

“每天一节体育课”太多了吗?

新华社深圳12月5日电(记者赵紫羽 王浩明)深圳市教育局日前印发《深圳市加强和改进学校体育工作的实施意见》,要求从2024年1月1日起,义务教育阶段学校每天开设一节体育课。

为何要给体育课时设立刚性约束?“每天一节体育课”会不会太多了?学生的校外运动时长又该如何保证?

为何给体育课时设立刚性规定?

近年来,从国家到地方出台多项政策,保证学生的校内和校外体育运动时间。教育部2021年出台的《关于进一步加强中小学生体质健康管理工作的通知》提到,着力保障学生每天校内、校外各1小时体育活动时间。《中华人民共和国体育法》第二十七条也明确规定,学校应当将在校内开展的学生课外体育活动纳入教学计划,与体育课教学内容相衔接,保障学生在校期间每天参加不少于一小时体育锻炼。

南京理工大学动商研究院院长王宗平说:“我国加强学校体育的政策体系已较为完备,但怎么把措施扎实落地到基层中、实际工作中,才是关键。因此,‘开齐开足体育课’仍需被反复提及。”

事实上,在学校的具体实践中,体育课被语数英等科目占用、老师拖堂或布置课间练习、学校没有足够运动空间……种种因素让很多学校难以满足学生充足的体育锻炼时间。

“如果不是每天都有体育课,学校很难保障学生每天一小时的体育活动。根据我们目前的统计,全国能做到每天一小时体育锻炼的学校不到60%。”中国教育科学研究院体育美育教育研究所所长吴键说。

因此,从政府层面出台意见,给予体育课时以刚性约束,更有利于保障中小学生在内体育活动的时

间。韩国也有类似做法,计划将一

年级和二年级学生全年体育课时长从目前的80小时逐步增加到144小时。

“每天一节体育课”多吗?

教育部发布的《义务教育课程方案和课程标准(2022年版)》规定,从2022年9月起,全国九年义务教育学校各年级均要开设“体育与健康”课,其占总课时比例10%—11%,仅次于语文、数学。

据了解,目前大部分地区义务教育阶段的体育课时为小学一二年级每周4节体育课,三年级至初三每周3节体育课。

深圳此番出台的规定,无疑是在此基础上更进一步保证了充足的体育课时。然而,该规定也引发了热议——“每天一节体育课”会不会太多了?

“这是一项很好的政策,尤其是对提高初中和高中生体质健康水平非常重要。但必须明确,体育课不是课程总学时的增量,而是在现有课时总量不变的基础上,代替原有的文化学科课程。”华南师范大学体育科学学院教授李培说。

对于小学和初中增加体育课时,受访家长和业内人士普遍表示支持。近年来,中小学生在久坐少动引发的健康问题备受关注。业内专家认为,开足体育课对中小学生的身心健康至关重要。

“孩子们体育锻炼时间不足,导致近视率、肥胖率越来越高,慢性病、心理疾病越来越多。”深圳市教育科学研究院体育研究员黄镇敏说。

业界专家普遍认为,体育运动能给孩子学习带来积极影响。深圳市福田区新沙小学校长陈志华说:“脑科学研究发现,运动是促进大脑发育、提高智力水平的最好途径。爱运动或习惯健身、每天活动量大的孩子,各方面能力表现都比较突出。”

黄镇敏表示,在国家“双减”政

策背景下,体育学科更可以发挥优势,提高学生的学习效率,“课间活动能够提高大脑供血的速度,学生活动几分钟再回到教室,他们的记忆力、专注力、思维能力会更好,更有利于进行下一节课的学习。”

深圳市民毛女士说:“作为家长,我觉得孩子每天能够有一个小时在室外挺好的,可以减少小朋友的近视率,但接下来的考验是老师等教学资源如何匹配到位。”

也有专家对体育教师配足配齐的问题提出了担忧。“需要注意的是,这个制度出台后,可能出现体育教师紧缺问题,因此如何解决体育教师配足配齐至关重要。”李培说。

校外运动时长如何保证?

“学生放了学后我就鞭长莫及了,怎么控制校外每天一小时的锻炼?”——不少基层教育工作者纷纷表示如何保障校外运动时长仍是问题。

深圳市出台的意见要求,义务教育阶段学校将开展体育活动作为课后服务的有效途径和重要载体。加强体育家庭作业设计,鼓励家庭制定学生课后和节假日体育锻炼计划。确保学生每天校内外体育锻炼各1小时。

吴键建议:“老师布置体育家庭作业时,要考虑到孩子们连续运动一个小时难度大。最好的办法是化整为零,通过学习间隙的微运动去完成。比如孩子晚上每学习45分钟,做10至20分钟的微运动,每晚有几个这样的微运动便可以达到一小时。”

他表示,微运动值得研究和推广,可以成为陪伴孩子终身的体育习惯。“不会打篮球,不会踢足球,不会打乒乓球、羽毛球,终身体育就难以实现了吗?其实,微运动就是终身体育。如果我们孩子未来能养成习惯,每坐一个小时就起身到户外做几分钟微运动,能够持续一辈子的话,这就是他的终身体育。”

成都国际乒联混合团体世界杯 中国队三战全胜顺利晋级

新华社成都12月5日电(记者陈地)5日,2023年成都国际乒联混合团体世界杯进入第二个比赛日,中国队以8:0和8:2分别战胜同组的中国香港队和波多黎各队,以三战全胜、小组第一的成绩顺利进入第二阶段比赛。

