

# 推动中小学体育教学改革走向深入

高晓峰

3月21日,北京市教委发布了《关于开展2024年北京市中小学“一校一品”体育教学改革试点工作的通知》,明确将在全市各区挑选50所学校,开展“学生体质提升三精准”“体育走班制教学”“班级体育比赛”三项试点的重点任务及目标。

随着《义务教育课程方案和课程标准(2022年版)》的落地,正式宣告了未来十年基础教育阶段体育与健康课程将沿着以核心素养为目标的教学改革不断深入。虽然全国各地、各级体育教研员、教师积极围绕新课标进行探索创新,但目前尚未有省级层面开展体育与健康新课标落地的试点工作。北京市此次对试点校的体育教学改革任务与目标非常明确,且试点机制具有普适性。

在任务上,北京市明确提出体育走班制教学改革,以更好促进学生身心健康成长。有专家表示,中国好多体育课是出汗的,大多数学生学了12年,甚至14年

的体育课,一项运动都不会。背后的原因是当前在学生体育项目学习需求与体育教师供给之间存在不匹配、不平衡的问题。由于体育项目繁多,但体育教师大多只具备“一个体育专项突出,2—3个专项能教”的能力。而按照新课标要求,体育教师需要开展6个领域几十个具体项目的教学。因此,现实中体育教师存在教授多个体育项目专项技能较弱的问题。而走班制教学正是以学生为核心,把主动权交给学生,让他们选择自己喜爱的运动项目,且由真正擅长该项目的体育教师来授课。通过在走班制模式下进行连贯的大单元体育教学,让学生主学一项、兼学多项,保障学生在自己喜爱的运动项目上反复练习,从而掌握能够终身坚持的运动技能。这也利于推动体育课教学质量的提升。为了强化技能的应用场景,此次试点任务要求开展“班级体育比赛”,与走班制教学一起形成课内外一体化教学模式。这贯彻了“教会、勤练、常赛”的教学理念,通过推广各类比赛尤其是全员运动会,激发学生参

与运动的兴趣,促进学生身心健康发展。

在目标上,北京市此次改革压实了试点校工作责任,提出精准提升学生体质的目标。学生体质健康问题一直是社会关注的焦点,当前在学生耐力、速度、力量水平低的三个老问题基础上,还出现了超重肥胖、视力不良、脊柱侧弯等新问题。此次提出的“学生体质提升三精准”,即“精准测试”“精准分析”和“精准干预”,一直是处于学者研究与民间推广的状态。北京市将学术研究进行实践转化,值得关注与期待。

北京市体育教学改革的亮点还表现在强弱项、补短板。北京市此次试点遴选的对象是体育工作基础薄弱的学校、国家学生体质健康标准测试达标优良率排名靠后的学校。体育工作开展得好的学校,通常有几个共同的特点,比如领导重视、师资雄厚、场地设施充足等。而体育基础薄弱的学校则基数较大,因此这些试点对象的选择具有很强的普适性,这对体育薄弱校如何搞好体育教学改革并探索出成功经验创造了条件,更值得推广、学习。

整体来看,北京体育教学改革试点工作具有目标实、方法准、路径明、任务清的特点。目标实在于完成国家要求的学生体质健康标准测试达标优良率;方法准在于真正把学生作为教育主体来对待;路径明和任务清在于将走班制教学、班级联赛与学生体质健康干预有机结合起来,通过组合拳来培养学生的运动兴趣与运动能力。需要注意的是,在系统设计谋划的同时,也要正视可能面临的问题。一是体育师资与场地不足的问题。试点校往往是体育软硬件资源薄弱的学校。虽然设计方案中提出了培训、跟进指导与资源服务等举措,但试点工作结束之后,教学水平如何保持?培训与指导效益如何充分发挥?对于试点校的激励机制如何有效跟进?如何避免服务结束后的“返贫”现象?二是在选树典型的过程中,如何推广普及及试点经验?这些问题还应积极关注,借助各方智慧,共同推进中小学体育与健康课程标准落地,使教学改革走向深入。

(作者系中国教育科学研究院体育美育教育研究所副研究员)

