



章贡中学学生在大课间跑操。

# 让每个孩子都成为“阳光少年”

## ——章贡区推动阳光体育大课间活动掠影

□记者涂家福 通讯员刘志斌 汤政宇 文图

“同学们,准备好,大家一起来跳绳……”花样跳绳的歌谣回荡在操场上,学生们灵巧的身影在彩绳间翻飞,鲜艳的红领巾在胸前飘荡;踢毽子的队伍热闹非凡,羽毛球在空中划出优美的弧线,学生们单脚踢、双脚换、花样踢,引得大家阵阵喝彩;场边一角,玩呼啦圈的学生们扭动腰肢,五彩的呼啦圈随即旋转、起伏……学生们玩得不亦乐乎。

这是近日记者在赣州市厚德路小学京九路校区阳光体育大课间活动看到的场景。

近年来,章贡区教体系统紧紧围绕立德树人根本任务,深化体教融合,推动阳光体育大课间活动高质量发展,从政策出台到经费保障,从绩效考核到部门协同,把“健康第一”的理念落到了实处。同时,学校把大课间、课后服务、社团活动和专业训练有机结合,形成了一个“人人都参与”到“尖子有平台”的完整成长链条。该区连续5年获评全省青少年竞技体育十强县(市、区),学生多次参加羽毛球、摔跤、射箭等体育项目全国比赛,并取得佳绩。各学校因地制宜,形成了各自特色。“集体项目”保证每个孩子都动起来,“菜单定制”让学生们有得选、愿意练,再加上AI技术辅助,确保了全员参与、常态开展。如今,爱运动的学生多了,有特长的学生有了展示和提升的渠道,校园体育氛围日趋浓厚。

### 场地有限 运动无界

“体育锻炼要从小抓起,体育锻炼多一些,‘小胖墩’‘小眼镜’就少一些”。为全面落实教育部的“体育活动每天2小时”要求,赣州市厚德路小学京九路校区以“场地有限、运动无界”为原则,精心打造“静如止水、动如脱兔”特色大课间活动。活动依托学校“自然+科技”的办学特色,破解了学校场地空间有限的问题。

在动态活动方面,大课间创新推行“跑操+体能操”的组合模式,每日按区域、分班级有序组织室外跑操活动,教师全程参与以把控跑操节奏;为学生量身编排的体能操搭配激励性口号,切实增强学生的身体素质。非跑操班级以“班操+基础室内操+礼仪操”的“三操组合拳”培养学生集体意识与文明习惯;小课间时段开放了各类体育器材,组织开展跳绳、乒乓球、踢毽子等形式多样的活动。校园内还设置了“跳绳墙”,让跳绳成为习惯。

静态活动则体现了文化与科技的深度融合。学校开放了人工智能教室、射击教室、图书阅览室等功能教室,供学生在教室内自主开展编程、激光叶雕、AI英语听说等活动;校内还



赣州市厚德路小学京九路校区学生在大课间跳绳。

设置了能量转换站、涂鸦墙、图书角等区域,兼顾学生的心理健康与文化浸润。

### 满足学生多样化需求

在章贡中学的大课间,一些学生正在操场上进行三人制篮球赛。赛场上,队员们配合默契,断球果敢、运球灵活、投篮精准,攻防转换间尽显青春风采;场下观众热情高涨,掌声与呐喊声交织,每一次精彩进球都引发阵阵欢呼。通过赛事,不仅提升了学生的篮球技能,更培养了他们的团队协作意识与不服输的竞技精神。

章贡中学通过构建“赛事引领、社团支撑、心体共育”的体育育人体系,大力推进体教深度融合,让体育成为学生全面发展的坚实基石。学校坚持以赛事为纽带,搭建多元化体育竞技平台,让每一位师生都能在运动中展现自我、锤炼品格,营造“人人爱体育、班班有特色”的校园体育氛围。为满足学生多样化运动需求,学校创新开展三人制篮球赛与五人制足球赛,以“轻量竞技、全员参与”为原则,让球类运动成为传递热血、凝聚友谊、锤炼意志的重要载体。

