

课间十分钟——

安全 快乐

如何两全其美？

蚌埠融媒体中心记者 周芳林 文/图

“把课间十分钟还给学生。”“让孩子课间自由活动。”近日，一些地方学生课间十分钟被约束的话题，受到广泛关注。

课间十分钟，蚌埠的孩子如何度过？连日来，蚌埠融媒体中心记者探访了多所学校。关于课间十分钟，学生们有什么期待？家长有什么诉求？老师和教育者们怎么说？且看记者的报道。

——编者

期盼多些体育课和室外活动时间

“最近课间十分钟的话题‘很热’，接孩子时，我们家长也在讨论。”孙女士的女儿今年上三年级，她说，虽然学校没有网上议论的“课间圈养”那么夸张，但孩子课间户外活动也少。

“我希望每天都有体育课，希望不被其他老师占用。”四年级的陆陆告诉记者，以前每天都有体育课，自从上了三年级以后，课桌上的体育课就少了，而且有时候还会被其他老师借走或占用。

“孩子教室在4楼，10分钟只够上厕所。”汪女士说，她曾多次问过孩子课间休息的情况，听到女儿说“时间不够”，她很心疼。

“我家的孩子课间都跑出去玩，有时候上课铃响了才进教室，我们特意

给他买了手表。”章先生说，儿子今年上五年级，爱运动。他时常也会引导孩子，课间要去室外活动活动，晒晒太阳，看看花草树木。

教育部高度重视学生课间休息，2021年9月1日起施行的《未成年人学校保护规定》明确，不得对学生在课间及其他非教学时间的正当交流、游戏、出教室活动等言行自由设置不必要的约束。

大家都知道，“课间圈养”养不出健康快乐的孩子。记者随机采访了十多位家长，呼吁多一些户外活动时间，是家长们的普遍期盼。不少家长表示，希望能增加孩子们的体育课和室外活动时间，让他们在阳光下多跑一跑、跳一跳。



蚌埠第一实验学校汇金校区“阳光大课间”。



课间扔沙包游戏。



课间休息时，秀水实验学校学生在打乒乓球。



学生课间跳绳。



龙子湖实验学校学生课间玩“纸飞机”游戏。

龙子湖实验学校操场上，学生们玩“丢手绢”游戏。

如何向“人多空间小”要“有趣10分钟”



班级楼层高、十分钟去操场只够跑个来回，或者场地小、学生多，抑或担心学生跑闹、碰撞……这些难题或担忧如何破解？

下课铃响了，蚌埠市龙子湖实验学校的操场上，不少小朋友们正在放纸飞机。记者随手捡起脚边的一只纸飞机，嗖的一下，飞了出去。“阿姨，这个可以借给你玩一会。”一个圆脸小男孩拾起飞出去的纸飞机，跑过来对我说，狡黠地冲我笑。

“一年级、二年级，课间去操场活动很方便。高年级所处的楼层较高，如何利用宝贵的课间十分钟？”蚌埠市龙子湖实验学校教育集团总校长王玲说，孩子们正处于活泼、好动的年纪，课间十分钟可以让他们放松身心，减轻学习压力，为下一节课做好准备。从一定程度上，课间十分钟是储备能量的“黄金十分钟”。

然而，该校的教学楼是“双面楼”，一个楼层有8个班，400多个孩子，高年级所处的楼层较高，如何破解“上下楼费时”“人多拥挤不安全”难题，利用好课间十分钟？

“课间十分钟，一定是自由、放松、愉悦的。”王玲说，可以到操场上玩耍，也可以玩玩桌式足球，总之，要保证课间十分钟“足量”。为了充分利用现有场地，学校践行“疏”“堵”结合的管理理念，构建出一个安全、自由、快乐的“十分钟空间”，比如每层楼设置“开放空间”、班级口袋植物园等，有效保证了学生课间十分钟的“质”和“量”。

走在该校教学楼走廊里，记者看到，脚下贴着“靠右行走”“不要跑”等

引导标语。课间，学生们在开放空间里玩桌式足球、棋类游戏，在公共图书角里，随意翻翻书，或者观察班级的植物长势等，课间放松“不打折”。与此同时，校园安全教育、课间十分钟游戏设计等内容，该校也不断探索、积极完善。

