

## 校园动态

邻水县第六小学  
职业榜样进课堂

本报讯(尹洋)“双手交叠、垂直按压,注意保持每分钟100—120次的频率……”开学首日,邻水县第六小学六年级12班的课堂上,身着白大褂的甘佳琪妈妈正在示范心肺复苏术。随着医学模型的胸腔规律起伏,55双眼睛聚精会神地观察着每个细节,这场特殊的生命教育课拉开了新学期的帷幕。

打破传统课堂边界,邻水六小今年推出“职业榜样进课堂”主题开学礼,邀请12位来自医疗、消防、公安等领域的家长代表作为“职业导师”。从急救技能到交通安全,从心理疏导到灾害预防,为学生们打开了一扇认知社会的窗口。

交通安全课堂上,张惠茜爸爸带来的三维动画模拟系统成为焦点。通过VR设备,学生们“亲身经历”了未走斑马线引发的交通事故,逼真的视觉冲击让安全守则则深入人心。“叔叔,如果遇到校车我们应该保持几米距离?”互动环节中,学生们争先恐后地提问,张惠茜爸爸则用“童警徽章”奖励回答正确的学生。

在心理健康工作坊,心理咨询师家长通过OH卡牌游戏引导学生表达开学情绪;消防队长则带领学生操作微型灭火器,讲解逃生路线规划要诀……每个教学点都没有实践考核,成功通关的学生能获得专属“岗位体验证书”。

“长大后,我也想成为医生救人!”“原来交警叔叔的指挥手势有这么多含义。”课后,学生们围着家长导师继续提问,职业梦想的种子悄然萌芽。校长廖光强表示:“我们正在构建家校社协同育人新样态,这次活动不仅打破课堂边界,更是在学生心中搭建起连接现实社会的桥梁。”

据悉,该校自建校以来持续深化“家长资源课程化”实践,已开发24门家长精品课程。本学期还将推出“职业体验周”“岗位影子计划”等系列课程,通过社会化学习场域的构建,助力学生形成立体多元的成长认知体系。

合江县白鹿镇中心校  
森林防火知识记心间

本报讯(何丽)“哇,太酷了!”近日,一辆消防车驶入合江县白鹿镇中心校,引发学生的阵阵欢呼。来自福宝林场的消防员带领师生在操场上开启了一堂生动的森林防火安全课。

“这是无人机,用于随时监测森林火情;这是水枪,它可以喷射出高压水流,迅速扑灭火焰……”消防员耐心细致地为学生讲解各种消防抢险器材的名称、用途和工作原理,普及森林防火知识。每介绍一种器材,消防员都会拿起实物,让学生近距离观察、亲手触摸。

在实操体验环节,一名男生抢先体验,背起灭火器,模仿着消防员的样子,抬起喷雾管,迅速按下灭火器上的开关,一股水流瞬间从喷嘴中喷涌而出。他熟练而准确的操作赢得现场师生的阵阵掌声。

“我要把学到的安全知识告诉家人,让他们也能保护好自己。”“消防员叔叔的灭火器很重,他们的工作危险又辛苦,我们应该从自身做起,保护好森林。”谈及此次活动的收获,学生们纷纷表达他们的感受。

据悉,学校将以此为契机,持续创新安全教育方式,让安全知识深入人心。

内江市第四小学校  
垃圾分类科普进校园

本报讯(周小杰)“塑料瓶属于什么垃圾呀?”“我知道,是可回收垃圾!”近日,在内江市第四小学校的校园里,一场热烈的讨论正在进行。内江市市中区综合行政执法局的工作人员正与学生们围坐在一起,开启了一场别开生面的垃圾分类知识互动。

为全面落实城市生活垃圾分类宣传任务,提升小学生对垃圾分类的了解及参与积极性,市中区综合行政执法局工作人员走进内江四小,开展垃圾分类知识宣讲。

活动中,执法局工作人员绘声绘色地向学生讲解垃圾分类的重要性、分类标准以及投放技巧。从常见的废纸、塑料瓶归属可回收垃圾,到废旧电池、过期药品属于有害垃圾,再到厨余垃圾的独特处理方式等,工作人员一一详细道来,让学生深刻认识到垃圾分类对环境保护的重要意义。

