

中小学生“课间十分钟”变“课间圈养”引热议，长沙学校各出奇招破难题——

# 开发有益游戏，把“课间十分钟”还给学生

长沙晚报全媒体记者 舒文

下课铃响起，学生冲出教室去操场玩、去教室“串门”——这是许多人的校园美好记忆。然而，与这种生动而充满活力的画风截然相反的是，现在有些学校的课间变得“静悄悄”了。近日，山西晋中一名老师发布视频吐槽“课间圈养”现象愈发严重，七成学生课间不出教室，即使是20分钟的大课间，校园里也空空荡荡。还有学生反映，“课间可以喝水、可以上厕所，但是不能跑、不能闹”。那么，原本可以让学生尽情撒欢的课间十分钟去哪儿了？背后有哪些难题需要破解？长沙的学校又提供了哪些经验？连日来，记者进行了调查采访。

## 现象 部分学校课间十分钟正在“消失”

豆豆(化名)是某小学四年级学生，这所学校有学生数千人。由于他的教室在教学楼的四楼，而校园面积有限，课间又只有十分钟，他和同学被禁止跨楼层玩。

“跨楼层玩不安全。前不久，其他班一个女同学被一个男同学撞倒，导致脚崴了，被送去医务室。”豆豆说。正因如此，下课时，他所在班上有近一半同学不出教室，大家在教室里聊天、下下象棋、看看课外书。

学生不出教室并非个别现象。前段时间，外地某小学二年级学生丁丁(化名)在一条视频里透露：“课间可以上厕所、喝水，在教室里玩一会，但是不能跑不能闹。走廊里更不行，要是被检查员抓到，那可惨了。”他抱怨，除了上体育课，就是在教室里待着。

类似“课间圈养”现象引发家长的不满。有家长无奈地表示：“女儿喜欢运动，为了她的视力，我们告诉她下课就出教室玩。没想到老师打电话给我们，说我女儿太调皮，其他小朋友都在教室乖乖不动，就她老是要出去。”更让家长无法理解的是：“孩子说课间十分钟不让她出去玩，除非上厕所。昨天孩子回来又说，中午在学校吃完饭，想上厕所，老师让憋着，出去就扣分。”

长沙市实验小学马栏山文创学校的学生利用课间十分钟进行手脚并用的协调游戏。



破解 开发课间游戏，让学生乐享课间十分钟

长沙市实验小学马栏山文创学校的学生利用课间十分钟进行手脚并用的协调游戏。

长沙晚报全媒体记者 董阳 摄

把课间十分钟还给学生势在必行，如何才能让课间十分钟更加丰富、更有乐趣呢？长沙一些学校提供了他们的经验。例如，有些新建学校在学校硬件上做文章，将走廊、活动空间特意加宽加大；有些学校则从“软件”着手，开发了课间游戏课程，取得了较好的效果。

11月3日，当第一节课下课铃响起，记者在长沙市实验小学马栏山文创学校看到，许多学生跑到学校教学楼下一片游乐区尽情玩耍。这片游乐区由AI跳绳运动区、协调区、平衡区组成。在AI运动区，几位学生站在指定的位置，朝着摄像头一挥手，做跳绳的动作，摄像头便开始计数，大家跳得十分起劲。在协调区，学生则按照地面上贴着的游戏指示图，手脚触地，不停变化动作，小伙伴们互相PK谁的手脚更协调、谁的反应更灵敏。

“这是我专门针对学生课间十分钟开发的地面游戏课程。”长沙市实验小学马栏山文创学校校长陶源远介绍，今年开学以来，她发现有些孩子课间习惯“宅”教室，引发了她的担忧：学生运动量不够，课间得不到有效休息，容易导致“小胖墩”“小眼镜”“小驼背”。为吸引学生走出教室，学校体育教研组结合本校学生特点，经过多轮研讨，开发出了课间十分钟的系列游戏课程。她表示，该课程所需要的设施设备非常简单，即把环保贴纸贴在地面，一旦地面游戏要升级换代，只需要轻轻一撕即可。特别值得一提的是，为确保学生课间活动的安全，学校还贴心地给每根柱子做了软包。

在天心区仰天湖实验学校，11月3日下午第一节课下课铃响起后，几个学生围坐在树下PK棋艺。看到这一幕，校长刘菲菲用手机记录了孩子们的美好日常。对于孩子们的课间活动，刘菲菲一直以来都十分关注。为增加学生课间的乐趣，她和团队策划了不同的课间游戏，并逐渐形成课程。前不久，学校在树下“装”了棋盘，并发起“棋”妙嘉年华活动，让学生自己寻找合适的材料，设计寓意积极、乐观、向上、造型有创意的棋子进行室外活动，这才有了学生下课围坐树下下棋的美好一幕。她告诉记者，为了满足学生的新鲜感，学校会不定期组织策划各种活动，让学生乐享课间。

