

## 让“1小时”真正动起来

本报记者 苗苗 张玫莹  
通讯员 龚晓青 张文强 唐玲 吴立新 文必元 刘华俊

近日,教育部针对全国政协关于要保证青少年体育锻炼活动时间的提案做出回应,指出要确保学生每天锻炼1小时,严禁挤占体育课和学生校园体育活动时间,并让这“1小时”真正动起来。这不仅需要学生的积极参与,更需要学校、家长的支持与配合。

## 学生:让我真正爱上你

在享受体育运动乐趣,收获成长的同时,同学们对“1小时”也有着更多的期盼。

在徐州市解放路小学,体育组的老师们为体育课创编了100个小游戏。“每堂课老师都会带领我们玩不同的游戏。”三(7)班闫明泽说体育课是同学们最期待的课程。“可每天大课间一小时,除了做广播操,就是固定的跳绳、跑步。”闫明泽说,他期待学校开展更加丰富多彩的课间体育活动,让同学们像喜爱体育课一样爱上大课间。

东台市富安镇小学六(3)班韩紫竹是校篮球队成员,从三年级开始,每天放学后她都会留校训练1小时,她还发现“运动后神清气爽,学习时解题思路更清晰了”。韩紫竹也介绍,篮球队队员的学习成绩普遍不错。

## 老师:保证运动的量与质

“每天1小时”对学生们可非常宝贵哦,为了让这1小时发挥充分效能,学校和老师可

动足了脑筋。

“中学阶段学生学业压力加重,但运动时间不能缩水。”沐阳县潼阳中学体卫艺负责人孙昌军老师说,学生的运动时间主要在学校,提高学生每天的运动效率尤为关键。学校对大课间活动做了细致安排,将活动区域分为10个场地,每个场地固定一个项目,同学们可以按照兴趣自主选择。

利用“每天1小时”,盱眙县城南实验小学开设了丰富多彩的社团课。“每周三次的社团课绝大多数是与运动有关的户外项目。”据学校体育老师叶可娟统计,大课间、体育课加上社团课的活动时间,学生们每天在校能保证1个小时以上的锻炼时间。

## 家长:磨刀不误砍柴工

和疫情宅家期间相比,家长们发现返校后“每天1小时”给孩子带来的变化还是挺大的。

“身体是革命的本钱。”镇江市丹徒区实验小学五(13)班曾艺菲的爸爸陶正中是学校的体育老师,作为家长,他也十分支持每天确保“1小时锻炼时间”。“宅家抗疫期间,虽然学

校每天也给学生布置了体育家庭作业,但是开学后能和同龄人一起运动,孩子显然更有动力。”陶老师还认为,规范安全的校内运动也让家长更放心。

扬州市梅岭小学西区校四(1)班陆思齐是校足球队的主力,陆思齐的妈妈很支持儿子踢足球,她认为用好每天锻炼的1小时时间,既可以提高孩子的身体素质,也有助于孩子的心理健康。“为了锻炼、学习两不误,思齐上课听讲更专注,回家后做作业的效率也提高了。而足球作为团队运动,让思齐比以前更懂得与人交流和合作了,包容心和耐挫力都得到了提升。”



## 追寻家乡红色遗迹

海安市城东镇韩洋小学四(1)班 周梓翼(小记者证编号 J200332) 指导老师 徐敏



小记者  
在现场

“新中国成立以来,人民的生活越来越幸福,但同学们,你们对家乡的革命故事了解多少?”前不久,为追忆老一辈革命家为新中国成立所作的贡献,我们学校的小记者在老师的带领下开展了寻访活动。

第一站,我们来到洋蛮河伏击战

纪念碑。老兵爷爷在纪念碑前为我们讲了洋蛮河伏击战的故事:当时,战士们埋伏在洋蛮河两岸,敌人的一支大部队正从西往东赶,连长一声令下,战士们团团围上,打得敌人猝不及防。“这场战役中,我军在短短几十分钟内就把敌军打得片甲不留,还缴获了许多弹药……”听着老兵爷爷慷慨激昂的讲述,我热血沸腾,心想:“海安的英雄儿女们在党的领导下团结一致,奋勇抗敌,这样的红色基因我们要好好传承。”

第二站,我们走进海安泛书房红色报纸展览馆。展馆内展出了1919

年至今,记录各个重要历史时刻的报刊共328份,时间跨度超过了100年。跟随这一张张报纸,我见证了新中国成立后的一个个辉煌时刻:1949年,毛泽东爷爷在天安门城楼上宣布新中国成立;1964年,“蘑菇云”腾空而起,中国制造的第一颗原子弹成功爆炸;2008年,北京奥运会开幕,举国欢腾……历史在我眼前鲜活起来,我为每一个辉煌时刻感到自豪。

“没有共产党就没有新中国!”今天的红色之旅,让我领悟到幸福生活来之不易。我要努力地学习,用知识的力量为祖国的繁荣富强蓄力!