### 打造“一校一品”活动特色

赣州市文清路小学则以阳光大课间为切入点,开启一场靶向施策、全域联动的育人探索。赣州市文清路小学四个校区在阳光大课间时段每天坚持30分钟练习广播体操和跑操训练,以整齐队列培养纪律意识。小课间时段,四个校区因地制宜,不搞“一刀切”,形成了“一校一品”的活动特色。

该校豪德校区的集体项目玩出“层次感”:低年级的“凳子操”,不用额外器材,利用课桌

凳做伸展、跳跃动作,适配低龄学生安全需求;中高年级编创“篮球操”,融合拍球、运球基础动作,搭配动感音乐,又酷又能练技能;拓展层:每月一次年级集体拔河赛,以班级为单位竞技,在呐喊助威中强化团队归属感。此外,豪德校区的“AI运动吧”,虚拟跳绳、体感平衡挑战,学生对着屏幕就能玩,枯燥训练变成“游戏闯关”,设备还能实时提示“姿势对不对”“跳了多少下”,同步记录学生的运动数据,生成“成长档案”,做到科学锻炼不盲目。

叶坪路校区呼啦圈玩出新花样:利用呼啦圈为运动道具,让集体运动兼具统一性与趣味性。学校的《活力大课间 玩出新风采》2024年、2025年连续两年荣获赣州市中小学大课间视频展示评选小学组一等奖。

梅江路校区菜单定制选择“对胃口”:学校实行“孩子点单、学校配菜”,课前发问卷,挑选学生最爱的跳绳、软球投掷等“高人气+低门槛”项目,按活动类型划分“运动区”“休闲区”,每周一更新,再也没有“被迫运动”的学生。

环城路校区推行“室内+室外”双轨化时光:室外按年级跳绳、滚轮胎、练足球绕桩等基础运动,避免跨年级冲突;室内开放图书室、棋类教室、益智区,满足阴雨天或身体不适学生的活动需求,真正做到“人人有得玩、个个能参与”。

水东中心小学的大课间把“乡土味”做成“特色菜”。用一根弹力带模拟“春耕秋收”劳动过程,将体育与劳育深度融合,既不用复杂器材,又贴近农村学生生活,让大课间充满田园乐趣,让每个孩子都成为“阳光少年”。



## 教育部规范检查评比考核清单管理

近日,教育部印发《关于进一步减轻中小学教师非教育教学负担若干措施的通知》,要求规范涉校涉师督查检查评比考核清单管理,严格执行督查检查评比考核事项年度清单管理制度,每年年初报教育部备案,未纳入清单的事项一律不得开展。

通知提出,省级教育行政部门加强统筹协调,提前1个月明确检查内容、范围与方式,杜绝重复检查和多头检查。不得随意设置创建示范、“一票否决”和签订责任状等事项,严禁以调研、评估、指导、监测等名义变相开展督查检查考核,不得以发文开会、留痕资料、台账记录作为评价依据。不得开展以学校为对象的各类达标活动,对现有的达标活动进行清理,已经开展的期满后自行取消。

通知要求,严禁强制要求师生参与与教育教学无关的活动,不得要求教师承担巡河护林、上街执勤、创城庆典、汇

演展览等非教育教学任务。严禁以打卡留痕、填报总结等方式验收活动,不得将参与情况与考核评优挂钩。

通知要求,严格中小学教师借调借用管理。上级机关、单位原则上不得借调中小学教师,不得以工作专班、跟班学习、交流锻炼等名义变相借调。确因工作需要的,在不影响学校正常教育教学情况下,应当经教育主管部门同意后,并报同级党委组织部门和上级教育行政部门备案。借调时间一般不超过6个月,特殊情况需要延期的,延长时间一般不超过6个月,并应当提前征得派出学校和本人同意。

此外,通知还规定,法定节假日、周末、寒暑假等无学生在校期间,原则上不安排专任教师值班值守。除依法依规组织的必要培训外,原则上不得要求教师参加非教育教学培训,各类培训时间安排应避开教学高峰期。

