

学生课间10分钟该如何保障

新华社贵阳11月8日电 近期,一些地方中小学生在“课间10分钟被约束”现象引发广泛关注,教育部有关负责同志此前接受新华社记者采访时说,教育部将进一步督促地方和学校严格落实国家有关规定,遵循教育规律和学生身心发展规律,坚决纠正以“确保学生安全”为由而简单限制学生必要的课间休息和活动的做法。

这一要求赢得诸多叫好,但如何才能真正落地?记者就此进行了调查。

一些中小学生在乐享课间

随着下课铃声响起,贵州省贵阳市花溪区花溪小学主校区,不少学生从教室里鱼贯而出,来到操场上自由活动。低年级的学生在教师的带领下跳绳,高年级的学生则去打篮球、乒乓球。在贵州省遵义市汇川区第一小学,课间10分钟,也有不少学生走出教室,到操场上自由活动。

在黑龙江、云南和内蒙古等地的一些中小学,类似的场景也同样存在。

云南省红河州屏边县湾塘小学,下课铃声一响,操场瞬间被“激活”:女生盘起腿跳“编花篮”,男生组队打三人篮球,乒乓球台前,孩子们轮番上阵……

“我们要求所有孩子下课后必须出教室,哪怕是喜静不喜动的学生,我们都鼓励她们出去走走。”该校大队辅导员杨清义介绍。

在黑龙江双鸭山市光明小学,学生下课后来到了运动场,按划定的区域分散开,跳绳、踢毽子、玩老鹰捉小鸡……他们玩得不亦乐乎,欢快的嬉戏声不断。

在内蒙古自治区呼和浩特市北垣小学,下课铃声刚刚响起,一位姓王的小朋友就招呼上几位同学,来到操场上玩起了扔沙包。

“我们几个人都喜欢玩扔沙包,一下课就来操场了,抓紧时间玩一会儿。”王同学一边玩着扔沙包,一边告诉记者,他所在的学校没有规定课间不能出教室,也没有规定必须出教室,一些喜欢安静的同学下课后会去图书角看书。

多措并举避免发生安全事故

记者调查发现,担心学生课间玩耍时出现磕碰等意外情况,进而遭受不必要的麻烦,以及学校空间狭小等,是部分中小学生在课间10分钟活动受约束的主要原因。

困难摆在眼前,这些学校是如何解决的?花溪小学校长王卡说,该校4个校区共有学生4500多人,其中主校区有学生1900多人。为尽可能避免学生课间活动时发生磕碰等意外情况,该校在加强学生安全教育的同时,还安排值日老师在操场和楼道巡查,提醒学生注意安全。

包头市钢铁大街第三小学则根据学生的喜好设置一些游戏,帮助他们转移注意力,避免他们在课间无序跑跳和打闹。同时,该校还建立制度,让学生轮流当“安全监督员”,激发和提高他们的自我管理能力。“实现课间10分钟的安全管理,既要理解学生,也要依靠学生。”校长闫华英说。

闫华英也认为,要避免学生在课间玩耍时发生意外情况,需要加强安全教育,教会他们珍惜生命、养成良好的文明习惯,“学生出现一些不安全行为的根本原因是没有养成良好的文明习惯”。

昆明市盘龙区新迎第二小学占地不足9亩,是一所著名的“麻雀小学”,全校共有学生1383名,一块仅有两块篮球场大小的操场是学校唯一的运动场地。

记者在该校看到,课间到操场跳绳的学生不在少数。校长武斌说,该校自1996年建校以来,历任校长都十分重视体育运动。学校场地小,他们就因地制宜,选择对场地要求不高的跳绳,作为学生的主要运动项目。

2021年以来,这所位于闹市区的“麻雀小学”已诞生5名世界冠军。

贵州省某小学副校长梁木(化名)等人还指出,把校园安全风险排查等日常工作做细致、做扎实,也能有效避免学生课间运动时发生意外情况。

营造宽松包容的氛围

相关研究显示,近年来,我国儿童青少年超重肥胖率增长明显。根据《儿童蓝皮书:中国儿童发展报告(2021)》,我国2010年中小学生在超重肥胖率为15.5%,2019年上升至



11月8日,湖州市月河小学教育集团吉山校区的学生们在老师的带领下踢毽子。新华社记者徐昱摄

24.2%,10年间增长了8.7个百分点。《中国居民营养与慢性病状况报告(2020年)》则显示,我国6岁至17岁和6岁以下儿童青少年超重肥胖率分别达到19%和10.4%。