## 我们校园,怎一个“美”字了得

本报记者 张玫莹 通讯员 黄理仁

“阜宁县实验小学拥有百年历史,发展至今已拥有6个校区,是一艘载着2万多名师生乘风破浪、徜徉学海的巨型航母。”说起自己的学校,阜宁县实验小学向阳路校区五(2)班曹俊锦有夸不完的话。问他为什么如此热爱母校,他说:“我们学校怎一个‘美’字了得!”

曹俊锦口中的“美”不仅指校园环境之美,更是他在学校感受到的关爱之美。近年来,随着阜宁县实验小学教育集团办学规模的不断扩大,留守学生也逐年增加。曹俊锦所在的向阳路校区紧邻乡村,学校留守儿童的比例更是超过半数,许多同学出现了“生活上缺人照应、行为上缺人管教、学习上缺人辅导”的“三缺”状况。为了让每一位同学得到关爱,集

团在向阳路校区试点建立了“好妈妈”信箱和留守儿童之家,有专门的老师定期查阅信件、留言,与求助的学生沟通。五(1)班吴梦瑶与父母的关系曾因为长期分居两地而变得疏远,向“好妈妈信箱”求助后,韩老师每周都用自己的手机让她与父母通视频电话交流感情。现在的吴梦瑶又成了爸妈的“小棉袄”,她觉得自己得到的关爱和其他同学一样多。

除了感受关爱之美,集团其他校区的同学还在感受着各种不同的“美”。“我们学校有很多社团,每周三最后一节课都是同学们‘走班’上课的时间,可以根据喜好学习技能。”长春路校区六(6)班王纲源加入书法社后,在翰墨书香中体味书法之美。作为省书法特色示范校,学校将书法和

诗歌融入广播操。“同学们每天踏诗而行,进出校园、班级时的推搡现象变少了,校园生活也变得更文明了。”

同学们不仅在校园里享受“美”,还走出校园感受家乡之美。各类寻访活动让府前街校区六(1)班许芮更了解家乡,更热爱家乡了。在寻访林道村时,陈必林、李以两位烈士的英雄故事让她敬佩烈士们舍生取义的革命精神;走进抗击6·23特大龙卷风纪念馆,她为阜宁人民万众一心重建家园的凝聚力鼓掌……“我的家乡有着烈士鲜血染红的土壤,有着狂风暴雨摧不毁的坚毅,作为阜宁儿女,我们要将这样的精神传承下去。”

关爱之美、文明之美、家乡之美……相信同学们在感受“美”的同时,会将“美”播撒向更远的未来。



2020年,小康是热点话题。今天,我家里谈论的是乡路的巨变。

外公打开了话匣子:“我生在里下河淤溪乡,乡间有数不清的小路,它们有的紧挨着小河,有的像蚯蚓一样弯弯曲曲爬向田野……”外公告诉我,那时,小农经济支配着乡亲们的思想,乡路改不了“土”身份。直到改革开放,被束缚住的乡路才渐渐活动开筋骨。上个世纪90年代初,“要想富先修路”被大家普遍接受,乡路的变化才大了起来:县城至乡镇主干道上铺起了能开汽车的砂石路,连接着城乡公路的砖头路也铺到了家家户户的门口。

“那时,我刚到县城工作。”外公接着回忆,“节假日回家须从姜堰乘车至泰州,再坐轮渡,一趟得花上大半天时间。但只过了几年,姜堰到淤溪就通上了汽车。”虽然乡里通了汽车,但外公从乡里回家还要走上好多里路,周末坐末班车回到淤溪,下车还要再走2个多钟头。“于是我努力工作,挣了一辆自行车。骑车来回,方便多了。”

“在您的自行车上,有3个令我难忘的瞬间。”妈妈抢过外公的话头。原来,这三次都是因为乡路难走导致的。这条路,承载了妈妈第一次从自行车上摔倒,承载了外公载着外婆和妈妈骑行5小时的狼狈与幸福,承载了外公与突然离世的母亲的生死别离……

