

多地延长课间时长

# 如何真正让孩子们放心动起来

新华社北京9月12日电(记者郑明鸿 赵旭 赵叶苹)2023年10月,新华社“新华视点”栏目播发稿件《除了上厕所不能随意活动?——部分中小学生课间10分钟被约束现象调查》,引发各界对这一现象的广泛关注和热议。针对这一话题,教育部明确表示:中小学校要确保学生课间正常活动。

今秋新学期伊始,“新华视点”记者采访发现,不少地方已将“课间10分钟”延长至15分钟,甚至20分钟,孩子们有了更充裕的时间走出教室。同时,各地学校还采取各种措施,让孩子玩得开心、家长放心。

## 多地延长课间时长 孩子和教师均叫好

今年以来,多地出台新的课间管理规定。

今年4月,天津市教委印发新修订的《提升中小学生体质健康水平十条措施》,明确提出,义务教育阶段和高中阶段学校每天上、下午各安排不少于30分钟的大课间体育活动。除大课间外,确保小学生15分钟课间活动时间、中学生10分钟课间活动时间。

8月底,北京市教委明确,自新学期起,全市义务教育学校将对课间安排做出整体统筹优化,原则上落实15分钟课间时长,引导学生利用课间走出教室,在室外进行放松休息、有益社交及适量活动。

在贵州省织金县,义务教育阶段学校新学期“小课间”也增加了5分钟;内蒙古准格尔旗教体局发文称,从今年秋季学期起,义务教育小学阶段的学校原则上落实“课间一刻钟”;江苏省无锡市新吴区教育局发布通知,今年秋季学期起,新吴区义务教育学校全面实行课间15分钟。

一些地方甚至将课间延长至20分钟。

“户外运动是解决肥胖、‘小眼镜’、心理问题的最好办法之一。”海南省海口寰岛实验小学校长金春花说,今年春季学期,该校开始尝试将课间延长至20分钟。这项改革很受学生欢迎,学校决定从秋季学期开始正式实施。

“教室到厕所、操场往往有一段距离,10分钟时间太短,可能上个厕所或者刚走到操场,就快没了。不少孩子反映,要是能多几分钟休息、玩儿就好了。”织金县教育局局长付国晖说。

海口寰岛实验小学体育组组长齐明说,课间延长后,孩子们有了更多时间走出教室活动,呼吸新鲜空气,放松大脑,有益于他们的身心健康,提高听课效率。

贵州省人民医院眼视光科副主任曹时燕指出,增加户外活动,可以有效帮助孩子们缓解眼疲劳,保护视力。

课间延长后,不少老师也纷纷叫好。北京市第161中学副校长刘裕说,教师有更充裕的时间喝水、准备教具、转换教室,包括给学生做个性化辅导、心理疏导。

## 如何让学生玩得开心?

为确保课间要求落实,北京市教委相关负责人表示,市区两级将强化监督检查,进一步规范教育教学秩序,严禁拖堂或提前上课,不得随意缩短学生课间活动时长,不得对学生课间活动设置不必要的约束,坚决杜绝课间禁止学生出教室的现象发生。

天津市教委新修订的《提升中小学生体质健康水平十条措施》要求,任课教师要及时下课、不得拖堂,班主任和任课教师要督促学生课间走出教室、适当活动。

贵阳市第二实验小学校长朱丹介绍,该校将拖堂和提前上课纳入教学事故认定范畴,以此来保障学生的课间时光不被挤占。

此外,一些学校还想方设法给学生拓展活动空间、增加游戏项目。

新学期,织金县八步街道各学校的班级公示栏上,多了一张“花样课间学生信息表”。每天早上,学生可以填写当天课间想玩的项目,每个项目每班限15个人。学校会将信息汇总,然后给学生准备器材。

“我们对学生做问卷调查,了解他们想要玩哪些项目,然后召集各学校负责人开会,综合考虑报名学生人数、场地和器材等因素,来决定具体开设哪些项目。学生想玩但学校没有器材的项目,就由学校统一购买器材。”织金县八步街道教育服务中心主任张习梁说。

记者在贵阳市第二实验小学总校区看到,下课铃响起后,上千名学生涌出教学楼,到操场上玩耍。他们有的打乒乓球,有的做游戏,有的奔跑嬉戏,有的在图书角看书,欢声笑语、嬉戏声在校园里回荡。