采访过程中也有老师坦言，会担心课间孩子们一拥而出、疯跑打闹，引发校园安全事故。

“玩闹是孩子的天性。”王玲认为，看似短短十分钟，对学生而言，非常重要。她说，孩子们从早到晚，一天待在学校的时间近十个小时，不仅要劳逸结合，更要遵循成长规律。学习累了以后，课间十分钟，他们可以跟同学们一起谈天说地、运动、玩游戏、晒太阳，甚至是发呆，都是轻松、自由的，这些都是单纯的知识学习无法实现的。“我们不能把孩子的‘自由跑跳’当作洪水猛兽，而是积极地引导、帮助和陪伴。”

而课间的过度约束，孩子们不只是失去了快乐的十分钟，诸多不利于其成长发展的短板都凸显出来。

“课间十分钟是学生自由活动时间，不能不管，也不能管得太细。”蚌埠第一实验学校汇金校区党支部书记、校长杨瑞靖说，学校设计了大课间活动方案，有武术操、放松操、跑操等活动，保障孩子们每天半小时的“阳光大课间”。体育老师还会根据孩子们的年龄特点设计小游戏，比如跳皮筋、跳绳、贴烧饼等，并适时更新游戏内容，保障课间十分钟活动丰富多彩。让课间成为孩子们休息放松、自由锻炼的时间，让校园生活更健康、更快乐。

多所学校课间“玩”得快乐



11月7日上午9时许，站在蚌埠第一实验学校汇金校区的校园外，记者就能听到孩子们嬉戏玩闹的声音。

操场上，阳光温暖。小朋友拿着五彩的跳绳，欢快地跳着，有些低年段的孩子动作略显生疏，但这又有何妨呢，阳光照在脸上，看他们笑得多开心。

“喜欢玩跳皮筋、跳大绳的游戏。”停下跳动的脚步，9岁的班梦瑶笑着说，课间十分钟，是她的“放松时间”，也是她和小伙伴们的“游戏时间”。

不远处，老鹰抓小鸡的游戏正在进行。可爱的小“鸡”们互相配合，躲在老师化身的“母鸡”后面，避开“老鹰”的抓捕。

“和孩子们一起玩，自己仿佛也回到了快乐的童年。”蚌埠第一实验学校汇金校区四(2)班班主任刘巧说，老师们参与到孩子的课间活动中来，和孩子们一起玩，对孩子是一种很好的鼓励。

体育老师姜聪正在操场南边，教学生们新的运动内容。“大家跟我一起跳。”他说，“孩子们学得快，前几次带着玩，玩几次，就都会了。”

站在二楼向操场上俯瞰，呼啦圈转

在孩子们的腰间……跳皮筋、丢沙包、老鹰捉小鸡、跳绳等形式多样的课间游戏活动中，蓬勃的朝气从操场上散发开来，俨然一片欢乐的海洋。不知不觉，十分钟过去了。

近日，走进蚌埠市秀水实验学校，课间，学生们纷纷走出教室，有的跑向操场打起了乒乓球，三五成群的学生走向花坛、草丛间，有的站在阳光下聊天，氛围轻松、自在。

“老师，您快看，我找到了一只蜗牛。”一位扎着羊角辫的学生兴奋地喊道。旁边，几位同学也有不同的收获，有的拾起一颗漂亮的小石子，有的发现一粒小小的种子。

“为了让孩子在课间十分钟充分释放自己的天性，学校为孩子们提供了尽可能多的运动空间。”秀水教育集团校长蔡玮说，孩子课间可以到运动场上、庭院里自由玩耍，打一打乒乓球，玩一玩手球等等。每个班级门口还有阅读凳、阅读书架，孩子们可以在这里看看课外书、玩玩魔方，我们希望孩子在课间十分钟做他们喜欢做的事情，把童年还给童年，让孩子更像孩子。



师生玩“老鹰捉小鸡”游戏。



课间十分钟，学生轻松阅读。