

天气渐暖，到户外活动的人逐渐多了起来，其中不少是刚刚开学的小学生，他们相约——

放下手机 组团锻炼

本报记者 孙亮 摄影报道

日前，我市教育局出台措施，中小学课间从10分钟延长至15分钟，旨在引导学生走出教室，增强体质。这则消息引起了很多家长的关注。

如今，中考的体育项目对孩子们的体质提出了更高的要求。家长纷纷鼓励孩子放下电子产品，多到户外参与活动。记者了解到，随着天气转暖，很多孩子或报班，或组团，活跃在户外的运动场上。

户外运动班火爆

2月15日一早，市民孙先生带着读小学的儿子和女儿，来到了沧州体育场内的一处运动场。不一会儿，十几名孩子陆续到达。随后，孩子们在专业教练的带领下，进行充分的热身准备，然后换上装备开始练习轮滑。教练的大声指导、孩子的积极呼应、家长的击掌鼓励，场地内的气氛十分热烈。一圈又一圈的追逐中，早晨的寒气很快散去。

“我们从农历正月初八开始就来这里锻炼了，开始孩子犯懒不愿意，锻炼了几次就适应了，现在积极性还挺高的。”孙先生告诉记者，去年夏天，他给两个孩子报了轮滑班，当时练习了一个多月，前一段时间得知寒假又有练习班就又报了名。孩子们到



参加户外锻炼的孩子越来越多

户外锻炼总比在家里看手机、平板好，还能磨炼意志。

在旁边的两处网球场地上，七八名孩子在两位教练的指导下练习挥拍和步伐。几个回合的练习下来，孩子们的额头上渗出了汗珠。利用补水时间简单总结后，几名孩子开始分组对抗。“我年前给女儿报了个网球班，她很感兴趣，还和同来锻炼的两个小姑娘成了好朋友。”市民王女士说，女儿平时不爱活动，这个网球班

倒是激发了她运动的兴趣，现在每个周末她们都会来“打卡”。

组团活动热度高

小徐和小夏是一对好闺蜜，她们从小学就是同班同学，如今又同在一所中学读初一。寒假期间，她们做了一个决定，周末两天的早上都要来沧州市西体育场跑步一小时。文化课成绩很优

秀的她们不想在两年后的中考体育中落后，所以立志提前备战。2月16日上午，小徐和小夏如约来到运动场，简单活动后开始跑圈。“昨天爸爸告诉我，今年的中考抽考项目确定为50米跑，这个项目对我来说压力挺大的。”小夏告诉记者，不管抽到哪个项目，都要有充沛的体力，临阵磨枪肯定不行。

在同一片场地上，市民刘先生正带着儿子和另外三个孩子

踢足球。刘先生说，他是个足球爱好者，平时很喜欢运动。这几个孩子都是一个小区的，平时喜欢在一起踢足球。在征得这几个孩子家长的同意后，刘先生利用周末时间带着几个孩子来锻炼。“孩子平时写完作业就想看手机，现在喜欢上踢足球后，想不起来这回事了。”刘先生说，只要孩子们喜欢，他这个业余教练一定会坚持下去。

锻炼意识在提高

记者走访了解到，中小学开学后，很多孩子都利用放学或周末时间，开始了不同项目的体育锻炼。家长们对孩子的户外锻炼大多持支持态度，有的给孩子报名体育班，有的则亲自上阵进行陪练。

对于组团锻炼火爆的现象，在我市一所小学任体育老师的王东表示，家长对增强孩子们体育锻炼的意识在不断提高，主要有三个方面的原因，一是教育部门对学生的体育锻炼越来越重视，相关政策提醒了家长要积极配合；二是很多孩子沉迷于电子产品，而体育锻炼则在很大程度上转移了他们的注意力；三是来自中考体育项目的压力，让很多家长意识到体育锻炼的重要性，大家都不想在这个科目上丢分，所以让孩子们早点“动起来”十分关键。

