聚焦

让孩子们身体动起来、活动多起来……新学期开启，我市教育系统积极落实“健康第一”教育理念，加强健康学校建设——

以快乐健康厚植未来

本报记者 李宏伟

平陆县第三小学开展阳光大课间快乐跳绳活动。 本报记者 金玉敏 摄

“两手握紧，注意力集中，两脚轻跳，同学们加油……”在市大运小学的操场上，体育教师给学生们上体育课，孩子们在教师的鼓励下，大胆练习跳绳，每个人跳得浑身冒汗，课堂上笑声不断。新学期开学伊始，市大运小学积极落实“健康第一”教育理念，创新体育课堂教学，让孩子们在体育活动中收获快乐和健康。

去年以来，市大运小学逐步延长体育活动时间，学生每天在校运动时间稳定达3小时。学校还开展“天天有比赛”活动，班级联赛几乎天天有。在赛场上，孩子们学会了赢，也学会了输。“我们相信，身上有汗、眼中有光、脚上有力、脸上有笑，这才是孩子们童年该有的样子。”市大运小学校长仙桂霞自信地说。

春暖花开季，正是运动时。今年春季开学以来，市教育局印发通知，就进一步贯彻“健康第一”教育理念，加强全市学校体育工作提出刚性要求，推动体育育人落到实处，切实保障学生身心健康。我市教育系统各学校积极加强健康学校建设，对本学期的体育教学进行了重点部署和创新，全面实施学生体质强健计划，落实中小学生每天综合体育活动时间不低于2小时，推行“课间15分钟”，涵养运动新常态，开齐开足体育课程，推动体育育人一体化建设，让健康习惯伴随成长，为新学期良好开端打下了坚实的基础。

体教融合——快乐在课堂

在市实验中学的操场上，体育教师带着学生进行新学期第一节体育课，午后的阳光暖洋洋地照着，在老师的示范下，学生们快乐地运动着，每个人的脸上都洋溢着笑容……

新学期开启，为践行“健康第一”的教育理念，推动文化学习和体育锻炼协调发展，市实验中学坚持把体育课程作为“C位”课程，整合师资力量、拓宽训练场地，确保学生上好每一节体育课；推行阳光大课间，让体育锻炼常态化；培育特色体育，推进中华武术进校园；组建专项训练队，提升学生竞技水平。

市实验中学党委书记、校长刘荣艳表示，健康的体质是最珍贵的财富，为孩子的健康成长保驾护航，在实践中，学校坚持以体育人、以体铸魂、以体润心，通过推进体育工作实践创新，让体育成为撬动学生全面发展的关键支点，引导学生在运动中强意志、健身心，促进学生全面发展和学校教育高质量发展。

目前，市实验中学积极开齐开全体育课程，如田径、飞盘、排球、篮球、足球、羽毛球等多样化的体育课程，满足不同兴趣需求，让学生们在运动中增强体质、磨炼意志，国旗班则通过体能训练培养学生的爱国情怀与纪律意识，让每个学生身上有汗，眼里有光，脸上有笑。

“绳”采飞扬，快乐运动。春季开学以来，大运小学在主校区和两个集团分校启动了全校性的体育运动——跳绳。三个学校的学生在体育活动中和大课间开展跳绳运动，让跳绳助力孩子们朝气蓬勃快乐成长。每周该校都要进行跳绳竞赛，竞赛现场热潮涌动，彩绳与身影齐飞，每个学校的跳绳活动热闹非凡。学生们全情投入，呐喊助威声动于外，体育运动的展现校园蓬勃风采。

仙桂霞说，以绳健体，以体育人。作为学校的特色品牌项目之一，跳绳运动承载着“以绳健体、以体育人”的理念。下一步，学校将会把跳绳纳入班级考核体系，并以此为基础启动“精英绳才”选拔，组建校级队伍开展专业系统训练，助力学子赛事争优，让每个孩子的潜能实现“跃级”成长。

