

体育活动不能“走过场”“点到为止”，广州部分中小学动真格—— 体育也有作业 纳入成绩考核



华师附小的学生在家锻炼 受访者供图

文/羊城晚报记者 蒋隽 图/羊城晚报记者 林桂炎

省教育厅 体育要布置作业

5月9日，广东省教育厅发布《关于学习贯彻习近平总书记在全国教育大会上的讲话精神的意见》(以下简称《通知》)，要求加强广东中小学生学习体育锻炼，增强青少年体质，促进青少年健康成长。《通知》要求，中小学校上好体育课程的同时，应布置体育作业并定期考评。《通知》指出，体育活动是学生强身健体的重要保证。中小学校要将“每天1小时校园体育活动”列入教学计划，认真组织实施。开展形式多样、简便易行、效果明显的体育活动，推动学生体育锻炼和强身健体。体育活动不能“走过场”“点到为止”，在循序渐进、因人而异

的前提下，要“心跳加速”“出汗”。要广泛开展班级、年级体育比赛，逐步做到“人人有项目、班班有队伍、月月有比赛”。《通知》要求，各地各所学校要把师生生命安全和身体健康摆在首位，认真做好学生居家和学校体育锻炼的衔接，科学、安全开展学生居家和学校体育锻炼。学生体育锻炼和疫情防控要齐头并进，不能因噎废食，当前尤其要平安有序地做好体育中考工作。



华师附小的学生表演跳绳

近日，广东省教育厅要求布置体育作业并定期考评。广州的中小学，体育作业布置情况如何？布置哪些内容？羊城晚报记者了解到，部分中小学已经开始布置体育作业，家庭体育作业完成情况纳入学生日常体育行为规范考察范围，并作为学期体育成绩考核指标之一。

华师附小 要求学生每天跳绳

宅家网课阶段，以及学生返校复课后，都有布置体育作业。“每天布置体育锻炼任务，确保学生每天锻炼一小时，以跳绳为主要锻炼手段，学生可以选择自己喜欢的音乐跟音乐练习15分钟左右，也可以进行多次的一分钟计时跳绳，挑战自己的速度极限。”“跳绳是很好的运动，对小学阶段的学生很重要。”张泽林解释，跳绳对于孩子的协调、平衡、爆发力三方面都有很好的锻炼作用，因此一直在全校要求学生，每天坚持跳绳，包括寒暑假。一二年级的学生，一天跳400个；三四年级600个；五六年级800~1000个。跳绳的方式、时间不限。

体育作业成效显著，该校一个一年级男孩，30秒可跳绳100个。而中考体育跳绳满分是一分钟176个。除了劳其筋骨，老师们还力图从思想上让孩子们理解运动的重要性，鼓励孩子读《运动改造大脑》，孩子们还写了读书笔记。

荔湾区 100%学校布置体育作业

荔湾区从2016年开始布置家庭体育作业，已经形成区域传统。荔湾区教育局体育教研员车纯老师介绍，返校复课后，全区所有中小学，都会布置家庭体育作业。有的学校场地有限，疫情期间无法让每个班级都能上体育课或大课间。对这种学校，荔湾区要求当天没有体育课或大课间的学校，一定要布置体育作业，保障学生每天一小时的体育运动时间。此外，结合疫情期间增加学生免疫力的要求，所有学校每周安排两三次家庭体育作业。体育作业将常态化。例如蒋光耀纪念小学体育作业内容有：小步跑、开

合跳、弓箭步交换跳、跳110次等。体育作业如何监督？车纯介绍，学校每周汇总学生体育作业提交情况，对于没有完成的学生，老师会督促并与家长沟通。此外，家庭体育作业完成情况纳入学生日常体育行为规范考察范围，并作为学期体育成绩考核指标之一。

信言教育

运不运动，两种截然不同的人生

羊城晚报记者 蒋隽

林妹妹肯定跑不了800米，没有强健的心肺功能，从没有畅快呼吸过，所以敏感小气，哀哀切切。美人灯笼风吹就坏，拿什么体力管费府上下300号人？当然不能当宝五老婆，出任费府“总经理”！宝姐姐，学习好还能跑步扑蝶，健康且行动力强，把身为皇商的薛家那么点生意打理周到，哪个婆婆不挑这样的儿媳？

运动，带来紧致、美丽的线条，也会带来紧致、精彩的生命。运动的人，自律、对自己有要求。能够十年如一日，一周两三次运动的人，想必会坚持他想做的任何事情。而且，不能忍受赘肉的生长，大概也不能将就无趣的人生。运动的人，能克服枯燥、困难、痛苦。坚持学习、事业，也需要克服枯燥、困难、痛苦。

生命在于运动、运动有益于健康、身体是革命的本钱……这些老生常谈没有父母不懂，但不妨碍一些父母不爱运动，也不妨碍一些父母永远把体育运动摆在学习、刷题之后。是时候改变了，就从体育作业开始吧。Just do it!

