

体教融合强体魄 刚柔并济护成长

——房县让“每天一节体育课”扎实落地

文/图 记者吕超 通讯员张括

“如果您的孩子今天没上体育课,如果课间十五分钟孩子被‘圈’在教室,请拨打监督电话:0719-3223387!”今年3月,房县教育局印发《关于进一步加强中小学体育工作八条措施》(以下简称《八条措施》),文件末尾醒目的举报电话与监督二维码,在不少家长的朋友圈引发热议。这份文件,不仅以刚性约束明确“每天一节体育课”的底线要求,更以阳光监督的姿态,向全社会作出保障学生运动权益的郑重承诺。

“这是给家长吃了一颗定心丸,也是保障孩子运动权益的承诺。”学生家长王女士的留言,道出了万千家长的心声。近年来,房县深入践行“健康第一”教育理念,打破“重学业、轻体育”的惯性思维,以“八条硬措施”为抓手,从课时保障、活动创新、心理健康、监督护航等方面系统发力,让每个孩子都能在运动中挥洒汗水、收获快乐、强健心智,走出了一条兼具刚性约束与人文关怀的县域体育育人之路。

刚性制度护航 让每个孩子课间动起来

健康的根基在运动,合理运动的保障在制度。校园体育工作的落地,离不开刚性制度的护航。在全县中小学体育工作专项部署会上,明确“严禁阴阳课表、严禁隐形挤占、严禁强制静止”三条“红线”,成为全县教育系统的共识。

从县域统筹层面,房县作出明确规定:义务教育阶段学校严格执行“每天一节体育课”,高中阶段每周不少于三节,即便遇上下雨等不适宜户外活动的天气,体育课也不得被文化课替代,需统一转为室内体育健康知识讲解或趣味体育活动,确保“课时不缩水、学生全员参与”。这一刚性要求,从源头堵住了挤占、挪用体育课时的漏洞,让“每天运动不少于两小时”的目标从口号变为现实。

破解“课间圈养”“厕所社交”等痛点,是房县推动校园体育落地的另一项重点。该县统一保障学生课间十五分钟活动时间,丰富上午三十分钟大课间活动内容,严查“限制学生走出教室、强制静止休息”等违规行为,对拒不执行、整改不到位的学校,实行全县通报并依规严肃处理。

如今,走进房县各中小学,课间的校园早已告别沉寂:城关镇花宝小学里,低年级学生跳皮筋、丢沙包,高年级学生练太极拳;军店小学的跳绳比赛中,场上的孩子激情飞扬,场下的小观众呐喊助威,现场活力四射。“以前课间只能在座位上看书,现在能跑能跳,浑身都舒展了。”花宝小学五年级学生许士杰开心地说。这一幕幕,正是该县学生运动权益得



房县举办第十五届中小学生田径运动会。



孩子们通过运动收获满满自信。



乒乓球成为很多孩子喜爱的运动项目。

到切实保障的生动注脚。

为让运动成为校园常态,房县正统筹构建“班级-校级-教联体-县级”四级竞赛体系,着力实现“人人有项目、班班有活动、校校有特色、周周有比赛”的系统性目标,从而真正让体育竞赛融入校园日常,让每个孩子都能在竞技与协作中成长。

坚持以体润心 让每个孩子眼里都有光

落实“健康第一”目标,既要强体魄,更要润心灵。结合该县留守、单亲家庭学生比例较高的实际情况,房县将体育社团作为“育心工程”的重要载体,推动校园体育从“体能锻炼”向“全面育人”延伸,让学生在运动中找到归属感、收获自信心,实现“以体润心、以体育人”的目标。

在县域层面,房县鼓励各校结合自身特色,开展“一校一品”“一校多品”建设,重点发展田径和“三大球”项目,同时推广舞龙舞狮、

竹竿舞、武当太极拳等传统体育项目,让体育社团既有共性支撑,又有个性亮点。与此同时,该县还推动体育社团规范化发展,将社团活动纳入正式课表,配备专业指导教师,确保每个孩子都能找到适合自己的运动项目,找到属于自己的闪光舞台。

