新学期，校园体育都“浪浪山”起来了

秋风送爽，开学季如期而至。是谁哼着“浪浪山”跳绳？是谁跟着“AI老师”学跳远？又是谁费尽心思抢一门羽毛球课？在全国各地中小学，校园体育活动新意频出，很“潮”很欢乐。

“浪浪山”响彻体育课

在内蒙古鄂尔多斯市东胜区万佳小学，《我想离开浪浪山》的歌声飘荡在体育课堂上。

“这个暑假，电影《浪浪山小妖怪》火了，《我想离开浪浪山》这首歌也很受学生喜欢。我就根据它编了一套花式跳绳动作。”体育教师杨虎时常琢磨学生喜好。他的妻子郁小娜是学校舞蹈老师，两人还把蒙古舞和跳绳结合，创作了不少舞蹈节目。杨虎说，希望这些花样能让孩子们爱上跳绳。这对增强他们的协调性和体能都很有帮助。

在广西南宁市第三十八中学，抛绣球、高脚竞速、板鞋竞速等传统民族体育项目走进体育课。

在广东汕头，金平区私立广厦学校的课间操不再单调，在专业武术教练的指导下，学生做起了功夫扇操。该扇操把武术动作与扇舞韵律相融合，编排时充分考虑青少年的身心特点。“我们不仅想让课间操更有趣，提升学生身体素质，更希望学生在练习中培养专注、坚持、谦逊的品格，实现文化传承。”广厦学校体育教研组组长赵安荣说。

“AI老师”教你练跳远

在广西玉林兴业县第一实验小学，六年级学生谭锦湍站在AI体育设备大屏前，通过人脸识别和举手示意完成验证，开启个性化运动模式。系统即刻捕捉他的运动轨迹，计算成绩、评估动作质量，再实时播报结果。课后，他还收到一份运动报告和锻炼建议。

这是新学期学校引进的AI体育设备，可以指导学生进行立定跳远、跳绳、高抬腿练习、仰卧起坐等运动。

内蒙古准格尔旗实验中学不久前也引入“AI智慧运动系统”，能测试跑步、引体向上等9个项目。每个项目都有排行榜，谁能“霸屏”体育“风云榜”是孩子们津津乐道的话题。

“以前一个体育老师只能负责一个项目，现在可以把学生分成几组，让他们看指导视频自行练习，我们则用平板读取学生的运动数据。”学校体育老师张凯博感觉，教学更方便也更科学了。

AI正以多种形式深度融入校园体育生活。走进长春市南关区华泽学校，显示大屏上，吉林省校园运动平台正以电子地图的形式呈现学生运动状况，体育活动实时参与人数、平均运动时长、活动强度、运动类型等一目了然。相关设备通过摄像头、微震探测节点，采用震动、声音、图像多模态AI融合技术，对学生活动参数进行统计分析。该校副校长王雨介绍，“这为学校体育课程、大课间、课后服务的活动设置提供了数据支撑，我们可以更加科学合理地优化体育教学及相关活动。”

体育课学什么“我来定”

在江苏南京明道学校，初一新生一进校，就发现这里的体育课有点不一样。学校新学期进行了体育课改革，试行选课制。全年级300多名学生全部打散，根据各自兴趣选择课程，可选科目有足球、篮球、羽毛球、乒乓球、田径、啦啦操等。

校长张建波介绍，学校特别重视对孩子身体素质和体育精神的培养，每周二到周五的晨课时间都给了体育，体育节更是“按照奥运会标准办的”。

与大学和奥运“对标”的背后，是全社会对体育功能的认知逐渐深化。体育在青少年教育中的地位不断提升，催生体制机制创新。

今年秋季学期起，江苏全省小学全面施行每天1节体育课，初中试点每天1节体育课，到2026年秋季学期实现义务教育学校全覆盖。体育活动时间增多了，但不少学校面临师资、场地短缺等问题。

江苏省无锡市经济开发区教育局副局长钱柯介绍：“我们吸纳专职体育教师、外聘教师以及有专业运动背景的家长，以弥补师资缺口；同时加强对班主任、其他任课教师的体能、安全、体育技能等方面的培训。”

在北京，过去一年相继推出课间延长5分钟、广泛开展班级联赛等举措，取得积极成效。今年秋季学期，中小学校园体育活动和体育课程设置进一步完善。

北京第二实验小学的新学期从一场趣味运动会开始。“我们把教育智慧融入体育活动设计中，引导孩子通过运动发扬优势、补强短板。”校长芦咏莉说，“学校将持续通过班级联赛、课间微改革、社会场地共享等方式，构筑更立体的青少年健康促进体系，从而实现体育育人、全面发展的目标。”

