



“最美人间四‘阅’天”中小学征文来了 诚邀师生共赴书香之约

南国都市报4月4日讯(记者 黄运敬)自2026年起,每年4月第四周被正式设立为“全民阅读活动周”。今年4月20日—26日,是首届全民阅读活动周。书香润童心,笔墨抒情怀。让阅读成为习惯,让经典走进校园,南国都市报特推出“最美人间四‘阅’天”中小学征文活动,诚邀全省中小学师生分享阅读感悟,共赴这场书香之约。

“最美人间四‘阅’天”中小学征文活动具体要求如下:

一、征文对象:海南省中小师生,可个人投稿,也可由班级、学校集体推荐。

二、征文内容:

1. 学生组征文;可写自己最喜欢、最受启发、最感动、最有趣、影响最深的一本书,可以读后感的形式写,也可写与书

结缘的故事、推荐理由、哪些内容或情节让你觉得触动/启发/有趣/深刻……

2. 老师组征文:老师们可以写自己喜欢的一本书,畅谈书籍对个人成长、教育教学的影响;也可以给学生推荐优质书籍(请详细写推荐理由)。

三、征文体裁不限,题目自拟,800字以内。文章须为原创,不得抄袭,不得AI创作。鼓励创新,情感真挚,用细节打动

人心,记录个人真实感受,展现文化传承的温情力量。

四、征文时间:即日起至4月25日。

五、征文投稿邮箱:nanguoxizuo@126.com。邮件标题请注明“最美人间四‘阅’天征文”,文章内须注明学校、年级、班级、作者姓名和指导老师。优秀征文作品将在南国都市报习作版上予以刊登。

燃动课间·巡校

海口市海燕小学课间15分钟“玩”出精彩 孩子们愿意动、有得玩

“磨刀不误砍柴工,15分钟课间让孩子动起来、松下来,才能学得更专注、更高效。”海口市海燕小学体育组组长张江龙的这句话,道出了学校推进课间改革的初心。

记者近日走访海口市海燕小学,深入了解该校将课间10分钟延长至15分钟的改革实践,看这所拥有3500余名学生的校园,如何破解空间、时间、安全难题,让加长课间真正成为学生的成长时刻。

□南国都市报记者
叶长文/图

时间重构: 精确统筹,破解扩容难题

课间从10分钟增至15分钟,单日累计近两小时活动时长,这一调整给学校带来了时间统筹、空间分配与安全管理的多重挑战。面对户外活动时间延长带来的安全风险,该校并未退缩,而是以系统规划推动改革平稳落地。

该校体卫艺主任文丹表示,学校第一时间由教导处牵头调整课表,在保障教学时长的基础上微调放学时间,确保课间15分钟落地,同时同步向全体师生、家长做好沟通告知,凝聚改革共识。

针对校园空间有限的问题,学校按年级精准划分活动区域,三、四、五年级使用操场与足球场,六年级在架空层篮球馆、羽毛球馆活动,满足全校学生的活动需求,统一规划活动空间,筑牢安全防线。

安全保障上,学校创新管理模式,推动教师从“监督者”转变为“陪玩者”,陪伴学生参与课间活动,在互动中守护安全。

针对雨天等特殊情况,该校相关负责人表示,学校建立应急机制,提前通过广播告知变更活动形式,以小海燕特色操、体能训练操、室内课桌操替代室外运动,确保体育锻炼不间断。同时,学校持续增强体育师资,吸纳深圳回流骨干

教师、广州专业足球教练等优质人才,配齐专业体育教师,为课间活动开展提供人力支撑。

场景焕新: 内外联动,课间“动有所选”

延长的课间,核心是让学生“愿意动、有得玩”。该校通过室内外空间改造,打造动静结合、自主选择的课间场景,让15分钟的每一秒都充满乐趣。

“室外空间全面升级,学校在地面绘制‘跳房子’‘跳格子’等游戏图案,划定羽毛球活动区域,鼓励学生携带羽毛球拍、跳绳、篮球等,把操场、走廊变成开放式运动场地。”文丹说,教室内空间可形成互补,在教室配置军棋、象棋等益智棋类,由学生自愿众筹补充或学校统一配备,满足不同学生的活动偏好,让好动的孩子奔向户外,喜静的孩子在教室里也能享受课间乐趣。

大课间与体育课形成互补,构建完整的活动体系。学校大课间采用“20分钟集体活动+10分钟自主选择”模式,集体完成校园武术操、七彩阳光广播操、小海燕操及体能训练操后,剩余时间由学生自由选择跳绳、球类、趣味游戏等项目。四年级学生余昊洋常和同学跑步、打篮球、玩“躲猫猫”,五年级学生郑云兮偏爱体能训练与足球运动。自主选择的模式让学生彻底释放天性,告别“被动参与”,真正实现“走出教室、动在课间”。

以体育人: 学健相融,活力赋能成长

课间15分钟的改革,最终指向以体育人、全面发展的育人目标。该校用实践证明,体育锻炼与学业提升并非对立,而是相互成就、协同增效。

张江龙用“磨刀不误砍柴工”诠释核心逻辑,15分钟课间让学生放松眼睛、舒缓大脑,能以更专注的状态投入40分钟课堂学习,实现事半功倍的效果。

该校未因增加体育活动而压缩教学质量,反而让学生在运动中培养规则意识、时间观念与自律性,有效缓解高年级学生的学业压力,提升心理健康水平。

张江龙表示,体质健康数据印证改革成效,近两年学校学生肥胖率、近视率呈缓慢下降趋势,国家体质健康测试水平稳步提升。学校坚持全员参与体育课及课间活动,充分尊重学生主动性,不挤占、不剥夺学生运动时间,同时依托青椰艺术节、青椰体育节、省级科技节等平台,为学生搭建展示自我的舞台。孩子们在运动中释放活力、强健体魄,在快乐中成长进步,让“健康第一”的理念真正落地生根。

课间从10分钟到15分钟,不仅是时间的延伸,更是教育理念的升级。该校以精细的时间统筹、丰富的活动设计、扎实的育人实践,让加长课间成为学生成长的黄金时段,为海南“课间15分钟”改革提供了鲜活的校园样本,让每一位学生在阳光下奔跑,在运动中奔赴更健康的未来。

学生在架空层上体育课。

海燕小学大课间集体跳操活动。(学校供图)