在北京市第161中学,长廊、绿地、体育场、树荫下的棋类区,凉亭内的书法区等,成为学生课余休闲的好去处。该校体育教师马少波说,学校配备了完善的体育设施,学生可以参与足球、篮球、排球、乒乓球、羽毛球、棋类、投壶等项目。

北京市中关村第一小学充分利用学校空间,为学生创造活动条件。比如,开放学校楼顶公共空间,如笼式足球场、体育馆、图书馆等,为高楼层班级学生课间活动提供场地;在走廊的开阔空间摆放棋牌桌、放置书架;将操场划分成不同区域,设计不同类型的户外活动。

## 如何让家长放心?

“每次课间,我们都安排约30名老师,在教学楼的楼道、楼层拐角和操场值守。学校保安也调动起来了,保障学生活动安全。”贵阳市环西小学副校长王晓波说,虽然该校地处城中心,学生活动空间小,“但不能不让学生下楼活动”。

北京市中关村第一小学相关负责人介绍,学校严格落实班主任跟班制,副班主任协同教育。各年级根据本年级学生特点,开发设计本年级安全教育内容,形成年级课间活动安全规范。此外,还加强每日值班班干部巡视,制止追跑等不安全行为,并在重点区域安装监控摄像头。

在北京广渠门中学,学校要求各年级成立由班主任、任课教师和学生代表组成的“课间秩序管理小分队”,在重点交叉点位和人员密集区进行提醒和文明疏导;还通过组织团队小游戏等活动,来分流学生。

同时,各地学校努力排查整改校园安全隐患。9月10日,朱丹在校园巡查时发现,学校足球场旁的下水道盖板有断裂迹象,存在一定安全隐患,随即安排相关人员进行处理。

张习梁介绍,今年春季学期,八步街道第一小学曾发生过一起意外事件:一名学生在跑去捡滚下坡的篮球时,跑得太快,撞到了另一名学生。为避免类似情况再发生,他们便在篮球场旁增加了一处拦网,防止篮球滚下坡,解决了相关安全隐患。

此外,一些学校负责人介绍,为获得家长的理解和支持,他们通过家长会等形式,给家长介绍了学校的管理规定及工作思路。

同时,一些学校还鼓励家长购买学平险。“我们也购买了校方责任险,如果发生意外事件,学校和家长可以在有保障的情况下,通过友好沟通,解决可能会出现的一些矛盾。”朱丹说。

受访对象表示,校园安全事件的责任边界还需要进一步厘清。贵州省律师协会未成年人保护专业委员会副主任田冲表示,学校应做好安全预案,尽可能避免安全事故的发生;家长应充分理解、信任学校和老师,出现问题积极沟通,依法理性维权。



## 南航首架C919飞机在东营机场开展首训

9月12日,中国南方航空首架C919国产大飞机在山东东营机场开展飞行训练。

当日,中国南方航空首架C919国产大飞机(编号B-919J)在山东东营机场开展首次飞行训练。本次飞行训练为期2天,将为南航首批C919机型飞行员积累经验,同时也为南航首架C919飞机正式投入商业运行做准备。

新华社发(周广学 摄)

## 预防出生缺陷 更好守护生命起点健康

新华社北京9月12日电(记者李恒 董瑞丰 黄凯莹)9月12日是预防出生缺陷日。什么是出生缺陷?如何更好地防治出生缺陷?

### 出生缺陷风险有多高?

二胎孕妈妈刘欣(化名)在某医院做无创DNA检测,检测结果提示唐氏综合征高风险。在北京医院妇产科主任医师王少为的建议下,刘欣接受了羊水诊断,胎儿被确诊为“唐氏儿”,属于常见的一种出生缺陷。

出生缺陷是指婴儿出生前发生的身体结构、功能或代谢异常。临幊上,出生缺陷除了与遗传因素有关外,也与环境因素有关。

近年来,随着我国出生缺陷防治网络不断健全,孕前检查率、产前筛查率、新生儿遗传代谢病和听力障碍筛查率均大幅提高,部分出生缺陷患儿被及时识别并及时干预。

记者采访了解到,2012年我国估算的出生缺陷总发生率为5.6%。2022年首都医科大学附属北京妇产医院院长阴赪宏团队一项随访50万名孕妇的研究显示,出生缺陷发生率为2.5%至3.0%。