广州市协和中学 选择协和 未来可期 广州市协和中学素质教育成果展

“自从有了智慧课堂，我们的课堂有趣了很多”

协和中学教学改革——智慧课堂，“智”在人为

突如其来的新冠疫情彻底颠覆了传统的课堂教学模式，学校教育正急速推进技术与教学的深度融合。早在疫情之前，广州市协和中学(下称“协和中学”)就开始了智慧课堂的积极探索，老师和学生、学生和学生通过智慧课堂，极大增强了交互性和学习效率，学生的自主学习能力不断加强，信息化在全校范围的运用也为新高考改革扫清了障碍。



协和中学彭传正老师的物理课

“诗歌就是将平凡的东西赋予不平凡的内容”

张征：文艺表达的是生活，而这生活是个体眼中独一无二的，诗又是最聚焦于“个体”的……我们来看看杨扬同学创作的这首诗，最后这三段，我们一起朗读一遍。
全体同学(边看着平板电脑，边朗读)：
漫步在路上，
鸟儿在向我打招呼，
我却被白云吸引了注意。
有的像白兔、像猫、像熊，
但更像棉花糖，
想要一口吃掉。
若有机会，
我想要到云里游玩。
揉一揉，捏一捏，
再带点牛奶和奥利奥，
轻轻地，泡一泡，
应该很美味吧，嘿嘿。
然后躺在云中睡觉，
做一个甜甜的梦，
永远也不想醒来。
张征：好，请问同学们，读完这首诗，你们的第一感觉是什么？
同学们(齐声)：充满了童真和童趣。
张征：这种韵味只有心灵很纯洁的人才能写出来。而童真和趣味就会关联到我们对诗歌意象的选择，意象的选择就会体现出我们，也就是诗人对世界的理解。我们再来看看魏昕玥同学的这首诗，找个同学来朗读一下。
蒋嘉敏：
我的世界一片荒芜
寸草不生
俯仰众生
凡夫俗子庸碌碌碌
青鸟携风过
我想起大珠小珠落玉盘的天籁
檐漏的滴答
草木生长的窸窣

想起江南二十四桥明月夜
珠帘画栋
诗起千寻瀑
想起海洋的超深渊带
鲸落海底
暗涌众生十五年
想起日落尽时的晚霞
白日梦的尽头
万物惊而出走
我纵身一跃
红色的裙摆飞舞着
蝴蝶的翅膀化为点点碎梦
纷飞星辰被轻轻点亮
我只是回家了
张征：大家给点掌声……不管是朗读还是写得都很漂亮，昕玥来解释一下你的创作背景？
魏昕玥：很多人在面对痛苦时会有极端的想法，我想表达的是生活很美好，我们应该积极乐观，勇敢走出痛苦的深渊。
张征：这首诗中，我们首先

看到了作者的真挚情感，还有色彩鲜明的意象，比如“火红色的裙摆”、“蝴蝶的翅膀”，也有源于古典诗词的意象，比如“二十四桥明月夜”、“大珠小珠落玉盘”，而作者在此基础上翻出了自己的内心对世界的想法，对人生的看法，把很多平凡的东西赋予不平凡的内容。诗歌给我们的就是这样的效果。
所以，我们无论鉴赏还是创作诗歌，需要关注以下几点：首先是语言是否优美，辞藻或朴实或华丽，但都要有诗味；其次，诗歌最根本的是人类最真挚情感的表达，要有一颗真诚的心去阅读与创作；再次，诗歌不是直抒胸臆，而是用各种意象暗示给读者；最后，诗歌的要点在超越，如果在日常生活的想象中去引申出更深的关于生活哲理的思考，化平凡为不平凡，这样的诗歌才会更有味道。

智慧课堂增强交互性 信息化助力新高考分层教学

“探究墙”主题式探究学习让学生自由表达，增强同伴间相互学习
在协和，每位学生都配备了成长导师

“自从有了智慧课堂，我们的课堂有趣了很多。比如语文课，以前我们只是听老师讲，而现在智慧课堂上，我们可以主动去看其他同学发在“探究墙”上的作品，大家互相点评，别提有多开心了。”高一(2)班学生邓展翔还发现，以前自己羞于在课堂上展示自己的作品，但是在智慧课堂的“探究墙”上，他可以畅所欲言。
协和中学智慧课堂里的“探究墙”深受学生喜爱，学生们可以把自写的文章、创作的诗歌，甚至各种艺术作品等都呈现在上面，老师和学生都能看到，并及时评论和点赞，这极大增强了师生、生生之间的互动。
高一(2)班学生魏昕玥更是在作品展示中增强了自信心，“首先，我发表在‘探究墙’的诗歌得到了老师和同学的肯定，这让我更加积极地去写作；其次，看到其他同学写的诗歌或文章，我发现对同一件事情，大家有不同看法，这我不那么狭隘地去接受别人的看法。”
“在智慧课堂上，老师可以随时点开学生的作品，同屏给学生，也可以把某个学生的屏幕广

理科的学习不再抽象 得益于智慧课堂里丰富的可视化资源

协和中学于2019年9月开始，在高一、高二共五个班级进行常态化智慧课堂教学实践，以师生平板电脑和智慧教学平台为依托，借助信息技术与课堂的深度融合，解决传统教学中学生预习情况难把握、课堂上学习效果不能及时诊断、课后个性化学习(个性化习题推送、错题整理、习题拓展)难以实施等痛点和难点问题。
协和中学在探索基于大数据的“互联网+”时代的新教学模式和有效教学方法，打造智能、高校课堂中成效显著，深受上级部门和同行的好评，学生的学习效率和学