## 春假可以有

陈广江

据媒体报道,湖北省利川市教育局近日发布通知,为全市义务教育阶段学校的学生安排了两天春假,加上清明节假期,形成一个小长假,让他们有时间走出课堂、亲近自然、体验生活。

春假是孩子亲近自然、参与实践的一次宝贵机会。春暖花开的季节更适宜出行,孩子们可以走出家门、走进大自然,感受春天气息、了解山川之美,也可以参与劳动,体验耕种的艰辛,全身心融入社会、亲身实践、增长见识。春假也是调节孩子学习和成长的一个重要时机。在长达数月的学期中,孩子一直处于紧张的学习状态中,身心容易疲惫。春假的设立就是让孩子得到充分的休息和放松,缓解学习压力、调整身心状态。这样,他们回到学校后,就能以更加饱满的精神状态投入到学习中。

当前,一些学校在自然教育、劳动教育、社会教育以及美育等方面尚存不足,许多孩子缺少与大自然深度对话的机会,劳动实践和社会生活体验较少,而这恰恰是他们人格塑造、品质磨砺不可或缺的部分。尽管一次春假难以从根本上解决这些问题,但无疑提供了一个反思短板的视角和改变现状的契机。事实上,中小学放春假或秋假早有国家政策的支撑。针对一些家长“增设大中小学春秋假期”的呼声,教育主管部门也曾建议,在保证开齐开齐国家规定课程、完成好正常教育教学任务和教学时长的前提下,学校放假时间包括春秋假时间由各地、高等学校结合实际作出具体安排。从舆论反馈看,无论是高校还是中小学,有关春假或秋假的安排引发了广泛关注 and 好评。

尽管有国家政策的倡导和社会各界的广泛支持,全国范围内集体实施春假制度的城市依然不多。这一现象反映出一些学校及学生家长的教育观念,即过于追求分数成绩,对孩子通过接触自然、参与社会实践所获得的身心成长重视不足。实际上,让孩子亲近自然、投身社会实践,在大自然中感悟生命的韵律,在劳动实践中领略生活的真谛,不仅能让孩子在欣赏自然美景中陶冶情操,激发内心深处的创造力,更能让他们在真实的生活与生活中学会解决问题、独立思考,从而提升学习效率,积蓄学习动力。同时,适度休息和参与户外活动能有效保障孩子在生长发育关键期的身心需求,助力他们身心健康,实现全面发展。

不难发现,鼓励和倡导春假或秋假制度,也是在呼吁回归教育的本质,即“知行合一”,让孩子在行走中学习、在实践中成长。读万卷书,不如行万里路。只有理论与实践相结合,才能真正启迪心智、拓宽视野,培养出既有扎实学识又具备实践能力的未来人才。

让春假或秋假成为随处可见的教育行为,离不开学校教育、家庭教育、社会教育的密切合作,需要摆脱单纯追求分数的束缚,转向关注孩子全面素养的培养。这就要求我们携手共建一个包容多元、注重实践的社会教育环境,让每一个孩子都有机会在大自然的课堂里收获知识,在生活的舞台上历练成长。因此,无论是学校还是家庭,都应积极响应并推动春假制度的普及。借助这一契机,在确保安全的前提下,结合实际、因地制宜,设计丰富多样的活动,搭建起更多连接课堂内外、知识与实践相融合的桥梁,让孩子在自然的熏陶和实践中感悟生活、增长智慧、陶冶心灵。说到底,春假不只是一个短暂而美好的假期,还是具有启发意义的创新措施,预示着一一种更加注重全人教育、践行个体全面发展的教育理想。

(作者系媒体评论员)

## “好好说话”展现精神力量

张凡(兰州大学新闻与传播学院2022级硕士研究生)

碎片化阅读致使知识获取片面化。当下的年轻人作为“互联网原住民”,十分钟切换一次手机应用的使用行为降低了阅读的专注度,三分钟读完一本书的便捷阅读方式更让人难以汲取书中的深层意旨。如此一来,支离破碎的信息获取不仅增加了阅读理解的难度,也对构建系统、全面的知识体系造成威胁。植根于此的表达也在碎片化阅读的洪流中失去了力量。