知识问答环节更是点燃了学生们的热情,一只只小手高高举起,大家争着回答问题,在欢声笑语中巩固了所学知识。紧接着的垃圾分类实地操作环节,工作人员带领学生走到摆放整齐的垃圾桶旁,指导他们将手中不同种类的模拟垃圾准确投放到对应的垃圾桶内,让理论知识化为实实在在的行动。

据了解,学校后续将以班级为单位,定期开展垃圾分类主题班会,让学生们分享自己在生活中的分类小妙招;在校内宣传栏张贴创意十足的垃圾分类海报,时刻提醒大家做好垃圾分类;设立“垃圾分类小卫士”评比机制,激励学生相互监督、共同进步,切实将垃圾分类融入校园生活的方方面面,携手打造绿色校园。

## 快乐体育 健康成长

## 开栏语

在“双减”政策纵深推进的当下,教育部明确提出“保障中小学生每天综合体育活动时间不低于2小时”的目标,将学校体育作为青少年近视防控、体质提升的关键抓手。今年春季学期开学后,我省也全面实施“中小学生学习综合体育活动时间不低于2小时”的政策,多措并举保障学生综合体育活动的质量和时间,让“健康第一”落地生根。如何让运动成为每个孩子的成长必修课?如何以体育之“动”破解“小眼镜”“小胖墩”之困?本报今起开设“快乐体育 健康成长”栏目,聚焦校园体育动态,深入挖掘各地学校在落实政策过程中的创新举措、精彩故事,展现学生在体育运动中茁壮成长的美好画面。敬请关注!

## 平昌县信义小学

## 体育“热”起来 学生“动”起来

■ 何海霞

为保障学生每天综合体育活动时间不低于2小时,平昌县信义小学积极探索,通过优化课程设置、丰富课外活动、构建特色社团等一系列举措,构建起“活力校园”新生态,让学生真正爱上运动,健康成长。

## 科学规划,让体育课“活”起来

“现在每天至少一节体育课,我们还能自选项目!”信义小学六年级学生何浩铭兴奋地说。本学期,学校体育课增至每周5节,从“挤时间”变为“给时间”。同时,学校还丰富了体育课程内容,推行“基础+特色”的教学模式,满足学生多样化的需求。

眼保健操被严格纳入学校考核。在舒缓的音乐声中,学生们认真找准穴位,规范按摩,老师也会

在一旁监督指导,有效帮助学生缓解用眼疲劳,守护视力健康。

大课间活动更是精彩纷呈。学校将原本零散的活动时间转变为系统的锻炼,30分钟的时间里,全校学生错时分区分区到运动场,或参与广播体操、特色韵律操;或开展趣味跑、跳绳等。学校还设计了“晴雨双模式”运动方案:晴天以操场为主体,雨天则在教室开展室内操、手势舞、击鼓传花等体能游戏活动。

## 多元活动,让运动氛围“热”起来

下午课后服务时段,校园瞬间变成了运动的海洋。学校开放了足球场、篮球场、乒乓球桌等运动场地,学生依据兴趣自由组队,开展激烈的比赛或趣味运动。老师们则穿梭在各个场地,为学生提供

专业指导和安全保障。

为满足学生的个性化需求,学校还积极组建各类体育社团。篮球、足球、羽毛球、乒乓球、跳高、跳远、跑步等社团,吸引了大量学生参与。学校定期举办校内外的体育竞赛,如校运会、班级联赛等,进一步激发学生的运动热情。同时,体育作业也成为学生日常锻炼的一部分。学校鼓励学生在家进行跳绳、仰卧起坐等简单易行的锻炼,并通过作业记录的方式督促学生坚持锻炼。

## 强化监督,让体育政策“落”下去

为确保政策落实,学校建立“三级督导机制”:校级领导巡查、年级组互评、学生自主记录,并将体育活动开展情况纳入班级考核。同时,评选“运动之星”“健康



平昌县信义小学足球社团的学生在踢足球。(图片由学校提供)

班级”,通过榜样力量带动全员参与。“现在,课间没人窝在教室里刷题了,操场成了最热闹的地方。”七年级2班班主任李先勇说。

从“被动锻炼”到“主动流汗”,信义小学通过多元举措破解了体育

活动“时间难保障、兴趣难激发”的难题。学校校长李允表示:“体育锻炼不是负担,而是学生成长的‘充电站’。未来,我们将继续探索体教融合新路径,加强体育老师的专业培训,为学生的终生健康奠基。”