开福区清水塘实验学校校长屈松平介绍，为保障学生的课间十分钟，学校从规章制度禁止教师拖堂。学校还给学生课间创造随处可玩、可放松的场所，比如：在连廊地面上贴跳跳房子、丢沙包的游戏贴纸，学生出教室就可以玩游戏；学校利用走廊空间，打造了一间清廉书吧，为孩子们提供了一个课间阅读、交流的场所。此外，学校针对不喜欢课间活动且体重超标的小胖墩们，成立了“减重训练营”，课间十分钟，小胖墩们在体育老师督促下开展跳绳、仰卧起坐等针对性减重活动，取得了不错的效果。

“把课间十分钟还给学生，既体现了尊重规律，也体现了教育远见。学校利用好课间休息时间，让学生放松身心、尽情撒欢，他们拥抱未来的底气也就更足。”张晓阳说。

## 相关新闻

### 课间怎么玩？这位校长邀学生出点子

长沙晚报11月6日讯(全媒体记者 舒文 通讯员 杨敏)课间怎么玩，才让学生生尽兴？近日，长沙晚报家长学院联合长沙市实验学校马栏山文创学校共同策划了“课间十分钟 我来出点子”儿童友好议事会，该校校长陶源远、副校长蒋军红与学生代表在学校“儿童议事厅”面对面交流，共商课间大事。

“儿童议事厅”是长沙市实验学校马栏山文创学校学生作为学校的小主人，通过“儿童议事”的方式，参与讨论关于学校、班级和自己的事务，以此培养孩子参与、发现、探索和思维能力的重要场所。活动中，孩子们对于事关自己校园课余生活的话题十分来神，纷纷发声。

“在操场周边建一个水上乐园，下课后大家可以玩得更畅快。”作为首个发声的学生，2202班孟子荀同学提出了他的建议。校园里建水上乐园听起来很酷，但是坐在他旁边的同学很快提出了质疑，“你见过哪所学校的孩子每天上学的时候带泳衣去的？”

此外，有的同学还提出了在教室放AI机器人，课间如果有不懂的问题，可以向机器人请教。“很开心听到孩子们能够从他们的角度出发，为学校建设出谋划策。学校将尽量满足他们的愿望，真正打造成一所儿童友好型的未来学校。”陶源远表示。



扫二维码 看辣视频

## 视觉

责编/易勇 熊伟 美编/何朝霞 校对/肖舞



# 长沙捡秋

洋湖湿地公园 11月5日下午，秋风拂过，大片雪白的芦苇摇曳着，把长凳上休憩的两个人儿溶化在风景里。



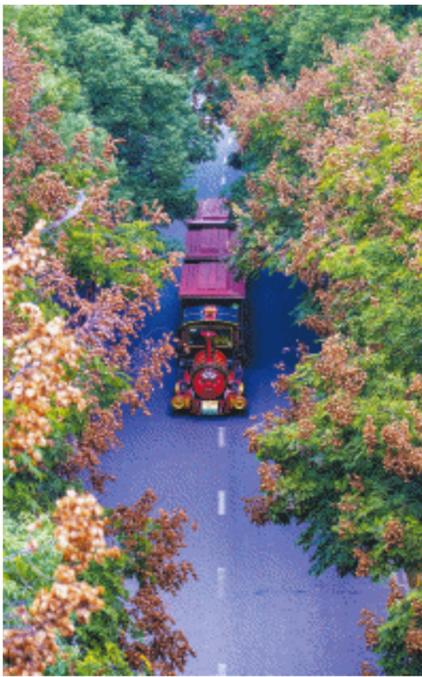
西湖公园 11月6日，阳光下，湖岸闪现着属于秋天的颜色。



磨盘洲 生态公园附近，众多游客在露营、滑草、休闲，享受着秋日的诗情画意。



高铁旁 长沙县腾辉路和捞刀河路交会处，道路两旁的树木变得斑斓，一列“开往秋天的列车”疾驰而过。



橘子洲头 入秋后，栎树依次染上丰富的颜色，着色的果子像灯笼一样累累地缀在枝头。



湖南中医药大学南门 成片的粉黛乱子草盛放，花穗随风摇曳，似云雾、如烟如霞。



巴溪洲 环洲而生的芦苇，一望无际，充满了野性，在阳光的照射下格外迷人，成片的水杉由绿转黄，成群的小鸟在枝头翩翩起舞，游客们漫步岛上。



扫描二维码 看辣视频