军店初中将象棋、篮球、书法、舞蹈四大类社团纳入课表,曾经因家庭问题厌学叛逆的浩宇(化名),参加象棋社团后逐渐变得开朗,不仅主动参与班级活动,学习成绩也稳步提升;白鹤学校足球社团里,在队友的鼓励、教练的关爱下走出阴霾,重拾成长动力;大木小学将传统文化与体育社团深度融合,开展舞龙舞狮、武当太极拳等传统体育项目,性格内向的留守儿童昊天(化名),在舞龙社团中逐渐变得自信,敢于主动与人交流。

从军店初中的象棋盘到白鹤学校的绿茵场,体育社团正以温暖的力量,点亮每个孩子的成长之路。

加强社会监督 让好政策真正落地生根

措施贵在执行。为了让《八条措施》不沦为“一阵风”,房县教育局实行全方位监督,将每一堂体育课都置于阳光之下,确保政策落地生根、取得实效。

《八条措施》第七条明确,全县建立健全社会监督管理机制,公开公示举报电话和线上举报二维码,县教育局承诺对家长和社会的每一条举报线索,“第一时间受理、核查、处置、反馈”。

“文件印得再漂亮,不如孩子实实在在流一身汗。”房县教育局党组成员付祖强表示,“我们把评价权交给家长和社会,就是要让违规行为无处遁形,只要有举报,必有回音、必严肃处理。”目前,房县各中小学已开始对照《八条措施》进行自查自纠,县教育局督导组也已下沉一线,开展常态化专项督导,形成“自查+督导+社会监督”的三维监

管体系。

为破解城乡体育教育资源不均衡问题,让优质体育资源惠及每一位乡村孩子,房县加快推进“教联体”建设,在全县范围内开展体育送教下乡、跨校教研活动。城关镇东城小学作为教联体主端,通过“专递课堂”,将优质体育课程传输到城关镇晓阳小学、上龛乡上龛学校等乡村学校,补齐乡村学校体育教学短板。“以前我们体育教学资源有限,有了教联体的‘专递课堂’,孩子们也能享受到同等的优质教学。”晓阳小学体育教师张焜的话道出了“教联体”建设的实效。

刚性的课时保障、全域的运动氛围、暖心的社团培育、阳光的监督机制、协同的资源供给……这些综合性举措汇聚成呵护孩子成长的强大合力。期盼在“健康第一”理念的引领下,房县各校持续因地制宜、积极探索,推出更多可落地、见实效的育人举措,守护每个少年身心健康。



房县实验小学的学生开心奔跑。



房县二中进行拔河比赛。



青峰小学的学生参加趣味运动。

房县实验小学

创新模式护航孩子成长

“加油!再跳10个就闯关成功啦!”4月29日,记者走进房县实验小学,午后的阳光洒满操场,操场上跳绳翻飞、呐喊声阵阵,满眼都是少年儿童蓬勃朝气。作为房县县城核心小学,该校面对班额偏大、运动场地紧张的现实难题,不搞变通、不打折扣,以精细化执行破解空间瓶颈,让“每天一节体育课”真正落地。

直面场地不足,创新模式破解。学校将常规十分钟课间延长至十五分钟,推行“按楼层错时活动、分区域有序锻炼”的创新模式,周一至周五分层分流开放操场、楼道等活动空间,彻底解决了课间拥挤、活动受限的问题。“周一一楼、周二二楼,固定时段、专属场地,全力保障每个孩子都有充足的时间进行放松运动。”该校德育主任周小玲介绍,学校始终贴合孩童天性,摒弃刻板管控,让学生在动中出汗、玩中快乐、练就体魄。

刚性制度兜底,课堂质量护航。学校将“每天一节体育课”列为年度核心工作,严令“不挤占、不挪用、不降标”,课表公开公示、督查全程跟进,校领导牵头每日巡课通报,将体育教学落实情况与教师考核与班级评优挂钩,保障体育课足额、高质量开课。同时,学校加强教师队伍建设,组建“专职+兼职”体育教师队伍,专职教师聚焦专业技能教学,兼职教师侧重趣味课堂互动,结合低中高学段学生特点分层设计运动内容,搭配“月月有赛事”的常态化活动,构建家校协同育人闭环,让体育育人融入日常。