## 广安市广安小学

## 推出“晨练唤醒”特色课程



广安小学“晨练唤醒”课程中,学生踏履台阶运动。(图片由学校提供)

本报讯(邓春)为全面提升学生身体素质,积极响应“保障中小学生学习综合体育活动时间不低于2小时”的要求,广安市广安小学推出特色课程——“晨练唤醒”,成为学生校园生活的“活力源”。

该课程通过科学设计课间入校后的锻炼体系,从体质健康、感统训练、习惯养成和团队建设等维度,让学生享受运动乐趣,增强体质。例如,学校通过“敏捷梯”等器具,帮助学生跳起来、动起来,提升“晨练唤醒”的趣味性,让学生“身上有汗、眼里有光、脸上有笑”;同时,将AI技术引入“晨练唤醒”,开启“智慧跳绳+智能终端”模式,将智慧体育与学生喜爱的跳绳项目深度融合。在技术的赋能下,教师可以为学生量身定制锻炼策略,因材施教;家长可以通过下载客户端,查看学生在学校的运动数据、运动表现和运动量等,家校携手促进学生身心健康发展。

广安小学还充分运用“小先生”育人模式,通过发布“晨练唤醒”游戏小先生招募令,让学生成为游戏的设计者。同时,启动“晨练主题课程包”,如语文诗词接龙结合跑步节

奏,把数学测量融入障碍赛距离计算等,让锻炼与学科教育有机融合。在此基础上,将各班的“晨练唤醒”项目特色化,加入跳房子、萝卜蹲等传统游戏,让“晨练唤醒”月月有主题、班班有特色。“晨练唤醒”,已成为学生智慧创意的“交换场”、体能的“加油站”。

“过去常有学生在上午的课堂中托着腮打盹的现象,‘晨练唤醒’课程启动后,学生逐渐从‘晨起懵’转变为‘晨起燃’。”在广安小学教师贺庆华看来,该课程打破了“体育归体育,学习归学习”的固有认知,不仅改变了学生的精气神,还培养了学生的协作能力和团队意识。

“从体能到心智,从个人到集体,‘晨练唤醒’不仅是一场晨间运动,更成为学校践行五育并举的生动切口。”广安小学党支部书记、校长冯黎明表示,教育不只囿于教室,当阳光、汗水与笑声交织时,成长便有了更丰富的底色。

未来,广安小学将继续深化“晨练唤醒+大课间+课间活动”三维活动模式探索,以体育为支点,打造素质教育新生态。

苍溪县东城小学  
操场变“运动乐园”

本报讯(严静)在苍溪县东城小学,下课铃声一响,学生们便欢快地奔向20个崭新的立定跳远场地和15个花式锻炼区。这是该校实施以培养一副好身体为主要目标的“活力教育”的生动展示。学校通过课程改革与设施升级,将“每天锻炼2小时”的硬性要求转化为学生成长的活力源泉。

苍溪县东城小学进一步升级运动设施,从“立定跳远”到“花样运动”,学校将操场打造为“运动乐园”。新增的立定跳远场地和花样运动场地,既保留传统运动的趣味性,又激发了学生的挑战热情。15个花式锻炼区则涵盖跳绳、跳远、平衡木、趣味障碍跑等项目,让学生在运动中提升协调性与体能,极大地满足多样化锻炼需求。

同时,该校全力保障锻炼时间,将每节课后的休息时间延长至15分钟,全体师生走出教室,动起来,破解了“学生锻炼时间碎片化”难题。

“现在课间不仅能放松,还能和同学比赛跳远,感觉学习更有劲了。”六年级学生李鑫洪开心地说。“以往,课间师生不是在座位

上休息,就是在走廊闲逛。现在,有了丰富的课间活动,整个校园都充满了生机。”东城小学教师李丽华说,在运动中,师生互相鼓励、挑战自我,不仅让学生放松身心,还能增强体质,同学间的关系也更亲近了。

体教融合赋能全面发展。近年来,苍溪县东城小学开展以“养成好习惯、锻炼好身体、培养好口

才”为核心的“活力教育”,不仅将体育与校本课程深度融合,还通过艺术节、社团展演等活动展示学生蓬勃向上的精神风貌。学生体质测试优良率逐年提升,学业成绩稳步提升。

“下一步,我校将引入专业教练与赛事活动,打造校内外一体化的体育生态。”东城小学校长张砾表示。



东城小学学生在操场练习跳远。(图片由学校提供)