“速干中性笔”竟是刀子，看上去美味诱人的食品其实是“捏捏乐”、橡皮——

文具玩具善“伪装” 误触误食有危险

本报记者 刘冰祎 摄影报道

前几天，市民李女士随手从女儿的笔筒里拿出一根“按动中性笔”，结果里面的“笔芯”竟是一把刀，不仅把她用来填写材料的纸张划破了，还险些弄伤她的手指。新学期开始了，不少学生购买了新文具。不过，一些文具、玩具“伪装”成了其他商品的模样，虽然增加了趣味性，但存在误触、误食的危险，不免令家长担忧。

“笔”里藏刀

开学前，李女士的女儿将一张需要签字的材料交给她。李女士随手从女儿的笔筒中拿出一根“中性笔”，按出“笔芯”后就在签字处填写起来。结果她刚写了一笔，纸上没出现字迹，反而划出了一道口子。

李女士有点疑惑，用手蹭了一下“笔尖”，感觉被扎了一下。她这才注意到，这根笔的“笔头”银光闪闪，“笔芯”是一把小小的刻刀。“还好我刚刚没使劲儿，不然手指就被划破了。”说起这事儿她挺后怕。

李女士仔细看了看这根“笔”，发现它不仅外观跟普通中性笔一模一样，就连“笔杆”上都



“速干中性笔”竟是刀子

写着“按动中性笔”“速干”等字样，没有与“刀”相关的标志。李女士的女儿为了方便做手帐，花1元钱网购了这根刻刀笔。得益于笔的外观，刻刀用起来挺顺手，但没想到差点“闯祸”。

无奈之下，李女士只能重新打印了一份材料签上了名字。至于那根刻刀笔，她则让女儿仔细放好，千万不要再在笔筒里“鱼目混珠”了。

“美味”的文具玩具

“现在的文具、玩具太会‘伪装’了，有时连我们这些大人都看不出来。”说起样式各异的新文具，市民刘女士不禁感叹。

刘女士的女儿正上小学二年级，最爱玩的就是“捏捏乐”。饺子、包子、面条、寿司……这些

顶着食品外观的胶类玩具让孩子爱不释手。“有一次，她弟弟随手抓起一个‘饺子’放在嘴里吃。等我们发现的时候，那个‘饺子’都被嚼碎了，吓得我赶紧把那些‘包子’‘饺子’捏捏乐给扔了。”刘女士说。

近日，记者走访市区一些商店发现，不少店都会售卖一些“捏捏乐”“泡泡水”等玩具，这些玩具的外观样式酷似真实的零食、饮料，只不过是“迷你版”，不仔细看商品说明的话，很容易与食品混淆。一些橡皮也被做成饼干、蛋糕、糖果的样子，受到不少小学生欢迎。

“这个很好玩，特别解压。”在一家文具店里，几名小学生正兴致勃勃地挑选“捏捏乐”，在几种“菜品”中进行挑选。记者注意到，店内售卖的食品外观的文具、玩具的说明上面，虽然都有警示提醒，标明这个商品不是食品，不能食用，但如果拆开包装，里面的文具、玩具外观上则没有提醒标志。

谨慎挑选避免误食

“现在的新玩具、文具样式太多了。我年纪大了，眼神也不

好，有时也分不清这些东西到底是什么，担心孙子不小心吃了不该吃的东西。”市民代先生有些担忧。

像代先生一样，不少家长都对这些善于“伪装”的文具、玩具有些担忧。一方面，他们担心文具外观趣味性太强，大于实际功能，容易分散孩子的注意力，另一方面，家长也会担心一些文具的样式过于花哨，让人难以辨认，稍不注意就有误触、误食的危险。

对此，沧州市车站小学副校长翁增光表示，孩子们正处于成长阶段，对事物的认知和判断还不成熟，家长平时应警惕“伪装”成其他产品的文具和玩具，引导孩子选择正规渠道和有质量保障的产品，仔细甄别外观像食品、日用品的物品。

“拥有奇特造型的文具、玩具很容易受到孩子们的喜爱。不过，一味强调趣味性，往往容易让人忽略其品质和可能存在的风险。”翁增光建议，家长应多与孩子沟通，告知他们这些文具、玩具的潜在风险，引导他们正确使用。家长发现孩子接触危险物品时，要及时制止，但不要过于生硬，要在讲清楚利害关系的同时，守护孩子安全成长。