

动起来!

# “每天一节体育课”落地观察

□新华社“新华视点”记者  
杨湛菲 周思宇 李明辉

随着青少年体质问题越来越受到社会关注,曾被认为是“副科”的体育课越来越被重视。在政策引导下,“每天一节体育课”正成为中小学教育的大趋势;还有地区通过延长课间、设置大课间等方式增加体育运动时间,鼓励学生参与锻炼。

孩子们走向户外“动起来”有何新变化?“新华视点”记者在多地进行了调查。

## 让孩子们“眼里有光更自信”

近几年,“小胖墩”“小眼镜”问题广受关注,学生全面发展、健康成长备受各方重视。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两小时,每天保证一节体育课,另外课后再锻炼一个小时”;深圳、天津、安徽等地根据地区特色,相继出台相关文件及措施,为青少年在校体育锻炼保驾护航。

还有一些地区的体育课以更加灵活的形式呈现。“每周每个班级有3节体育课,1节校本足球课程,同时每天安排40分钟的大课间活动;学生还可结合兴趣特长参与体育社团活动。”重庆市沙坪坝区山洞小学校长乔丽介绍。

记者在采访中发现,体育课被其他课程占用、体育课安排自习、“阴阳课表”等问题,如今已明显改善。多所学校老师表示,不存在这样的问题,如果出现这样的情况,学生、家长也不会答应。

不少学校负责人表示,加强校园体育锻炼,并非纯粹为了迎合考试“指挥棒”。“我们鼓励学生3年掌握3项体育技能,培养终身锻炼特长。”重庆凤鸣山中学教育集团总校长邓仕民说,学校近年大力实施特色体育项目进校园,开设体育类选修课20余门。

“不少人认为体育锻炼会影响学习成绩,但大部分孩子在增加运动后,考试成绩不仅不会下降,反而会更出色。”沈阳市浑南区第九小学校长侯明飞说,他带过的学生中,有一个性格相对胆怯的孩子,一直默默无闻;取得攀岩全校第二的成绩后,整个人渐渐发生了变化,“眼里有光了,课堂上也更自信了”。

## 校园体育如何量质齐升

与其他学科不同,体育课对天气、场地有要求,且存在一定对抗性和风险性。如何保障体育课数量与



12月6日,广西梧州市新兴二路小学学生们在体验竹竿舞项目。  
新华社记者 黄孝邦 摄

质量齐升?

——体育老师怎么安排?大连市中心一所学校现有在校生近1500名,而编制内体育老师不足十人,平均200余名学生才配备一名体育老师。该校一名体育老师说,自己每周有14个课时,同时还承担大课间、学校足球队训练等各种任务,“压力还是很大的”。

西部地区一位乡村学校校长告诉记者,艺体学科师资全县都比较匮乏。“现在学校一共有4名体育老师,但真正体育专业出身的只有两名。”这位校长坦言,他们学校“还算可以”,有的学校连一个专业体育教师都没有,需找其他科目老师兼任。

——运动空间够吗?记者在多所城区和乡村学校了解到,受场地不足限制,部分学校只能采取错峰排课、分区上课、“借地”上课等方式安排体育课。

“学生课表基本都排满了,一些班级的孩子从早上第一、二节课就开始上体育课。”一名小学负责人表示。还有体育老师介绍,学校将体育馆、操场和部分空地全部用于体育课,勉强够用。有学校曾开设特色足球课,但校内没有足球训练场地,只能步行10分钟到附近的体育场馆;考虑到安全风险,最终足球课被取消。

——安全问题怎么保障?“出于安全考虑,很多学校体育课不会开展跳高、长跑等强度大、有风险的项目。”一名长期关注校园体育的教育工作者坦言,课堂上学生如果发生伤害事故,体育老师一般都需承担责任。

西部某地一小负责人说,每年学校平均要处置10余起运动意外伤害矛盾,解决时间少则一周、多则几个月。面对此种情况,一些教师不敢让孩子过多进行激烈运动,部分学校的体育活动以跳绳、羽毛球等“安全”项目居多。

## 让孩子们爱上体育运动

体育锻炼是增强少年儿童体质最有效的手段。体育锻炼多一些,“小胖墩”“小眼镜”就少一些,其意义也在于让孩子们养成良好运动习惯,在运动中享受乐趣、磨炼意志。受访者认为,“每天一节体育课”和安排大课间活动等看似只是增加了课时,实际涉及方方面面的改革与创新,配套举措应及时跟上。

为解决师资不足难题,多地积极探索,鼓励社会力量参与。成都天府新区将退役运动员事业转型发展与解决体育专业师资缺乏问题相结合,探索实践教师共享机制;安徽有小学盘活现有教师资源,专职引领和全科培训相结合,打造专兼职体育授课教师队伍……