据新华社

9月15日下午，郾城区太行山路小学举行了“青蓝工程”师徒结对活动，助力青年教师实现教学艺术、教学管理能力的全面提升。 孔晨薇 摄

9月18日下午，漯河二高组织高一全体共青团员到中州纪念馆开展爱国主义教育活动。 杨滕 摄

近日，市实验幼儿园大四班组织开展“特警进课堂”家长助教活动，增强幼儿自我保护意识，实现家园协同护平安。 贾婉霞 摄

9月17日上午，市红十字会与旺旺集团爱心捐赠仪式在郾城中学举行。仪式结束后，市三院医护人员开展义诊，并对师生进行应急救护培训。 李洁琼 摄

近日，郾城区实验幼儿园围绕“平安起点 快乐童年”主题开展了形式多样的安全教育周系列活动，有效增强了幼儿的安全意识。 胡冬 摄

教育监督热线

13303958277 13503959800

微信公众平台

◆政策信息
◆教育视窗
◆投诉建议
◆违规举报

教育快讯

郾城区

举办全国科普月健康讲座

9月16日下午，郾城区科协、区教育局联合主办的全国科普月系列活动——“关爱女教师健康·科普讲座进校园”讲座在许洼小学举办，百余名女教师在专家引导下学习健康知识。

市中心医院副院长、河南省首席科普专家付秀虹结合教师工作特点，从“久坐为何加重妇科病”“批改作业时如何护颈”等话题切入，围绕妇科、产科、生殖遗传及“两癌”筛查等内容，借助临床案例，用通俗易懂的语言讲解常见疾病预防与职场压力疏解。针对乳腺如何自检，她现场示范动作要领，让大家在轻松的氛围中学会自检方法。

市中心医院生殖中心副主任李俊峰以《更好的更年期》为题，用幽默的语言讲解更年期的表现与健康管理，帮助教师走出误区、科学应对。

互动环节，两位专家耐心答疑并提出个性化建议，同时留下电话、组建微信群，以便教师随时咨询。 侯慧君

漯河高中

开展主题法治教育

9月17日下午，漯河高中特邀市中级人民法院刑二庭庭长孟哲昱来到西校区，为高一年级全体新生上了一堂主题为“网络世界的行为边界”的法治教育课。师生以线上线下相结合的形式聆听讲座。

孟哲昱用生动的语言，围绕侮辱罪、诽谤罪、寻衅滋事罪，结合热点案例，剖析网络谣言的生成链条与危害，并引用判决要旨阐释法律条款，让学生真切感受“一键转发”可能给自身、他人乃至国家安全带来的负面影响。针对网络欺凌现象，孟哲昱分享了自我保护技巧与举报流程，告诉学生要拿起法律武器应对网络暴力。

通过此次讲座，学生纷纷表示，在今后的学习生活中会擦亮眼睛，坚决与一切违法犯罪行为划清界限，养成自觉守法、遇事找法、解决问题靠法的思维习惯。 张小乐

守护孩子口腔健康

召陵区实验小学幼儿园

本报讯（记者 李文姣）9月20日，召陵区实验小学幼儿园开展了一系列分龄化、游戏化的爱牙护牙活动，全面增强幼儿的口腔健康意识。

该幼儿园根据小、中、大班幼儿的年龄特点，设计了富有针对性的体验环节。小班幼儿通过照镜子观察牙齿、学唱刷牙儿歌，在游戏中初步学习护牙知识；中班幼儿两两合作，用放大镜互相观察牙齿，在探究中了解牙齿的功能；大班幼儿则通过绘制爱牙宣传画、扮演“小牙医”等活动，丰富护牙知识，增强责任感。同时，该校通过图片、视频等形式向家长展示活动过程，鼓励家庭延续爱牙教育，共同守护幼儿的口腔健康。

召陵区实验中学小学部（渭河路校区）

9月16日上午，召陵区实验中学小学部（渭河路校区）举办了爱牙护齿知识讲座，特邀召陵区人民医院口腔科医生杨柳担任主讲，旨在全面增强学生口腔健康意识，帮助孩子从小养成爱牙护齿的好习惯。

杨医生从学生熟悉的日常生活切入，用趣味小故事和生动鲜活的图片牢牢吸引在场学生的注意力。除了日常清洁外，她还特别强调了定期口腔检查的重要性，指出“预防远胜于治疗”，良好的习惯可有效预防龋齿和牙龈疾病。互动环节气氛热烈，孩子们争相举手提问，杨医生耐心解答，并肯定了大家积极思考的态度。 王沛

习作园地

一朵花儿的力量

■市实验小学六（4）班 于淇乐

看到世界上越来越多的人因为战乱而无家可归，我心里非常难受。恍惚间，我竟变成了一朵花，开在一片瓦砾旁。身旁，一个小男孩蜷缩成一团，额头的伤口渗着血，他却不敢哭出声，只用颤抖的小手紧紧捂住被砸伤的肩膀。

