

课间多出5分钟,孩子“撒欢”更从容

刘天放

晚报观察

近日,记者从北京市教委了解到,从今年秋季学期起,北京市义务教育学校将对课间安排做出整体统筹优化,原则上落实15分钟课间时长,提供更加从容的课间时间,引导师生走出教室、走向户外、走进阳光,享受更加健康活力的校园生活,促进学生身心健康发展。

(据8月31日《沧州晚报》4版)

课间时长从10分钟延长至15分钟,这条消息令人眼前一亮。据悉,课间休息时间优化调整后,小学阶段上午到校、下午放学和午休午餐时间保持不变;初中阶段除放学时间稍延后5分钟外,上午到校时间、午餐午休时间整体上保持不变。可见,课间多出5分钟,并没有影响到正常教学。

千万别小看这多出的5分钟,因为在传统的10分钟课间休息时间,孩子们想要休息好、玩得尽兴,总是感到时间不够,还没放开玩,就又听到了上课铃声。近期,有关“课间10分钟”的话题备受关注。“课间圈养”实属学校的“无奈之举”,主要是考虑



学生的课间安全。

以往,课间休息时基本是“放任自流”,孩子们有的上厕所、有的与旁边的同学交谈或仅坐在座位上发呆,基本没有达到“撒欢”目的。

2021年,教育部曾发布未成年人学校保护规定,针对课间10分钟被占用问题,提出相关规定,学校老师不可以限制学生自由活动的权利,明确要把课间10分钟还给学生,减轻学生学习压力,释放学生天性。不过,也传出了课间仅有10分钟休息时间确实不够的声音。

而北京市教委大胆实践,将课间休息的时长从10分钟延长至15分钟,这显然是一次有益

的探索,目的是丰富课间安排,保障学生快快乐乐玩起来。同时,还要求各学校在校内补充必要的体育器材,为学生创造更加适宜的课间休息环境,引导学生利用课间走出教室放松休息、有益社交、适量活动,为后续学习做好充分的身心准备。

让孩子们课间玩起来,增加5分钟休息时间其实并不难,除了采取保护性措施,还要在课间活动的内容上再费些心思。总之,课间多出5分钟,孩子“撒欢”更从容,其他地方可以结合自身实际“抄作业”,让孩子们的课间休息时间更多、休息质量更有保证,并以充沛的精力上好下一堂课。

回音壁

牛吃草时走失 自己“求助”民警

近日,湖北恩施板桥派出所民警正在值班,一头体型硕大的牛突然出现在窗外。民警调取沿途视频发现,牛吃草时离队走失。它穿过河道、绕过桥梁,竟一路“找到了”派出所。民警将牛的照片传至各个村进行询问,终于联系到了失主老周。老周将牛牵走,说:“它居然能‘找到’派出所‘报案’!”

据@北京新闻

回音:就差开口说话了!

朋友圈找的代驾 无证驾驶还酒驾

近日,南京的耿某喝酒后在朋友圈发帖找人帮忙开车。詹某看到后主动提供“代驾”服务,途中被查出酒驾。更荒唐的是,民警核查发现,詹某此前因醉驾被处理,目前驾驶证还处于被吊销状态。最终,民警对詹某多个违法行为合并处罚。

据@零距离

回音:让人哭笑不得!

画中话

“躺平”午休可以多些



近日,全国中小学陆续迎来2024年秋季新学期。为了营造更好的校园环境,多地学校对硬件设施进行了升级。新学期,江西吉安,浙江嘉兴、永康,河南漯河等地学校启动了“可躺式”课桌椅进校园,呵护孩子们的睡眠健康。

相对于午间趴睡,躺睡更有利于中小学生身心健康。让每一个孩子在学校里安安稳稳、舒舒服服躺睡午休,是教育的应有之义。

希望越来越多的学校启动“可躺式”课桌椅进校园。

据央视网

街谈巷议

“小过重罚”理应纠偏

陈广江

重庆一家幼儿园前园长王某因在2023年教师节前夕收受学生一盒价值6.16元的巧克力,被幼儿园开除。王某对此不服,将幼儿园告上法庭。法院一审认定幼儿园解除劳动合同的行为违法,应支付赔偿金。目前,二审已审结,维持原判。

执行制度应遵循“过罚相当”原则。园方直接解除劳动合同

的做法,过于草率。这种处理方式不仅损害了劳动者的合法权益,也会伤了其他教职工的心。教育是一项充满爱的事业,如果幼儿园管理者都不懂得关爱教职工,家长能放心地把孩子送来吗?

