

# 今春全面实施! 我省中小小学生每天体育活动不低于2小时

**本报讯** 日前,教育厅印发了《关于确保中小小学生每天综合体育活动时间不低于两小时的通知》(以下简称《通知》)。《通知》要求,2025年春季学期开学后,我省将全面实施“中小小学生每天综合体育活动时间不低于2小时”,并接受师生、家长和社会的监督。教育厅和各市(州)教育主管部门设立的监督举报电话也一并向社会公布。

据了解,“2小时”包括体育课、课间活动、课后服务、校外体育活动四个方面。四川中小小学生需每天安排1节体育课、1个大课间活动,并参加1次体育锻炼的课后服务;当天没有体育课的高中生,学校要于课后统筹安排该部分学生参加不低于1小时的体育锻炼,以确保每天体育活动时间长不低于2小时。

对于寄宿制学生,需保证其每天在校内的体育活动时间长不低于2小

时,而对于走读或不参加课后服务的学生,应通过开展校外体育活动或完成体育家庭作业的方式,保障其体育活动时间同样不低于2小时。

《通知》明确,四川义务教育阶段学校每天1节体育课、高中阶段学校每周3节体育课,严禁其他学科及活动以任何理由挤占体育课时。要大胆探索,创新管理,可实施体育专业教师结对指导兼职教师(如1带2、1带3等)、“走班制”、学生数较少的2至3个班级共上一堂体育课等模式,以灵活应对体育教师资源不足的情况。体育兼职教师可借助信息化辅助手段,重点组织学生开展体能训练。担任文化学科的兼职体育教师,原则上不兼任本班的体育课程教学。

课间休息时,应督促学生离开教室,进行远眺或自由活动。大课间及课外锻炼时段,激励学生多奔跑、多运

动、多见阳光、呼吸新鲜空气。要坚决杜绝表演式运动,保证学生锻炼达到应有强度,全面培育积极心理品质。要充分利用校内现有的体育活动场地,并合理开发“金边银角”区域拓展活动空间。要加强家校社合作,用好公共体育场地(馆)。各地各校可统一安排周末或寒暑假体育家庭作业,鼓励和引导家长陪同学生共同参与体育锻炼。

各地各校应扩大体育教师队伍增量,优先招聘体育专职教师,统筹紧缺学科教师支教支持计划,吸引优秀退役运动员担任学校体育教练员。加强体育兼职教师(教练员)培训,鼓励培训后转岗为专职体育教师。各有关高校应加大体育教育专业人才培养力度,与市(州)结对的高校,应通过派遣体育教育专业学生支教、实习实训等方式,扩大支教帮扶力度。

此外,各地各校要确保每所学校每

学年至少举办1次综合运动会,优先开展三大球项目;每位学生每学年至少参加1项(次)校级及以上的体育项目;广泛组织班级、校际、学区(集团)等联赛,鼓励开展主客场比赛;围绕贡嘎杯品牌赛事,广泛开展“班-校-县-市-省”预选赛总决赛;校园足球特色学校等发挥示范引领作用,每年必须开展班级联赛。

为确保校园体育安全稳定,各地各校要坚持以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导,明确教练员、运动员及所有从业人员的行为规范。坚决贯彻“零容忍”原则,严厉打击校园体育竞赛搞勾兑、打假球、吹黑哨、服用兴奋剂等违规违纪行为。加强安全教育,制定详尽的体育安全风险评估预案,大型体育竞赛活动要落实“四不开赛”原则,即领队、医生、救护车、AED不到位不开赛。(本报记者 董沙沙)



## 南充市 爱心学子争做追“锋”少年

**本报讯** 为弘扬中华民族扶弱济贫的传统美德,培养青少年与人为善、助人为乐的美好品质,近日,南充市民政局、南充市未成年人保护中心、高坪区未成年人保护中心以及南充鸢尾花社会工作服务中心、四川省南充高级中学嘉陵校区联合开展“争做新雷锋,我们手拉手”活动。

此次活动得到了四川省南充高级学嘉陵校区初2024级13班爱心学子的热烈响应,他们在社工的带领下,组成慰问队伍,帮助28名同龄人完成新年“微心愿”,以实际行动践行和传承雷锋精神,传递了社会的温暖与关爱。(唐明平)

## 安州区 推进教师管理体制改革

近年来,绵阳市安州区教育和体育局通过整合资源、优化配置、规范管理、激励机制,深化推进全区教师管理体制改革,不断提升教师队伍建设水平。

整合资源。在2021年安州区教师进修学校和区教育研究室功能性整合基础上,积极争取编制政策支持;2024年12月,按照精简、统一、效能原则,整合区教师进修学校、区教育研究室和区农民教师培训学校全部职责及区教育电教仪器站部分职责,设立区教育研究与发展中心,完全实现了培训、教研机构实质性整合,为全区教师成长和教育发展注入新动力。

优化配置。为均衡义务教育师资配备,安州区加大师资调配力度,通过城区学校面向区内公开考调教师、城区学校教师向新建调元小学分流、撤并学校教师分流、一般乡镇学校之间教师调配等举措,共调配义务教育教师247名,有效化解了教师短缺编

制矛盾,促进了城乡师资均衡;以“工作室”为载体,建好高层次人才孵化器,全区共建成各类“工作室”35个,充分发挥全区优秀教育人才在教师培训中的作用,充分发挥其在高层次教育人才建设中的孵化器作用。