我只是一朵花，又能为他做什么？我暗暗使劲儿，把全部力气灌进花萼。花萼微微一颤率先松动，原本被花萼紧紧包裹的花苞仿佛从沉睡中苏醒，带着一丝羞涩裂开一道细缝。最外层的花瓣轻轻探出头来，慢慢向外舒展，如同展开的裙摆。内层花瓣紧随其后，一层叠着一层向外推，最终露出淡黄色的花蕊。花瓣的颜色由内向外逐渐变深，脉络中散发着淡淡的花香。

这时，小男孩抬起头，伸出颤抖的手，小心翼翼地抚摸着花瓣，生怕弄坏了。他手上的血迹沾染在花瓣上，我因此变得更加鲜艳。硝烟渐渐散去，阳光照在我和他的身上，也照进人们的心里。

我知道，一朵花的力量很小，可我已用尽全力告诉他：只要心里揣着希望，就能在裂缝里开出一片春天。

指导老师：何宁

教育时评

抵制网络烂梗 让青少年“好好说话”

近日，重庆一位初中班主任在社交平台发布了一则关于“抵制网络烂梗进校园”的视频，引发广泛关注。视频中，该班主任发现学生用“唐人”嘲笑同学，经查证发现该词已演变为影射唐氏综合征的侮辱性网络烂梗，随即在班内进行严肃批评和教育。视频走红后，其行为获得众多网友认可。

此前，《中国青年报》的一项调查显示，69%的受访者担心网络烂梗泛滥影响青少年“好好说话”，其中74.4%的受访家长尤为忧虑。超半数受访者认为，网络烂梗会导致青少年养成不文明的语言习惯。这段引发全网共鸣的视频恰似一面镜子，照见了网络烂梗入侵校园的严峻现实，更折射出其对青少年语言习惯与价值观念的深层侵蚀。

网络烂梗在青少年群体中的快速蔓延，与青少年在成长阶段的特殊心理和环境特征密切相关。数据显示，71.8%的青少年因触网频繁，易受网络热点裹挟；55.3%的青少年出于好奇心理，试图通过“特殊表达”彰显个性；46.1%的青少年则因群体压力盲目跟风。在“被动裹挟”与“主动模仿”的双重作用下，许多青少年对网络烂梗的危害性毫无察觉。用“唐人”影射唐氏综合征，不仅将疾病工具化为攻击手段，还违背基本道德准则。

令人忧心的是，网络烂梗对青少年语言能力的破坏是多维度、深层次的。语言是思维的载体。当青少年习惯用网络烂梗表达情绪，其逻辑思辨能力与同理心也会随之弱化——他们用疾病嘲讽他人时，看不到患者的痛苦；用低俗词汇交流时，意识不到对他人的冒犯。这种语言粗鄙化的背后，实为精神粗鄙化的隐性征兆。

今天的青少年是互联网原住民，简单粗暴地禁止网络用语既不现实也无必要，甚至可能适得其反，引发逆反心理。因此，抵制网络烂梗绝非“一刀切”禁止所有网络语言，而是要建立分层引导、多方共治的机制，让健康的语言生态滋养青少年成长。

学校应切实履行教育主体责任，成为语言文明的引路人。重庆这位班主任的做法值得借鉴——她没有简单粗暴地禁止，而是通过查阅词义、剖析危害，运用“人有三不笑”的传统文化理念引导学生理解语言使用的边界，最终使学生主动停止使用网络烂梗。这一做法具有示范意义。这启示我们，学校应将网络语言素养纳入教育体系，结合语文课堂引导青少年阅读经典，培养青少年做到“腹有诗书气自华”，从根源上增强对网络烂梗的免疫力。

互联网平台应切实履行社会责任，成为语言环境的净化者。网络烂梗的传播与平台对流量的过度追逐密不可分。有些平台为博取流量，甚至将低俗语言推上热搜榜单，而短视频、直播、游戏等领域成为网络烂梗的主要传播渠道。去年10月，中央网信办、教育部联合部署开展“清朗·规范网络语言文字使用”专项行动，重点整治歪曲音、形、义以及编造网络烂梗、滥用隐晦表达等突出问题。平台应主动发挥正向引领作用，对具有侮辱性质的网络烂梗加强审核过滤，优先推送健康网络用语，帮助青少年在使用网络语言时明确边界、守住底线，致力塑造有利于未成年人健康成长的网络环境和育人生态。

汉语承载着中华民族的文化基因，青少年则是这一基因的当代传承者。网络烂梗看似是语言层面的小事，实则关乎下一代的表达能力、审美素养与价值取向。唯有学校、家庭、社会、平台形成合力，共同为健康网络语言创造发展空间，才能帮助青少年摆脱词汇滥用和语言粗俗的困境。这不仅是对汉语规范性的维护，更是对青少年精神底色的滋养。

据《浙江教育报》

本版组稿：李永辉