践行“健康第一”理念，聚焦立德树人根本任务。今年新学期开始以来，全市教育系统各学校积极行动起来，进一步提高站位，深刻把握“健康第一”与健康学校建设的时代意义，推动健康学校建设提质增效。在实践中，各学校抓实每天2小时综合体育活动，筑牢体质根基。开齐开足体育课程，补齐农村、薄弱学校体育资源短板，完善市县校三级体育赛事体系，推动学生掌握1项—2项终身运动技能，稳步提升体质健康优良率，推动健康学校建设不断迈上新台阶。

多措并举——健康润成长

“落实每日2小时综合体育活动，学生体质健康达标率≥95%，近视率、肥胖率持续下降，人人掌握一项运动技能。”这是新学期开学以来，闻喜县西街示范小学为孩子们制定的健康计划和目标，全力护航学生成长。

为全面落实“健康第一”的教育理念，扎实推进健康学校创建工作，新学期开始，西街示范小学紧扣“双减”政策落实，融合心理健康、体育赛事、中医文化、品格教育特色，构建“校家社医”协同的健康育人体系，让健康成为学校发展的核心底色。

为了促进健康学校建设，该校将从几个维度积极落实，“双减”增效，开展作业科学管控，课后服务健康特色全覆盖，实现“减负、提质、健心、强体”四维统一；文化浸润，将中医文化、品格教育融入健康行动，形成可复制的小学健康办学模式；劳动育人，常态化开展劳动实践，培养劳动意识、自理能力与责任担当；心理赋能，建成“三级预警+全程护航”体系，师生心理素养显著提升，全年无重大心理危机事件；健康环境，打造安全、卫生、舒适、积极向上的校园健康环境，形成家校社协同共育的健康氛围。

西街示范小学校长刘学刚说，在健康学校建设中，尤其注重提质增效课后服务，通过优化“5+2”课后服务，将作业辅导、体育活动、艺术美育、心理社团、健康科普有机结合，不补课、不刷题，让课后服务成为健康成长的重要阵地。同时，学校积极开设各种特色课程，有“中医文化”“传统武术”“心理团辅”“趣味体育”“劳动实践”五大类课程，实现学生参与，为每个孩子营造健康的成长环境。

轮滑漂移、空竹抛接、快乐蹦蹦球、激情呼啦圈、滚舞彩带龙……垣曲县城北初中的塑胶操场上，一片欢乐的海洋。这是垣曲县城北初中近日一堂大课间活动的场景。快乐活动、掌握体艺技能成为孩子们课后活动的一大乐趣。

春季开学以来，该校积极响应国家的号召，以“阳光体育1+2”活动体系为核心举措，严格落实每天体育锻炼2小时的文件精神，其中“1”指每天一节体育课，“2”指每天两次大课间活动。为了落实落细课间活动的安排，该校结合地方特色、学校实际、学生特点确定了打造“学校特色+年级主题+班级品牌+个人特长”的大课间活动模式，促进学生全面发展。

“我们学校也对课表进行了更新，课间时间延长，体育课保证每天一节，一周五节体育课，保证两个大课间活动，每天综合体育活动不少于2小时。”垣曲县城北初中校长段红星说。

据悉，为提升阳光大课间质量，进一步优化学生课间活动，垣曲县各中小学将原本的“课间10分钟”延长为“课间15分钟”，通过开辟场地、区域规划，融合学科知识等进行地面绘制，为孩子们打造另一片“快乐天地”，让学生在课间户外游戏活动中，全面发展、健康成长，一起来感受课间“扩容”后的快乐美好时光。

落实“健康第一”理念，积极开展健康学校建设。近日，市教育局推出多项举措保障学生身心健康：一是刚性保障学生每天在校综合体育活动时长不少于两小时，义务教育阶段学校每天1节体育课，推行课间15分钟，上、下午各安排不少于30分钟的阳光大课间；二是严肃课程实施纪律，严禁“阴阳课表”、挤占体育课，严禁课间“圈养”学生，对违规行为实行“一票否决”，将体育课开齐开足情况作为评价学校办学水平的刚性红线，建立健全常态化监督机制；三是构建市县校三级体育竞赛体系，实现“人人有项目、班班有队伍、月月有活动”；四是配齐配足体育师资，改善场地器材条件，补齐学生体质健康短板；强化家校社协同，定期开展学生体质健康监测，健全长效机制。