国家卫生健康委妇幼健康司司长沈海屏介绍,与5年前相比,全国因出生缺陷导致的婴儿死亡率、5岁以下儿童死亡率均降低30%以上。神经管缺陷、唐氏综合征等严重致残出生缺陷发生率降低23%。

不过,专家提醒,由于我国女性平均生育年龄延后,出生缺陷发生风险仍不容忽视。先天性心脏病、泌尿系统和生殖器官畸形、染色体异常等出生缺陷的发病率仍然不低,部分患儿因治疗不及时“小病拖成大病”。

### 早期筛查怎么做?

及早的筛查和诊断对于预防和管理出生缺陷至关重要。目前,全国婚前检查机构、孕前检查机构已超过3000家,产前筛查机构超过4000家,产前诊断机构超过500家,新生儿疾病筛查中心259家,所有区县均设置新生儿遗传代谢病筛查采血机构。

多位妇产科专家表示,抽取孕产妇外周血,应用血清学方法对胎儿进行筛查,是避免缺陷患儿出生的重要途径之一。不同地区可因地制宜确立本地区的单基因遗传病筛查病种。同时,要重视相关健康教育、优生检查和咨询指导。

随着科技发展,基因检测也越来越常见。记者近日在甘肃省妇幼保健院(甘肃省中心医院)看到,技术人员正在进行二代基因测序。

“通过基因检测,可提醒孕妇在怀孕前后避免胎儿发生出生缺陷;孩子出生后,基因检测还可以诊断孩子是否有遗传病,明确相应治疗方案。”甘肃省妇幼保健院(甘肃省中心医院)院长

刘健说,新生儿期通过遗传代谢筛查及基因检测,进行早筛查、早诊断,可减少出生缺陷所致婴幼儿死亡及先天残疾。

无创DNA、携带者筛查、全外显子基因检测……越来越多必查项目以外的产前检查进入孕产妇的视野。基因筛查是否越多越好?

广西壮族自治区妇幼保健院产科主任医师孔琳表示,一些孕产妇,尤其是高龄和初次怀孕的孕产妇,希望通过更多、更细的检查来确保孩子出生时“零缺陷”。但检查并非越多越安全,特定的基因筛查项目适用于有一定指征的人群。比如,父母双方或其中一方家族成员有遗传病史的,会建议做全外显子基因检测。

近年来,不断进步的筛查和诊疗技术也让部分“缺陷宝宝”成为不幸中的“幸运儿”。专家介绍,比如,先天性食道闭锁经过早发现、早治疗,手术治愈率能达98%,对孩子以后的生活质量几乎没有太大影响。

### 三道“防线”预防出生缺陷

为预防出生缺陷,我国努力设置三道“防线”——

一级预防把好婚前、孕前关口,通过健康教育、婚前保健、孕前健康检查等服务,让出生缺陷尽可能不发生。

二级预防通过提供全方位孕产期保健服务,加强产前筛查、产前诊断和知情干预,进一步减少严重致死致残出生缺陷。

三级预防是在出生后尽早对新生儿进行疾病筛查,通过早筛查、早诊断、早干预和早康复,尽可能减少出生缺陷导致的婴幼儿死亡和先天残疾。

根据《出生缺陷防治能力提升计划(2023—2027年)》,未来将进一步强化筛查诊断机构建设,加强专业人才培养,推进诊治康一体化服务,促进出生缺陷疾病早诊早治,有效减少儿童先天残疾,全面保障儿童健康。

作为出生缺陷三级预防的补充和延伸,近年来,中国出生缺陷干预救助基金会开展了一系列出生缺陷救助项目。自2014年起,中央专项彩票公益金支持出生缺陷干预救助项目开始实施,在财政部和国家卫生健康委的指导下,项目累计完成出生缺陷检测超310万例,救助出生缺陷患儿超8.1万人次。

专家提倡女性适龄生育,有生育二孩、三孩意愿的女性,特别需要注意生育年龄和生育间隔。此外,准备生育宝宝的夫妻要主动接受婚前医学检查,科学备孕,提前3至6个月接受孕前优生健康检查,评估高危因素,接受优生咨询指导。针对自身存在的风险因素采取防控措施。同时,要戒烟戒酒,适量运动,改变不良生活习惯。