法院的判决,是对“小过重罚”的一次纠偏,也是对“小题大做”式管理方式的一记警钟。

拿生命博流量该休矣

张立美

近日,机车网红“三毛子”账号更新视频称,博主发生车祸去世,年仅28岁。消息一经发布,引发广泛关注。

近年来,已有多位机车网红因车祸离世。

为了博人眼球,一些“机车网红”无视道路交通安全,一味追求速度与激情,超速行驶,漂移压弯,双手脱把,翘头炫技;改装摩托车,不戴护具、头盔;边骑车边自拍,在机动车道“见缝插针”行驶……

文明守法是不可逾越的底线。交警部门要强化监管,提高“机车网红”违规驾驶成本。短视频平台应加强内容审核,对危险驾驶行为的短视频封禁账号、取消营利权限。

道路千万条,安全第一条。只要在公共道路上驾驶摩托车,就必须严格遵守交通规则,“机车网红”不能拿生命博流量。

商家直销 产地发货

解锁诗意生活 这两款茶你一定不能错过

“黄金芽,口感好,茶味细腻,特别好喝!”“这是一款能喝得住的茶叶!”“暖香这茶,味道浓厚,层次感强,非常好喝!”“暖香太好喝了,越放越好喝!”黄金芽,一款滇红工艺制作的古树红茶;暖香,越放越好喝的熟茶。这两款茶一经上市,就得到了市民的认可。

黄金芽,商家直销,原产地直发。其选用云南景谷地区老树大白茶,采摘单芽,经滇红工艺精制而成,外观芽头肥壮,色泽金黄,做工精良。

黄金芽喝后温和暖胃,暖而不燥,含有多钟氨基酸,有益于人体健康。如果茶友的身体素质差,或者亚健康,缺乏氨基酸、蛋白质等,可以多喝黄金芽。

冲泡黄金芽时,以90摄氏度的水为宜,沸水会稍有涩感,过低则无法充分表现。紫

砂、盖碗皆可,可泡二十几泡。前几泡1至3秒出汤,后面可适当增加出汤时间,适当提高水温。投茶量比生茶要低,110克标准盖碗5克左右。

黄金芽的口感,清爽细腻、绵柔顺滑、甘甜持久、茶香清新优雅。读者有机会,可以试试黄金芽,真的好喝。

暖香,它选用云南永德地区老树春茶为原料,经过精制熟茶工艺制成,口感醇厚饱满,坚果香、花果香、菌香、糖香会细腻及综合地呈现。

一般而言,好的熟茶应该满足三个大的原则:



首先,要干净。这不光是食品卫生上的干净,更是食品安全上的干净。要满足后者,原料上要控,选择的都是古树老树原料。

其次,要有好的香气和口感。这不是熟茶的特别要求,而是所有好茶的共同要求。我们必须坚持这个要求,这也是古树的特质所在。

再次,要醇、要暖。这是好熟茶的根基所在。古树做生茶,有太多优势和转

化空间,我们之所以喝熟茶,就是要茶给我们这种温暖醇厚。醇厚要求发酵适度,且不能有任何杂味,暖则对原料有更高的要求。

冲泡用95摄氏度的水即可,紫砂、盖碗皆可。投茶量,建议适当加大,这样会让我们更加充分地体验醇厚与温暖。因为加大了投茶量,就必须及时出汤,前几泡即泡即出,后面可适当增加出汤时间,适当提高水温。

暖香喝后温润暖胃,身体慢慢发热,常喝茶的读者,会有后背发热通畅、手脚热胀的感觉。

黄金芽1两/袋,每袋88元;暖香2两/袋,每袋88元,欢迎到店选购。

购买地址:沧州市运河区浮阳南大道新闻大厦门口北第三个门市沧州日报社·全媒体融合发展交流中心(乘坐1路、29路、158路公交车即到)
购买热线:18931777908 19933419614