同时，市教育局要求各学校加快补齐体育工作短板，加强家校沟通，引导家长树立“健康第一”观念，支持孩子参加体育锻炼和户外活动。

市教育局有关负责人表示，“健康第一”教育理念是立德树人的前提基础，是“五育”并举的关键环节。各学校要坚决克服“唯分数”“唯升学”倾向，杜绝挤占体育课时、压缩活动时间等行为，让教育回归育人本真。

从“心”出发——温馨暖童年

“学生的心理健康和学习一样重要，都有助于孩子的成长，学校和家长要加强关注、不能忽视。”谈起学生的心理健康刘学刚表示。

今年春季新学期开始，闻喜县西街示范小学将启动心理健康护航行动，创设课程与活动体系，一是开设常态化课程，每班每两周1节心理健康课，低年级以“情绪小怪兽”“同伴交往”为主题，高年级聚焦“压力管理”“生命教育”。二是开展主题活动月，每年5月开展“5·25心理健康月”活动，举办心理绘画、团体游戏、“优点轰炸”班会、心理情景剧展演等活动。三是打造特色品牌，打造“暖阳心灵驿站”，开设“心灵树洞”信箱、24小时心理热线，开展“中医情志养生”特色心理辅导，引导学生调节情绪。同时，建立“校医+心理教师+班主任+家长+社区医生”联动机制，保障学生的健康安全。

心有阳光，行有力量。为帮助同学们在新学期更好地学习和生活，保持积极健康的心态，近日，夏县裴介中心校精心部署、扎实开展心理健康“开学第一课”系列活动，为全体学生的心理健康保驾护航。活动中，该校心理咨询室在班主任工作群发布《开学初学生心理健康排查及相关情况报备的通知》，提醒班主任老师重点关注学生返校后的情绪变化与心理适应情况，全面排查特殊体质学生，密切关注学生身心状态，做到早发现、早关注、早疏导，确保异常情况及时上报、妥善处理。与此同时，该校心理咨询室面向全体师生常态化开放，为有需要的师生提供专业、及时、温暖的心理支持与咨询服务，营造安全、包容、健康的校园心理氛围。

深化心理健康教育，守护心灵家园。新学期开始，我市教育系统将全面落实青少年心理健康教育专项行动，开齐开足心理健康课程，强化生命安全教育，建立心理动态监测机制，建强专业教师队伍，完善心理咨询室标准化建设，筑牢学生心理健康防线。

记者手记：从活力涌现的体育课堂到生机勃勃的校园大课间活动，从体育课程的保障到全方位健康的护航，我市各个学校的校园里充满着阳光，充满着活力，充满着蓬勃的朝气。各学校积极落实“健康第一”教育理念，成为我市教育系统开展健康学校建设的生动实践。健康学校建设的宗旨是将学校建设成为一个促进健康的有机生态体系。目前，学生近视、肥胖、心理问题成为影响学生健康成长的因素，为此，需要各级学校积极推进健康学校体系建设，要在体育和健康上“深度融合”，作好健康教育的大文章，将健康素养有机融入德智体美劳各方面，统筹加强学校体育、美育与劳动教育，将健康学校建设贯穿于教育教学、校园管理及后勤服务的全过程，为孩子们营造健康成长的环境，搭建健康成长的平台，促进学生在健康美丽的校园里快乐成长。

教育在线

“分粥智慧”中的法治启迪

——闻喜中学开展法治专题讲座小记

本报记者 李宏伟

“分粥，只有分粥者最后拿粥，才能有效地制约他来把粥分匀，否则吃亏的是他自己。透过传统故事‘分粥’，我们感到：简单的规矩里，藏着最深刻的智慧，合理的制度才能守护真正的公平……”

青春的道路上，如何辨别是与非的界限，如何在虚拟与现实的世界中行稳致远？一场以“分粥智慧”为引的法治讲座，为同学们点亮了心中的灯塔。近日，闻喜中学特邀资深法律专家走进校园，为学生们带来了一场主题为“分粥智慧与法治人生”的校园法治教育专题讲座，引起了师生的共鸣，在校园掀起学习法律知识的热潮。