## 宣汉县百节溪小学

## 体育“天天见” 活力满校园

本报讯(文川 刘瑜)春季开学以来,宣汉县百节溪小学的学生们发现了一个令人欣喜的变化——本学期每天都有一节体育课。这一改变,不仅是课程表上的调整,更是学校创新“体育+”模式、打造活力校园新标杆的生动实践。

体育课的增加,让学生有了更多时间接触自己喜欢的运动项目,足球、篮球、跳绳……操场上热闹非凡,运动的快乐氛围在校园里弥漫开来。

这一改变的背后,是百节溪小学对“体育+”模式的深入探索。学校构建了“体育课+大课间活动+课后体育社团”的一体化教学体系,确保学生每天综合体育活动时间不低于两小时。学生不仅能享受每天的体育课,还能在大课间和课后服务中继续参与体育锻炼,真正实现了体育活动的“全天候”覆盖。

为了满足不同学生的兴趣,学校在每天的大课间组织学生开展

跑步、跳绳等集体项目,并引入“体育选项走班制”。在“体育走班”中,学生根据自己的兴趣和运动特长,自主选择足球、篮球、武术等专项体育课程,由专业教师授课,激发学生体育学习的积极性,营造全员参与的运动氛围。

“学校创新性推行体育俱乐部制,教师根据特长组建足球、篮球、武术等俱乐部,负责指导学生活动。学生依兴趣自愿报名,活动安排在课后服务时段。各俱乐部制订个性化训练计划,如足球训练、篮球对抗赛等,提升学生技能与团队合作意识。活动中,教师与学生共同参与体育活动,形成了师生互动、共同进步的良好氛围。”学校校长王洪如是说。

同时,学校还邀请有体育特长的家长参与,普及科学锻炼知识;与社区合作,利用校外体育场馆开展体育活动,拓展学生的运动空间,形成了全社会共同关注学生体质健康的良好氛围。

乐至县希望小学  
用趣味激发体育课堂活力

本报讯(梁小雨)“上体育课就像玩游戏,真是太有意思了!现在我们每天都期待上体育课!”乐至县希望小学五年级学生康城笑嘻嘻地说。

位于老城区的乐至县希望小学,虽场地狭窄,但始终将体育教育作为学校工作重点,因地制宜探索体育开展的新模式、新路径,用趣味运动激活体育课堂的活力,进一步激发学生参与运动的积极性。

学校在保障每天至少一节体育课的基础上,对体育课内容进行创新,将传统的田径教学与趣味游戏相结合,例如在跳远教学里融入“青蛙跳跳跳”比赛,在短跑训练中设计“小小飞毛腿接力赛”。学生在教师的指导下,不仅能通过生动有趣的方式快速掌握起跑、起跳、加速、冲刺等动作要领,同时也在你追我赶中感受到体育竞技与团队合作的快乐,激发学生对基础体育项目的浓厚兴趣。

除了体育课,学生们最期待的就是课后服务时段。为满足学生个性化需求,学校成立了多个体育社团,学生可以根据兴趣爱好自由选择加入社团,每个社团均由专业体育教师提供技能指导与安全保障。

在参与社团活动的过程中,学生不仅可以得到系统的训练,还可以通过共同为社团命名、制定社团口号及规章制度等方式,培养团队归属感和集体荣誉感,养成积极向上的精神风貌。

四年级班主任唐红介绍说:“自从学校开展丰富多彩的体育活动之后,越来越多的学生更愿意走出教室参加运动,这不仅提升了学生的身体素质,还锻炼了学生的交际与协作能力,释放了情绪,缓解了学业压力,学生在课堂上也更容易集中注意力了。”

学校在每年定期举办一场由全校师生共同参与的校园运动会之外,还根据不同季节和特色课程,开展春季气排球联赛、冬季跳绳比赛等特色体育竞赛,项目设置丰富多样。

学校也深知家庭教育在学生成长过程中的重要性,向家长发放《家庭运动指南》,提供亲子游戏建议,鼓励学生在家里积极参与锻炼,促进家庭锻炼氛围。