黑龙江大学社会学教授曲文勇说,目前我国青少年的体质水平并不理想,近视比例和肥胖比例都在增高,更需要进行体育锻炼,保障课间锻炼的正常开展是最基

础的要求。

南京理工大学动商研究院院长王宗平认为,课间10分钟的设置非常符合儿童青少年的身心发展,缺乏运动和锻炼是儿童青少年心理健康等问题多发的主要原因。

受访对象介绍,中小学校确保学生课间活动,需要一个宽松的社会环境。“将心比心,一旦学生出了事就是无限责任,学校也害怕。”王宗平说。

内蒙古一位学生家长认为,学生在校园里玩耍时出现磕碰很正常,家长不能不问缘由就举报学校,教育主管部门也应在深入调查、厘清责任的基础上再进行问责,“否则学校只有取消课间10分钟,最终受影响最大的还是学生”。

今年5月,杭州市教育局在答复杭州市十二届政协二次会议第146号建议时称,将开展关于校内文体活动中自甘风险的研讨。同时,健全完善学生保险体系,加强财政保障,实现全市中小(幼)方综合保险投保率100%,在坚持自愿原则的前提下,倡导家长购买学生(幼儿)综合保险。

“我们需要明确,当学生在课余时间运动时受伤或发生意外,应该如何认定责任,减轻校方和家长的担忧,营造宽松的氛围。”曲文勇说。

孩子成绩差 学习困难原来是一种“病”

“老是班里的后几名,上课听不懂,作业完成困难,我看就是他不好好学习,你说咋办啊?把人愁死了……”如果你的孩子也是这样让你焦虑,那么多半是你对情况还不够了解,很可能孩子“得了病”。还有些孩子明明很努力,但效果却不理想,事实上,他们曾经历或正在经历“学习创伤”。原来,这些都是“学习病”,得治!

关于“学困生”的几个问题

日前,在陕西省基础教育教研工作暨基础教育教学成果分享会上,获得2022年国家基础教育教学成果奖二等奖的《一个都不能少:“双系统、三层级”小学学困生教学支持体系的实践探索》,引起人们关注。这项成果奖的获得者、西安国际港务区陕西师范大学陆港小学校长、陕西师范大学实验小学“名校+”总校长罗坤,接受了记者的采访。

记者:哪些孩子属于“学困生”?

罗坤:一般来说,年级后20%,班里后5名。这部分孩子主要表现是学业落后,通俗地讲,就是作业完成困难,上课听不懂。

记者:学困生成绩差的主要原因就是态度不端正、不认真吗?

罗坤:孩子学习差,很多家长根本就不知道是孩子“学习病了”。因为自身专业知识的缺陷,很多老师往往会把这些学习成绩暂时处在稳定落后的孩子,或者说学习兴趣不足、动力不足的学生,归结为其态度不端正,或者是不认真。其实家长、老师不知道,真正的问题是孩子可能在认知和心理、行为等方面或多或少都出现了问题。

具体来说,这类孩子可能学习方法不当、学习习惯不良,还有一些是学习动力不足——没有学习兴趣。还有些孩子是认知或者先天发育而形成的问题,比如阅读障碍、表达障碍等。

记者:学困生容易被误解吗?

罗坤:学生其实心里也想要学好,但是表现出来却不尽如人意。我们就误以为这个孩子不认真,并给其贴上标签:你就是大家眼中的“学渣”。

记者:孩子学习差跟家庭有关系吗?

罗坤:绝大多数问题儿童,背后都有原生家庭的问题。也就是说,孩子如果在家庭得不到很好的支持,那么就会在学校出现各种学习困难问题。

记者:对学校来说,解决学困生面临的最大问题是什么?

罗坤:就是学校能够辨别出学困生到底哪里“生病”了,以及“病”到什么程度?其实就是精准识别的问题。

记者:对于学困生,学校如何对症下药?

药?

罗坤:我们和陕西师范大学秦微教授团队研发的《“双系统、三层级”小学学困生教学支持体系的实践探索》项目能够解决学困生精准识别的问题,并且为识别出来的孩子研发了50多项教育资源和策略,能够有效解决学业困难的问题。也就是说,如果不需要药物干预的,来学校“学习支持中心”就能够解决。

记者:哪些孩子需要医院介入?