听完妈妈与乡路的故事,大家回味无穷。“我眼中的乡路长了‘脚’到处走!”我打破沉默。如今的乡路在河网纵横的泰州大地上“手牵手”,实现了村通汽车、户连公路,还攀上了高速公路、铁路这样的“高枝”;路旁的绿化为酷暑中奔波在外的人遮阳,路灯为晚归的旅人指路……“不仅如此,广阔的农村织出了公路网,村村有站头,区间有公交,2块钱就能乘车,70岁以上老人还免费呢!”外公补充道,话语里尽是对如今“小康”乡路的喜爱。

泰州市海陵区城东小学鼓楼校区五(4)班 周诗瑶

## 乡路长长乡情牵

## 鞋带

售货员:“你要什么样的鞋带?”

小汤姆:“一根左边的,一根右边的。”

## 草“莓”味

一天,小明和小华在小公园玩。小明不小心跌了个跟头,一头栽在草地上,吃到了几根青草。

小华问他:“草是什么味道的?”

小明说:“草没(莓)味。”

小华激动地说:“草莓味?让我来尝尝!”他迅速地拔了根草放到嘴里,然后又吐了出来,说:“小明,你骗我,草是没有味道的。”

## 找警察

一个小孩迷了路,一时回不了家。他灵机一动便去向路边的警察:“叔叔,我找不到回家的路了。”警察问道:“孩子,你家住在哪里呀?”孩子答道:“我妈妈只教我迷路了就去问警察,可她没告诉我住在哪里呀!”

## 等等

小强问:“妈妈,家长会上老师表扬我没有?”

妈妈答:“没有,听了半天也没有听到你的名字。”

小强又问:“那老师念完同学的名字后说‘等等’了没有?”

妈妈答:“说了。”

小强说:“那不是表扬了我吗?我就在‘等等’里头!”

## 都不识字

暑假里,5岁的宝宝想给幼儿园的好朋友贝贝写一封信,就去向爸爸要笔和纸。

“宝宝,你还不认识字,怎么能给别人写信呢?”爸爸好奇地问。

“怕什么,反正贝贝也不认识字呀!”宝宝理直气壮地说。

## 三个自私

小新下午放学第一个回到了家,他打开电视看起了卡通节目。不久爸爸、妈妈、哥哥回家后,电视被转到了别的频道。小新靠近妈妈说:“妈,你不是说人不可以自私吗?”

妈妈说:“是啊,所以你可以只看你自己喜欢看的卡通节目,也要让爸妈和哥哥看看其他的节目。”

小新说:“可是,为啥三个自私比一个自私好呢?”

## 江苏少年网2件作品喜获省优秀科普作品评选二三等奖

本报讯 近日,由省科协、省文明办、省科技厅、省新闻出版局、省广电局、江苏凤凰出版传媒集团联合举办的第十一届江苏省优秀科普作品评选活动公布评选结果,江苏少年网两件作品分获新媒体类二三等奖。其中,《独角仙与马蜂》获二等奖,《揭秘恼人的杨絮》获三等奖。(记者 张玫莹)

盐城市教育局关工委:

## 送工匠精神进校园

本报讯 9月6日,盐城市教育局关工委同职业教育和社会教育处联合主办的“江苏制造工匠丁郁华报告会”在盐城机电高等职业技术学校举行。丁郁华向同学们分享了他的创业故事:他潜心学习钻研,攻坚克难,先后研发高新技术产品9项,申报并拥有专利92项。市局关工委常务副主任徐国良表示,开展“工匠精神进校园”活动,对于营造重视职业教育、重视技术技能人才的良好氛围,提高职业院校人才培养水平有着重要意义。他希望同学们以丁郁华为榜样,弘扬工匠精神,为实现制造业强国梦作贡献。(通讯员 国良)

徐州市铜山区利国实验小学:

## 感谢师恩 立志勤奋

本报讯 9月7日,在第36个教师节来临之际,徐州市铜山区利国实验小学开展“浓情九月,师恩难忘”主题班会活动。课上,班主任向同学们介绍了教师节的由来,引导同学们不忘师恩、勤学有礼。同学们还观看了《程门立雪》和毛泽东、周恩来不忘师恩的视频,了解不忘师恩的名人故事,并通过互动问答学习尊师行为。活动最后,同学们发自内心地表达了对老师的敬爱,并表示要用一点一滴的进步报答老师的谆谆教诲。(通讯员 丁修武 高杨)



“江苏少年网”手机版二维码  
快来扫一扫