此次法治教育讲座，该校邀请了来自闻喜县人民法院的许洁莹法官进行以案释法讲座。许洁莹是一名刑事审判方面的资深法官，有着丰富审判经验和深厚的法治理论。在讲座中，许洁莹用“分粥”这个经典故事，深入浅出地剖析了规则的真正价值。在以案释法中，围绕青少年身边的“法律红线”，许洁莹法官用一系列真实案例，将抽象的法律条文转化为同学们身边触手可及的警示：“哥们义气”的代价，为朋友“助威”拍摄打架视频，从录取通知书到取保候审决定书，助威、围观也可能构成共犯。“玩笑过界”的赔偿：抽走同学椅子致其受伤，一句“开玩笑”无法免责，仍需承担高额赔偿和行政处罚。“一时糊涂”的烙印：出借银行卡并配合刷脸用于犯罪活动，构成“帮信罪”，影响高考政审，前途受阻。

最后，针对突出的网络暴力问题，许洁莹法官特别解析了“人肉开盒”的法律后果。她指出，无论出于何种动机，曝光他人隐私信息都可能构成侵犯公民个人信息罪。即使未成年人，也需承担民事赔偿责任。许法官强调，网络暴力的背后往往是现实中的挫折，这更需要家校协同，引导孩子尊重边界、信仰法治。

该校有关负责人表示，许法官给同学们的这场讲座，以及有价值的法治名言警句，值得每一位同学铭记于心。希望孩子们都能从这场讲座中汲取智慧，将今天的所思所悟，内化为日常行为的准则，在人生的道路上，以法律为尺，守护好自己的美好青春与未来。

学生们在法官的故事分享中收获了做人的道理。（资料照片）

资讯

夏县教体局举行教师能力提升专项培训

本报讯 为进一步推动夏县教育优质均衡发展，破解校园管理与育人实践重难点问题，强化教育队伍核心能力建设，近日，夏县教体局召开教师能力提升专项培训会。

此次培训精准覆盖三类群体，包括学校领导干部管理能力提升培训、班主任履职能力提升培训和幼儿园教师保教能力提升培训，参训人员包含全县各公民办校园领导干部、中小学班主任及师训负责人、思政与心理健康教师、公办及民办幼儿园全体教师等。

为确保培训精准赋能、实效落地，本次培训特邀省内外深耕教育领域的名师专家授课，培训的课程设置均深入联系教育教学与校园管理实际问题，涵盖教育政策合规、校园安全防控、师德师风建设、班级生态构建、幼儿保教质量提升等核心内容，为参训人员带来知行合一的专业指导。

下一步，夏县教体系统将以此次专项培训为契机，推动全体参训人员学有所获、学有所悟、学以致用，切实把培训成果转化为干事创业的强大动力，以更过硬的本领、更务实的作风，奋力书写夏县教育高质量发展新篇章。

（焦 瑜）

平陆县教体局召开学前教育专题培训会

本报讯（记者 **李宏伟**）3月13日，平陆县教体局组织召开学前教育普及普惠专题培训会。会议解读了学前教育普及普惠工作的宏观政策与目标任务，明晰了职责分工。会议结合典型经验，对关键环节及注意事项进行了细致讲解。

会议要求，要强化责任担当，各部门要充分认识此项工作的重要意义，加强协作，形成合力；要抓好工作落实，各单位要学以致用，对标对表查找问题，建立台账，确保整改到位；要加强指导评估，县教体局要对全县各园的工作进行定期指导，对工作不力的单位及时督促，确保全县学前教育普及普惠工作各项任务落地见效、按期达标。

此次培训通过专家引领、政策解读与实操指导，有效深化了参会人员对评估指标的理解与把握，进一步校准了工作方向、明确了攻坚重点，为该县高标准通过学前教育普及普惠督导评估奠定了坚实基础。

永济市南街小学校举办第一届科技节活动

本报讯（记者 **李宏伟**）为深入推进素质教育，激发学生科学探索热情，近日，永济市南街小学校以“趣探科学奥秘，乐享科技魅力”为主题，举办第一届科技节“奇幻实验秀”活动。