过度依赖网梗导致语言运用能力降

低,“泰裤辣”“尊嘟假嘟”等网络热梗成为年轻人虚拟社交的共同语言。网梗一波又一波地吸引着年轻人的注意,迅速占领其网络交流的词库。这种现象的背后是年轻人在网络生活中寻求情绪共鸣和群体认同过程中娱乐化的语言惰性。在热梗引发的情绪共鸣中,年轻人对不同情境的语言运用能力退化,与不同群体对话的能力下降,进而难以应对多元化语境的考验,加深了词不达意的症候。“词穷”犹如一面镜子,照出了部分年

轻人苍白的精神底色。他们一旦离开网络交流的舒适圈,贫瘠的精神世界便无法支撑规范、复杂、深邃的表达。阅读积累匮乏、表达方式单一、深度思考能力弱化等问题凸显,“欲说却词穷”的根源暴露无遗。语言表达既是个人展示形象的窗口,又是彰显思想内涵的舞台。年轻人作为网络文化席卷的重点人群,在掌握网络用语的同时也应时刻警惕大众失语现象,用“好好说话”展现当代年轻人的精神力量。

## 数字时代尤需守护“语言家园”

李江萍(兰州大学新闻与传播学院2022级硕士研究生)

语言和文字不仅是人们交流的工具,更是其思维和认知的载体。随着互联网技术的兴起,碎片化和简化的信息传播方式不可避免地改变了我们的表达模式和思维习惯,潜移默化之中削弱了我们的语言表达能力。找回并培养言之有物的能力,核心在于独立思考。

阅读不但是获取知识的通道,更是提升个人表达和独立思考能力的关键。与网络上碎片化、快餐化的信息获取截然不同,广泛阅读能帮助我们扩充词汇、开阔视野;深度阅读则有助于训练我们的高级语言技能,强化抽象思维。文学作品的人

文关怀、专栏评论的现实观照、学术著作的逻辑严谨……诸多阅读素材都是培育我们独立思考 and 系统思维的土壤。

日常生活中的对话、讨论、辩论,也都是锻炼口头表达能力的好机会。在独立思考的前提下,适当使用网络语言可以调节气氛,但也应对之自觉减少使用依赖,避免碎片化、娱乐化表达,在互动中打磨思想,刻意训练有逻辑的、系统性的表达方式。

虽然短视频的风靡给表达带来了新的活力,但客观来看,必须警惕其消极影响。过分依赖视频表达会对语言表达的深度和复杂性产生冲击,使得人们对语言这种复杂抽象

的符号体系逐渐远离生疏。因此,在数字时代,学校和家庭在青少年表达能力的培养过程中扮演着至关重要的角色。在互联网浪潮的冲击下,学校应促进线上线下教育相融合,引导青少年正确对待和使用网络,养成独立思考的习惯。同时也应注重青少年的沟通技巧培养和提笔写字训练,让青少年能更好地用语言和文字连接世界,表达真知灼见。

在日益数字化的生活中找到平衡,维护并发挥好每个人的“语言家园”并非一蹴而就。我们需要坚持独立思考,用理性之声与时代对话。

新闻回放

近日,有媒体调查发现,超半数受访青年感觉近几年自己的语言文字表达能力下降,47.1%的受访青年感觉自己词汇量匮乏、表达单一。青年群体中为什么会“词穷”现象?他们应该如何丰富自己的语言,让“梗阻”的表达顺畅起来?这些问题值得深入思考。



王君玲  
兰州大学  
新闻与传播学院教授

主持人语

青年群体中的“词穷”现象值得关注。这种语言现象一定程度上反映了年轻人对热词热梗的跟风追逐、交流情境的单一化和情绪化表达背后的语言惰性。三篇大学生的评论作品关注“词穷”产生的深层次原因,并提出应对之策,不妨一读。

## 告别“词穷”先要丰富内心

陈映安(兰州大学新闻与传播学院2023级硕士研究生)

如今,提笔忘字现象在智能媒介时代时有发生,不少人的表达能力退化似乎是一个不争的事实。实际上,主动进行表达锻炼,有意识地保持独立思考,让精神的土壤得到滋养,也许是告别“词穷”困境的良策。