不搞形式、不走过场,房县实验小学立足实际,用精细化执行、全覆盖保障,让“每天一节体育课”从政策要求变为学生日常。灵动有序的校园运动场景,成为该校落实体育育人的生动样板。

(文/记者吕超 图/见习记者刘俊驰)

房县二中

双师教学纾解学生压力

4月30日下午,位于房县军店镇的房县二中运动场上暖意融融,高一(13)班的体育课正火热进行。与常规体育课不同,现场有两位教师同步授课——体育教师柯芳俯身示范拉伸动作,轻声指导学生放松肌肉;心理健康教师刘越则在一旁观察学生状态,适时引导大家调整呼吸。“来,跟着节奏深呼吸,感受身体的放松,把学习压力都呼出去。”刘越温和有力的声音,让学生们紧绷的神经渐渐舒展。

作为山区寄宿制高中,面对学业压力大、备考节奏紧的现实,该校坚守育人初心,以“刚性守底线、柔性提质量”为思路,实现学生学业提升与身心健康双向发力。

该校将每周三节体育课刚性固化进课表,绝不因备考复习挤占挪用,配备配强专职体育教师,盘活运动场、篮球场等场地资源,科学错峰排课,实现“专人授课、专场使用”。同时,建立校领导牵头、多部门联合的巡查机制,常态化监督体育教学落实情况,彻底破解高中“重学业、轻体育”的问题。

贴合高中不同学段学情,学校精准分层、因材施教。高一、高二聚焦夯实体能、培养习惯,开设球类、田径、传统武术等常规课程,引导学生掌握1-2项终身受用的运动技能;高三靶向破解备考焦虑问题,为学生量身定制低强度减压体育课,以舒缓拉伸、趣味团建、集体慢跑为主,实现强身与润心深度融合。

以常态体育课为核心,联动开展每日大课间跑操、特色体育社团、校园专项赛事等活动,房县二中构建起全天候体育育人体系,既守护学生身体健康,又抚平备考焦躁,真正做到以体育人、以体润心,为山区高中学生德智体美劳全面发展筑牢健康屏障。

(文/记者吕超 图/见习记者刘俊驰)

青峰小学

趣味运动点亮乡村教育

4月28日,房县青峰小学的劳动田里热闹非凡,六年级学生分组开展趣味运动。田埂平衡走、挑担接力赛、丰收搬运大比拼……同学们奔跑嬉戏、互帮互助,都觉得在田间开展的趣味运动活动很有意思,既能亲近大自然,又能锻炼胆量和耐力,比坐在教室内上课更放松,更加充满乐趣。乡土味十足的特色体育课,让这所学校走出了一条独属于乡村小学的教育育人之路。

作为乡村学校,青峰小学没有照搬城区办学模式,而是紧扣乡村校情,针对性破解场地有限、器材单一的难题,把2300平方米劳动实践基地打造成独具特色的体育课堂,并创新开设乡土特色体育课程,推动体育锻炼与劳动教育深度融合,让“每天一节体育课”变得接地气、有童趣、见实效。

该校严格落实“每天一节体育课”,健全教学管控机制。一方面强化乡村体育教师培训,全力守住课时底线,严把教学质量关;另一方面,优化校园作息时间表,增设阳光体育时段,全天开放体育器材室,常态化开展十五分钟特色大课间活动,带领学生练习太极拳、八段锦、集体律动等体育项目,兼顾传统健身与日常锻炼,让运动有效融入学生每一天的学习中。

同时,依托校内劳动实践基地,开发田间拔河、除草障碍跑、翻土体能赛等乡土运动项目,让孩子在亲近自然、参与劳动的过程中爱上运动、强健体魄。青峰小学立足乡村实际,让体育育人贴合乡土、滋养童心,用特色实践点亮乡村少年的成长之路。

(文/记者吕超 图/见习记者刘俊驰)