育活动有后顾之忧。”

家长怕受伤、学校怕出事，是“不敢让孩子动”的根源。在吴键看来，学生体育运动的安全风险防控救济机制的不健全，是当前迫切要解决的问题。

“要有效解决长期存在的学生体质健康突出问题，帮助学生健康成长、全面发展。不能等到孩子处于难以挽回的身心健康困境时再来保护。”吴键在谈及落实当前政策时，反复强调一定要提高思想认识，“实施每天2小时体育运动，不仅仅是学校体育的事，也不仅仅是体育学科的事，而是教育改革的大事，是学校教育整体性工作。”

要让政策、资源、监督、保障“四轮驱动”
教育行政部门是落实“2小时”新政的核心引擎

政策虽好，落地却非易事。各地如何系统推进中小学生“每天综合体育活动时间不低于2小时”的要求落地？教育行政部门是核心引擎。

吴键说：“教育部门要做的是出台政策、推动实施、保障条件、监督评价。”

“基层学校操作到关键步骤或环节，需要有政策依据、统一的政策以及能够落实落地的符合实际的操作方案。”他认为，“政策规划的重点是解决因为增加体育与健康课、增加体育活动带来的挑战，具体来说，要解决时间、空间、师资、组织方式四个难点问题。”相关部门应统筹课内教学、课外训练与竞赛活动。同时，针对部分学校场地“捉襟见肘”、器材“超龄服役”的困境，既要加大资金投入补足硬件缺口，更需通过分时段共享、错峰使用等科学管理手段“盘活存量”。破解师资短缺难题不能仅靠短期招聘，还需通过购买社会服务、培养兼职教师等多元渠道进行“开源”。

当前，社会上有一些疑问——体育活动不低于2小时，时间从哪里挤？会不会影响文化课的学习？在吴键看来，片面追求文化课成绩和升学率的各种做法，已经影响到青少年的身心健康。当下的重点任务，正是要打破普遍存在的低效、无效的学习“疲劳战”局面，要促进高效学习、高质量学习。“说到底还是要认识先行，认识问题解决了，挤出时间不是难点。”

而从结果导向看，他认为，要将学生体质健康水平列入政府、教育部门、学校绩效考核指标，对学生体质健康连续下降的，要问责。

我们看到，各地陆续出台推进政策，提出了要求，但是还没有具体的督导评价指标和方法。吴键透露：“目前，教育部正在研制统一的指引性试点办法和评价方法。相信随着政策施行，国家和地方层面都会有具体的督导办法出台。”

落实“2小时”新政主要还得靠校内
学校要结合实际做到“四个落实”

“难点在落实，重点在学校。”学校是政策落实的主阵地。吴键表示，中小学校要依据政策并结合学校实际情况，把“中小学生学习每天综合体育活动时间不低于2小时”落实到学校教育教学中去。

他说，具体来讲是要做到“四个落实”——

落实每天1节体育与健康课。统筹国家课程、地方课程、校本课程，确保每天开设1节体育与健康课。

落实每天两个体育大课间活动。中小学校每天上午、下午各组织一次不少于30分钟的体育大课间。

落实延长课间休息时间。除大课间体育活动，中小学其他课间休息时间延长至15—20分钟。

落实课后延时服务面向全体学生的体育锻炼。非面向全体的课后延时体育训练、体育俱乐部（社团）、体育比赛等不得计入综合体育活动时间。

“只要肯动脑，办法总比困难多。”记者了解到，北京、上海、广东、重庆、江苏等地的绝大多数中小学校都开展了“15分钟课间”，学生自制沙包、皮筋等游戏，既活跃身心又化解场地限制。

当然，学生体育运动的任务不能全部推给学校，家庭是培养运动习惯的“第一课堂”。吴键提出，对于家长而言，一是要支持孩子积极参加各种体育锻炼，参与校外体育活动，培养体育特长，丰富校外生活；二是要每天安排并监督孩子居家锻炼，争取达到30分钟，养成体育锻炼习惯；三是要高度关注孩子身心健康发展。

「综合体育活动时间不低于2小时」如何落实？