“词穷”现象看似在讨论人们的语言使用过于单调乏味,实则体现出我们的思维和行为习惯趋于单一。当青年群体开始习惯接收网上的碎片化信息,逐渐被一波又一波简略且模糊的网络热搜洗脑,其表达能力和逻辑思维能力势必退化,“词穷”现象自然无可避免。为警惕这种简化

却贫瘠的网络交流方式渗透日常表达,青年需从多种渠道获取知识,杜绝长期缺乏的细节、情绪化的词句表达观点,提升语言的丰富性,努力进行严谨缜密的思考。

有意识地表达观点和态度,有助于我们降低网络碎片化信息和缩略性信息对生活造成的现实影响。具体而言,主动参与线下社交互动,常与口才好的人打交道,不仅可以学习到有益的表达技巧,同时能在实践中逐步提升自己的表达能力。此外,将日常生活与工作中遇到的各类现象和问题多加表达描述,也是一种有效的提升方式。勤于表达益处多多,看

似在向外影响别人,其实是在向内梳理自我。

在加强表达训练之外,保持独立和理性的思考也尤为重要。若是一个人缺乏独立且理性思考的能力,在表达观点时往往更倾向于使用网络上现成的词句。更有甚者,在缺乏思考的状态下,人们输出的根本不是真正的观点,而是某种情绪。此外,缺乏独立思考也意味着对问题的理解可能停留在表面,往往难以形成逻辑完整、复杂的长篇表达。书籍、语言类综艺节目、访谈节目、讲座等有助于启发自我,带着问题搜索信息也可以让我们吸收多种观点后逐渐形成自己的观点态度和价值观。

# 校园欺凌者最后投档具有鲜明导向

李国华

近日,成都市招考委、成都市教育局印发《2024年成都市高中阶段教育学校统一招生考试工作实施规定》,明确考生初中期间有校园欺凌等负面清单行为的,不得推荐为指标到校生,并在录取中最后投档。

一石激起千层浪。校园欺凌的话题迅速在网上热传,引发教师和学生家长的广泛关注。校园欺凌是一种较为常见的校园暴力,其表现形式往往是行为暴力、语言暴力或心理暴力。从近年公开的案例来看,校园欺凌呈多发趋势,并且施暴行为形式多样、手段恶劣、后果严重,极大影响了青少年的健康成长。

成都市教育局出台此项规定,是对社会关切的及时回应,也是着力解决校

园欺凌问题的一种制度化探索,让人眼前一亮。未成年人保护法规定,对实施欺凌的未成年学生,学校应当根据欺凌行为的性质和程度,依法加强管理。教育部颁布的《未成年人学校保护规定》指出,学校应当落实法律规定建立学生欺凌防控和预防性侵害、性骚扰等专项制度,建立对学生欺凌、性侵害、性骚扰行为的零容忍处理机制和受伤害学生的关爱、帮扶机制。加强管理,对学生欺凌行为“零容忍”,还需要家校双方共同努力。具体到每个地区、每所学校,应该思考惩戒举措是否有足够的震慑力。

成都市在高中阶段招生考试中将校园欺凌行为列为负面清单的内容之一,表明了一种鲜明态度:一个学业优秀但品行恶劣的学生,即使获得了高分,也无法得到认可和接纳。通常,指标到校

生占市属学校、各区属省级示范性普通高中招生计划的50%。“不得推荐为指标到校生”意味着如果有欺凌他人的行为,将几乎与重点高中无缘。最后投档的惩罚性举措,则意味着校园欺凌者甚至可能失去上普通高中的机会。这种对校园欺凌者的“双重限制”,等于给每一名考生打了预防针:欺凌行为实施者必须付出实实在在的代价,不可能被模糊淡化处理。同时,这也给学校和学生家长传递了一个明确的信号,不能只看重学生的成绩,忽视对他们品行的培养。在学校教育和家庭教育中,应该更多地关注孩子的心理健康和道德品质,引导孩子树立正确的价值观和人生观,不能因孩子成绩好、分数高而轻视品行的塑造。成都市的这种做法有助于让学生朝着品学兼优的方向努力,其鲜明导向令