本次赛事是国际乒联首次举办混合团体世界杯赛,创新采用了区别于传统乒乓球比赛的赛制,为15局8胜制。当日中国队率先迎来中国香港队的挑战。王楚钦和孙颖莎的混双组合实力强劲、配合默契,直落三局为中国队取得3:0领先。首轮比赛并未登场的陈梦和樊振东本轮比赛分别出战女单和男单。面对朱成竹和黄镇廷两位实力不俗的对手,陈梦和樊振东表现稳定、状态出色,均轻取对手,最终中国队以8:0完胜。

当晚,中国队对阵波多黎各队。此前波多黎各队以8:7险胜中国香港队,其队中女选手阿德里安娜·迪亚兹世界排名第11位,实力不容小觑。中国队率先登场的依然是王楚钦和孙颖莎这对混双组合,实力明显

占优的他们全场比赛仅让对手得到7分,很快直落三局胜出。

在与迪亚兹的女单对决中,王曼昱在开局不利的情况下以12:10逆转拿下首局。第二局,迪亚兹多次打出高质量的攻防转换,以12:10扳回一城。第三局,王曼昱连续出现无谓失误,迪亚兹抓住机会以11:8胜出。不过,中国队仍以大比分4:2领先波多黎各队。

此后,本届比赛首次亮相的马龙并未受到队友丢分的影响,整体技术全面、攻防俱佳的他直落三局拿下男单比赛,女双组合孙颖莎和王艺迪也轻松赢下一局,中国队最终以8:2的总比分获胜。

“今天迪亚兹的状态的确十分出色。”王曼昱赛后说,“而我在节点上的一些无谓失误对整场比赛产生了影响,这是值得去总结的。”

当日比赛过后,本届比赛小组循环赛结束,进入第二阶段比赛的八支队伍也全部产生,分别是:中国、瑞典、德国、斯洛伐克、日本、法国、韩国和中国台北队。

象甲联赛季后赛开战 京冀联队携手上海队晋级

新华社重庆12月5日电 中国象棋协会消息,腾讯棋牌·天天象棋2023全国象棋男子甲级联赛“南天湖杯”季后赛5日在重庆丰都开赛。在当日进行的季后赛首轮比赛中,京冀联队、上海队分别击败各自对手晋级六强。

本赛季象甲历经河北遵化、湖南湘乡、绍兴柯桥三站,全国12支战队通过常规赛22轮征战夺8张季后赛门票。最终,四川队常规赛封王,深圳队夺得亚军,河南队获得季军,杭州队、京冀联队、广东队、厦门队、上海队位列第四至八名。

根据竞赛规程,季后赛中,八支战队将通过四轮交锋产生总冠军。四川队和深圳队作为常规赛冠、亚军直接进入半决赛,河南队与杭州队将从季后赛第二轮开始比赛,而剩余四支隊伍

将从季后赛第一轮开始闯关。季后赛前两轮采用一局制淘汰赛,半决赛和冠亚军决赛将进行两场一局制比赛,胜方晋级,败方淘汰。每场比赛都必须分出胜负,弈和加赛。

当日,京冀联队对阵厦门队,王禹博、孟繁睿两位“00后”小将率先获胜帮助京冀联队拿到赛点。王廓慢棋拿下蒋川帮助厦门队扳回一局,不过陆伟韬击败郑一泓为京冀联队一锤定音。

上海队在和广东队的交战中凭借谢靖和赵玮的连胜取得先机。随后张学潮加赛中强势获胜,帮助广东队赢回一局。关键之战中,蒋融冰慢棋击败莫梓健,帮助上海队晋级六强。

6日将进行季后赛第二轮比拼,河南队对阵上海队,王天一率领的杭州队将迎战京冀联队。

F1官宣: 2024年F1中国大奖赛将设冲刺赛

新华社上海12月5日电(记者许东远)5日,世界一级方程式锦标赛(F1)正式宣布,2024赛季将有六个分站举办冲刺赛,中国大奖赛位列其中。

据了解,2024赛季的六场冲刺赛将在中国、美国迈阿密、奥地利、美国奥斯汀、巴西和卡塔尔举行。其中,中国大奖赛和美国迈阿密大奖赛将首次举办冲刺赛,美国奥斯汀和卡塔尔将连

续第二年举办冲刺赛,奥地利和巴西则将迎来第三次。自2021年推出冲刺赛以来,这项赛制吸引了更多的观众,比赛也变得更具有吸引力,更多冲刺赛细节和潜在的赛制变化将陆续公布。

2024年4月19日至21日,恰逢F1中国站20周年。F1主席兼首席执行官多梅尼卡利表示十分期待明年的赛事,期待来年春暖花开上海见。



▲12月5日,中国队组合孙颖莎/王楚钦(左)在混双比赛中回球。他们以3比0战胜波多黎各队组合法比奥拉·迪亚兹/布赖恩·阿凡纳多尔。

►12月5日,中国队选手马龙在男单比赛中回球。他以3比0战胜波多黎各队选手纳兰霍。

当日,在成都举行的2023年国际乒联混合团体世界杯第一阶段比赛中,中国队以8比2战胜波多黎各队。

新华社记者 王曦 摄