活动现场，全校师生齐聚操场，在专业科学老师的带领下，沉浸式体验了一系列趣味十足的科学实验。液氮大炮实验中，白色雾气喷涌而出，直观展现低温物理与气体膨胀的神奇力量；火焰掌实验中，手掌燃起火焰却安然无恙，生动诠释燃烧条件与安全防护知识；马德堡半球实验中，学生亲身参与拉扯，深刻感受大气压强的强大威力；火箭直冲云霄，让力学与空气动力学知识变得鲜活可感；瓶子吹气球实验中，通过化学反应让气球自然膨胀，解锁基础化学奥秘。整场活动集趣味性、知识性与互动性于一体，孩子们在惊叹与欢呼中近距离感受科学魅力，在动手实践中播下探索创新的种子。

此次科技节不仅丰富了校园文化生活，还有效提升了学生的科学素养与实践能力，为学校科学教育工作注入新活力。该校将以此次活动为契机，持续深耕科学教育，搭建更多科普实践平台，助力学生成长为具备创新精神与科学素养的新时代少年。

校园采风

把课堂搬到非遗一线

——新绛中学2026年春季研学实践活动侧记

本报特约通讯员 卫世新 杨建义

3月16日清晨，姑射山下、汾水之滨的新绛县泽掌镇光村，青石板路还带着晨露，一群新绛中学的学生在这里就开始了一次特殊的研学活动。学生们漫步古巷，指尖轻触薛家大院，感知穿越时代的传统文化。“在这里触摸中华文明，体验农耕文明，感受非遗匠心，文化自豪感油然而生。”新绛中学2517班学生蔺梓涵感慨地说。

此次活动是新绛中学“觅古迹，观非遗，增自信，播种子”主题研学实践。200余名高一师生在学校负责人与年级主任的全程护航下，走进光村古民居、绛州澄泥砚研制基地、富荣文化园，开启一堂行走的“无墙课堂”。这场研学不是简单的观光打卡，而是百年名校践行“关注生命，和谐发展”办学理念、落实立德树人根本任务的生动实践。

访古村，寻根脉，让乡土文化扎根青春。光村作为中国历史文化名村，文脉可追溯至仰韶时期，一砖一瓦都藏着河东文明密码。师生漫步古建街巷，品读砖雕木雕的精巧技艺，感悟传统建筑的营造智慧。该校副校长安黛说：“古村不是静止的古迹，是活着的历史课本。”同学们在“安厥止”的处世哲理、孝廉方正的家风故事中，读懂乡土文化与家国情怀，让优秀传统文化走进心底。

观名砚，敬匠心，让非遗精神滋养成长。在绛州澄泥砚研制基地，国家级非遗代表性传承人蔺涛结合40年的制砚历程，为师生讲解这方“四大名砚中唯一陶砚”的传承与技艺。从汾河泥料，到数十道工序、千度窑火，普通泥土终成“坚如石、润如玉、击若钟”的文房重器。在木版年画体验区，同学们亲手拓印，在墨香中感受传统技艺魅力。学校向蔺涛赠送锦旗，其祖孙三代坚守传承的故事，让“择一事，终一生”的匠心精神深植学生心中。临行前，每名同学都收到了蔺涛亲笔签名的“通关文牒”，一枚枚印章，正是文化传承的小小印记。

览博物，明古今，让文明薪火代代相传。研学最后一站，师生走进富荣文化园。这座占地50亩、收藏十万余件河东老物件的博物馆，被誉为“凝固的河东记忆”。

校长薛宝良表示：“把学生从课堂带到非遗一线，就是要让他们感受脚下土地的厚重，感悟中华文明的精髓，激励大家学知识、传薪火、敢创新。新绛中学坚持文化育人，将研学实践融入教育全过程，让学生在行走中感悟文明，在体验中传承匠心。”

夕阳西下，返程途中，同学们手中的“通关文牒”印记满满。学生们在感悟中写道：“作为绛州后生，我们要讲好家乡故事，把先辈智慧发扬光大。”这场研学，是一次文化寻根，更是一次精神洗礼。千年文脉与青春力量相遇，必将激发出璀璨的青春火花，让更多的学子从千年文脉中汲取前进的力量，在文化的浸润中自信成长。

本版责编 李宏伟 校对 张俊瑛 美编 肖秉阳