人感到欣慰。

一项好政策发挥效力最终还要靠扎实落实。让校园欺凌者最后投档等规定,在具体执行中还有很多细节需要考量。比如,既要体现有温度的教育引导,还要有不留情面的刚性惩戒。毕竟这项政策出台的初衷是预防大于惩戒,旨在提高学校、家长对校园欺凌问题的重视,尽早发现校园欺凌行为的苗头,为学生营造一个健康成长的良好环境。治理校园欺凌这一问题,除家校协同之外,还需要教育行政部门从教育公平、区域教育均衡发展等层面逐步细化和完善政策,以更好化解问题。相信用好这项举措,充分发挥其导向价值,可以让更多人有勇气向校园欺凌说“不”。

(作者系湖南幼儿师范高等专科学校党委副书记)

## 用好辟谣平台 构建良好教育环境

李爱铭

为净化教育领域的网络环境,维护师生合法权益,全国教育辟谣平台于3月21日正式上线。平台设置曝光台、回应台、提醒台、学习台、查证台和辟谣榜,集辟谣、举报、投诉、澄清等功能于一体,通过提供权威辟谣信息,引导公众不信谣不传谣。教育平台的上线,有助于净化教育网络环境,构建良好的教育生态。

随着教育时代的演进,教育网络空间不断拓展,技术与内容日益丰富。网络空间为教育提供了社会监督、舆论支持等功能,成为推动家校社协同育人的新领域。同时,技术进步也催生教育教智生态,教育突破物理空间的局限,为泛在学习提供了更多可能。在教智环境中,网络信息的传播速度和影响范围都得到了极大拓展,这也为不良信息的传播提供了可乘之机。

各类教育谣言给教育生态带来了严峻挑战。例如,不久前流传甚广的某小学生巴黎丢弃寒假作业的假新闻,误导公众。除了此类没有根据的传言外,取消中考、缩短学制等教育政策类谣言时有误传,学校病毒传播等涉及教育领域的信息谣言也易引发公众恐慌,还有一些教育机构或个人为推销课程发布虚假信息,也产生了诸多不良影响。

以虚假信息博取眼球、吸引流量的教育谣言,有损教育网络生态,也破坏了学校正常的教育教学秩序。错误的信息和知识也会误导包括青少年在内的社会群体的认知,相伴而生的低俗取向也容易诱发青少年的不当行为。因此,全国教育辟谣平台的上线,成为净化教育网络环境的有力助手,为教育教智环境构建起一道实时“防火墙”。该平台可为教育行政部门健全教育信息管理机制提供重要线索。据了解,该平台将依托全国网络辟谣联动机制,与中国互联网联合辟谣平台、中央重点新闻网站和地区区域性辟谣平台、门户网站以及地方教育行政部门、高校等协同联动,构建对教育领域网络谣言“联动发现、联动查证、联动辟谣”的工作模式。这意味着各地可以及时发布教育领域各类辟谣信息以正视听,聚焦热点与情解疑释惑,集纳预警提示信息以帮助公众精准识谣。

教育辟谣平台还是多方协同、共同治理教育网络环境的公共平台,未来应发挥好这一优势,通过加强与互联网企业、教育机构、媒体等的合作,从源头上抵制不良信息的生产与传播。同时,平台还可利用技术手段,通过人工智能等技术,识别和过滤不良信息,充分发挥教育引导功能,在全社会范围内加强诚信教育和网络道德教育,提高公众的媒介素养和信息鉴别能力,从源头上降低谣言的不良影响。维护教育网络环境离不开广大网民的力量。平台可鼓励广大网民积极参与教育辟谣活动,通过举报功能及时反馈谣言信息,形成全民共同维护教育网络环境的良好氛围。加强平台的联动功能,利用社交媒体、网络直播、短视频等,扩大辟谣信息的覆盖范围,开展线上线下相结合的宣传活动,如教育辟谣讲座、研讨会等,提高公众对教育谣言的认识和防范意识,引导青少年合理使用教育网络和信息,树立正确的价值观。

(作者系上海开放大学教授)