(据新华社电)

## 宁都红色教育润童心

本报讯(郭素敏)近日,笔者走进宁都县机关幼儿园,看到红色长廊的墙面上张贴着孩子们的红色主题画,不远处红色体训基地热闹非凡,一群系着红绸带的“小战士”们正向上爬行,不时互相鼓励;转角处的“绘本大厅”里,党员教师谢琼滢在拼图区手指轻点红军长征路线图,孩子们围成半圆,稚嫩的童声复述着“四渡赤水”“过雪山”的故事……这充满童趣的场景,正是该县机关幼儿园以党建引领教育创新、用红色基因浸润童心的生动实践,打造出了“一墙一景皆课堂”的沉浸式育人空间。

“为了让红色教育深入幼儿心灵,我园将红色教育深度融入环境创设,将红色元素融入户外自主游戏。红色文化不再是枯燥的讲述,而是爬过的每一道障碍、握住的每一次援手。孩子们在欢笑与汗水中体会坚韧,在互助中懂得团结,红色的种子在活动中生根发芽。”宁都县机关幼儿园党总支书记李志红介绍。用红色文化铸魂育人,该县机关幼

儿园党支部以五“悦”五“美”育童心的党建品牌为指引,以基础课程为主线,以自主游戏为抓手,扎实推进党建引领教学,致力于培养知史爱党、知史爱国的孩子,让红色教育贯穿教育教学全过程。

课堂教学是铸魂育人的主阵地,该园将党建与教育教学工作深度融合,构建了“先锋五角星”党建教育体系,带领全体团员教师让红色教育走进课堂,将爱国主义教育融入环境,不断浸润幼儿心灵。通过实施党员政治素养、业务能力“双提升”“双培养”工程,党员教师带头开展教学研究、课程改革,积极参与课题研究和公开课展示活动。

党建引领,润苗筑梦。近年来,宁都县各学校不断探索创新,通过举办红色知识问答、诗词朗诵、故事演讲、影片展播等活动,将红色教育与教学活动深度融合,厚植学生的家国情怀,为学生成长筑牢根基,为教师发展搭建平台,培养兼具家国情怀与创新能力的时代新人,让红色火炬代代相传。

## 科普园地

## 智能科技重塑“绿房子”

从传统建筑的高能耗与高排放模式,到如今的低碳、节能与智能化,“绿房子”正逐步成为城市发展的新名片。建筑企业通过引入先进的智能科技,精心打造了一批高效、环保且舒适的绿色建筑,为城市环境增添了一抹清新的“绿意”。

智能科技正重塑“绿房子”的建造与运行模式。可以“拼装”的“绿房子”通过AIGC一体化PC装配式技术实现设计、生产、施工全链条数字化,设计效率提升2到3倍,构件工厂预制、现场拼装,显著提升效率并降低碳排放。“精打细算”的“绿房子”采用硅墨烯保温材料、三玻两腔low-e玻璃、天氟地水空调地暖联动等节能技术,能耗降低30%以上,兼顾舒适性与经济性。会“思考”的“绿房子”依托IEM综合能源智慧管家,实现能耗设施联网监测与AI智能调控,自2024年5月改造以来节省电量4500万度,节电金额达2200万元,碳减排4.5万吨,整体节能率达60%。

传统建筑的建造方式效率低下且能耗较高,AIGC一体化PC装配式技术的出现,为建筑行业带来了全新的变化。建筑企业通过AIGC技术,将设计、生产、配送、施工等环节全链条数字化贯通,实现了从传统手工模式到高效数字化模式的转变。

保利发展和智科技技术负责人表示:“我们通过AIGC平台,将传统CAD图纸导入后,可以自动生成模型并一键出图算量,效率提升了2到3倍。”该技术不仅将设计时间缩短至原来的四分之一,还通过“超级算量BOM”模块,让成本一目了然,图纸错误率近乎归零。

(来源:科普中国)

“讲文明 树新风”公益广告

# 读书成就梦想 知识照亮人生



中共赣州市委宣传部 赣州市文明办 赣州市融媒体中心 宣