罗坤:一些特殊的孩子,就是通常所说的学习障碍或严重的孩子需要药物干预,比如有自闭、中重度抑郁、躁郁症状的,以及多动达到一定程度的,都需要医院介入。

什么是“学习创伤”?

还有一类学生,明明有目标也很努力,却没有效果,在负面情绪中挣扎着学习。

小张同学今年上高二,已经确定了选科组合,未来想考的大学、所学专业 and 职业都有了比较清楚的规划。在周围人眼里,小张是一个比较努力的学生,甚至算是比较优秀的学生。可是,不只他的家长,连他自己都对现状很不满:数学较差,常年补习,但很少及格。

数学上的短板,导致小张对自己能不能考到目标学校很没有底。小张经常会有“算了,学不动了,不学了吧”这样的情绪。但是,小张的自律和高要求,又不允许自己“摆烂”,就这样,在强迫自己学习和实在学不动想要破罐破摔之间,反复横跳,痛苦不堪。那么,小张到底出了什么问题?

国家二级心理咨询师、中级团体咨询师、心理学博士、资深心理工作者于涛老师,经过初步问诊,指出小张的问题是在数学上有“学习创伤”,表现为:上数学课的时候,很难集中注意力,导致上课根本没效率;写数学作业遇到不会的题,小张知道自己应该查一下课本和笔记,或者翻一下教辅看看有没有线索,但是往往会控制不住地发呆;考数学的时候,对能做出来的题,往往不是很有信心,做不出来的题会特别打击信心;在校外找老师补课,跟在学校情况差不多,上课一样听不进去。

“从这些表现看,小张并不是简单的厌学,因为厌学不会针对某一门具体的学科,往往是讨厌、回避全部的学习;小张也不是懒惰,因为写作业、补课等能做的他都做了,只是效果不好;小张也不是逃避,因为都学得那么痛苦了,还去补课、写作业,并没有事实上的逃避。所以,小张的家长不断批评他懒惰、逃避,是不公正的。”于涛分析说,所谓“学习创伤”,指的是在学习过程

中,由于一些具有伤害性的经历,而导致的对学习心理和行为效能的破坏作用。“学习创伤”可能会指向某些特定学科,如数学、英语,少数情况下会指向全体学科;“学习创伤”可能是短暂的,比如仅影响两三个星期,也可能是长期,如影响三五年甚至会造成终身影响;“学习创伤”可自愈,也可能无法自愈——需要经过专业干预。

陕西省儿童心理学会心理咨询师任永华老师认为,“学习创伤”是指因学习压力过大或学习的消极情绪过大导致的心理创伤,一般会出现厌学、逃学、学习成绩低下,一到熟悉的学习环境会有紧张焦虑等情绪产生,在学习上有严重的自我否定。

“学习创伤”多半伴随害怕和恐惧

于涛表示,影响“学习创伤”的因素很多:学生发展阶段、性格特质、成长环境、家庭教育类型、暴露创伤经历的时长、经历创伤后有没有得到有效支持等。小张对数学的“学习创伤”主要来自家长。家长在小张小时候陪伴其学习,只要小张表现出任何计算错误,家长动辄打骂,造成小张对学习数学产生了稳定的恐惧感。恐惧是学习的第一杀手,不光会影响注意力、记忆力,也会影响逻辑思维的连贯性。小张在成长过程中,学习数学和对打骂的恐惧总是同时发生,由此产生了比较严重的数学“学习创伤”。

“解决这个问题,靠补课是不够的,得从心理的角度来扭转。”于涛说,经过专业的心理咨询,小张已经摆脱了数学的“学习创伤”,掌握了高效的学习方法,经过两个月的辅导,数学就从常年不及格,一下子考到了80多分,打了一个漂亮的翻身仗,对考到理想大学和理想专业也坚定了信心。

凡是符合“努力了却没有用,补课也没效果,但仍然还在痛苦地坚持”,这类学生很有可能某种“学习创伤”。这些创伤是怎么形成的,对学生造成了何种影响,又该如何解决,每个人都不一样,所以无法一概而论。希望家长和老师不要轻易对孩子进行道德上的审判,可能孩子也很想学好,也很痛苦。

罗坤校长说道:“我想对我们的老师和家长说,每个孩子来到这个世界上,都是应该值得我们每个人珍视的。哪怕孩子现在出现任何暂时性的学习困难,也不要紧,只要我们有信心,运用科学的方法,我相信这些孩子未来都可能成为社会的有用之才。”

本报综合消息