湖南师范大学体育学院副教授沈可建议,支持学校与社会力量协同建设和运营体育资源,实现场地、器材和设施的共建共享,同时依托高校、体育协会、俱乐部等打造复合型体育教师、教练员培养体系。

“家庭应主动加强学生体育锻炼的过程监督,充分利用城市社区现有的篮球、乒乓球、羽毛球等场地,引导学生开展课后体育活动。”邓仕民表示,家校社应共同努力,以体育为载体协同育人。

近日,有学生在体育课上练习中考体育项目时不慎摔倒受伤,法院判定学校不承担责任。专家认为,针对此类事件,应在法律层面进一步厘清学校的责任边界,明确学校的教育管理职责,让老师免去后顾之忧。

“未来体育教育应注重激发兴趣而非‘考什么练什么’。应通过‘以赛促练’等方式激发学生积极参与运动的内生动力,真正培养孩子们对体育运动的热爱,达到终身锻炼的目的。”大连市教育局安体卫处二级调研员范向阳说。

据新华社北京12月11日电

## 文体快讯

### 举重世锦赛 中国队再夺三铜

据新华社北京12月11日电 中国举重协会消息,2024年世界举重锦标赛当地时间10日在巴林继续进行,中国队小将李霜夺得女子64公斤级三枚铜牌,朝鲜队包揽了女子64公斤级和男子81公斤级六枚金牌,并打破一项世界纪录。

女子64公斤级决赛成为两名朝鲜选手的“二人转”,19岁的李霜和两人尚有明显差距,最终以抓举107公斤、挺举134公斤、总成绩241公斤夺得三枚铜牌。28岁的林银心和21岁的李淑在今年4月的世界杯上就包揽前两名,此次李淑表现更为出色。她六把试举全部成功,虽然抓举以1公斤之差不敌林银心获得银牌,但将挺举和总成绩两金收入囊中,同时还以149公斤打破自己保持的挺举世界纪录(原纪录146公斤),最终夺冠总成绩是264公斤。林银心收获抓举金牌、挺举和总成绩两银。

陆华东



12月11日,石宇奇在比赛中回球。当日,在杭州举行的2024世界羽联世界巡回赛总决赛男单小组赛B组比赛中,中国选手石宇奇2比1战胜印度尼西亚选手乔纳坦。

新华社记者 侯昭康 摄

### 2024中国中学生 3×3篮球联赛落幕

新华社西安12月11日电 2024肯德基中国中学生3×3篮球联赛全国总决赛11日在西安结束,长沙市第六中学、重庆市巴蜀中学校、长沙市明德华兴中学分别摘得高中男子组、高中女子组及初中男子组的桂冠。

本年度赛事在今年9月启动,历经城市赛、分区赛的层层筛选,有来自全国36座城市的超过1500所学校、近14000支队伍参与。

该项赛事于2004年举办首届,创立20年来,已吸引约300万名青少年参与。

记者 王鹏

## 欧冠综合:利物浦六连胜 皇马客场赢球

新华社伦敦12月10日电 英超“领头羊”利物浦队在欧冠赛场也保持强劲,10日客场1:0小胜赫罗纳队后实现六连胜。

当日比赛的上半场,利物浦和赫罗纳都曾接近破门。第四分钟,戈麦斯前点头球攻门被主队门将托出横梁。努涅斯的射门也曾被对方门将用脚挡出。利物浦门将阿利松之后面对主队球员禁区外的远射,飞身跃起将球扑出。

0:0的僵局在下半场被打破。迪亚斯为利物浦赢得点球机会,萨拉赫主罚一蹴而就。六连胜后的利物浦继续领跑积分榜,而他们上一轮过后已经确定淘汰赛资格。

皇马同日客场对阵亚特兰大。第10分钟,姆巴佩杀入禁区后低射远角破门,帮助皇马力拔头筹。不过,这位法国巨星因伤在上半场结束前即被替换下场。主队则在上半场补时阶段依靠点球扳平比分。

易边再战,维尼修斯第56分钟时禁区内半转身低射破门,皇马再度取得领先。仅3分钟后,贝林厄姆接队友长传为皇马将领先优势扩大到3:1。亚特兰大随后虽然由卢克曼扳回一城,但最终未能改写结局。

另外,拜仁慕尼黑5:1大胜顿涅茨克矿工,在欧冠两连败之后取得三连胜。两度领先又两度被追平的阿斯顿维拉最终3:2力压莱比锡,送给对手欧冠赛场六连败。 记者 张薇