规范管理。2024年,针对安州区当前师资配备的实际困难,区政府同意招聘员额教师96名,提升该区义务教育师资配备水平;对员额教师实行聘用合同管理,按时进行考核,一体纳入在职教师培训,确保员额教师专业水平和履职到位。

激励机制。安州区建立教体系统领导干部能上能下机制,选优配强学校领导班子,2024年共交流校级干部8位、提任校级干部8位,实现了干部良性互动;创新管理干部培训,对新晋干部进行管理能力提升专项培训;组织校级干部到成都围绕义务教育优质均衡达标建设等主题进行管理能力提升培训。(张义兵)

### 图片新闻

## 备教材 迎开学



春季开学在即,四川新华文轩内江市东兴分公司组织人员全力投入中小学教材和教辅资料的接收、调运、清点、分发、配送工作,为开学做好准备,确保学生按时用上新教材。

(本报通讯员 兰自涛 摄影报道)

## 我心中的科学家精神

三等奖作品

### 科学星河中的不朽丰碑

● 成都市盐道街小学卓锦分校 肖茹馨

在科学的浩瀚星空中,著名核物理学家赵忠尧好似一颗耀眼的明星,他的光芒照亮了中国近现代科学发展的道路。

1937年7月7日,“七七事变”爆发,北平战火纷飞。当时,赵忠尧在清华大学物理系任教,他手中保管着对中国科技发展意义非凡的50毫克镭。国难当前,他毫不犹豫地选择了一条充满荆棘与危险的道路——伪装成乞丐将镭转移。

转移时他身着破旧不堪、散发着酸臭味的衣衫,脸上涂满污垢,头发如鸟巢,全然一副流浪汉模样。在那混乱的街头巷尾,他怀揣着装有镭的铅筒,小心翼翼地穿梭在日军的封锁与搜查之中。镭的强烈放射性侵蚀着他没有任何防护设施的身体,尤其是他的胸部,犹如被烈火持续灼烧,每一次呼吸、每一步挪动都伴随着剧痛。但他的目光始终坚定地望向前方,并告诉自己困难只是暂时

的最终经过一个多月的长途跋涉,衣衫褴褛的他终于找到了清华大学在长沙的临时学校。当赵忠尧在学校门口出现时,门卫误以为他是乞丐,直到赵忠尧见到了清华大学校长梅贻琦,梅校长得知这竟然是赵忠尧时,不禁泪湿衣襟。

后来,赵忠尧又辗转于云南大学、西南联合大学和中央大学任教,培育出邓稼先、钱三强等众多科学家,为我国核武器事业发展奠定了坚实的人才基础。

赵忠尧用自己的亲身经历,生动诠释了科学家精神的深刻内涵。他在科研探索时无畏艰难,在保护镭时不惧牺牲,在培育人才时不遗余力。他的爱国情怀如同一股不干涸的清泉,滋养着一代又一代中华儿女的心灵。我们新一代小学生,应该向赵忠尧学习,学习他的爱国精神,为实现中华民族伟大复兴的中国梦而努力奋斗。

### 我最崇拜的人

● 成都市七中育才附属小学银杏分校 吴芷然

我最崇拜的人,不是古人,也不是偶像明星;我最崇拜的人,他一生都在为中国核事业做贡献,他拥有一个世界都为之震撼的名字——邓稼先。

我是在一次学校组织的活动上,听闻他的名字的。回家后,我详细了解了他的生平事迹,从此他的名字便深深铭记在我心中。

年轻的邓稼先有一颗渴望求知的心,曾辗转多地求学,后留学美国,只用了一年零一个月的时间,便修满了学分,获得博士学位时仅26岁,被称为“娃娃博士”。1950年,获得博士学位9天的他,毫不犹豫地放弃了继续深造的机会和国外优厚的待遇,毅然踏上归国的轮船,迫不及待地投入祖国的怀抱。

1958年,当国家需要他来领导核事业研究,且必须隐姓埋名、不再发表学术论文、不再公开做报告,不能出国,甚至不能告诉家人去向时,他没有一刻迟疑,带着同样被祖国寄予厚望的同事们,从此离乡背井,在新疆罗布泊沙漠开始了中国第一颗原子弹的研究。

1962年,邓稼先领导起草了中国第一颗原子弹的理论方案,并参与指

导核试验前的爆轰模拟试验。他经常深入实验现场,与实验人员研讨实验方案和测试结果,指导理论部工作人员做好实验预估和结果分析。

1964年10月16日15点整,在罗布泊核试验场,惊天动地的巨响伴随强烈的闪光,蘑菇云冲天而起,中国第一颗原子弹爆炸成功!来不及庆功和休整,邓稼先又全身心投入氢弹的研究中,仅仅三年之后,1967年6月17日,中国第一颗氢弹爆炸成功。

邓稼先带领科研团队,攻克了一个又一个核试验难题,他的一生都奉献给了中国核事业。在生命的尽头,他还强忍着病痛,坚持在病床上工作……

看完这些故事,我默默地合上了书。不仅是邓稼先,还有许许多多像他一样的中国科学家,为了祖国的繁荣富强,把自己上交给国家,在科研探索中砥砺前行。经过时代的发展、科学的进步,我们的祖国日益强大。我们作为新一代小学生,要学习和传承老一辈科学家自信、自立、自强、自尊的精神品质,好好学习,志存高远,在新时代新征程中贡献自己的一份力量!

### 追求真理 永不停歇

● 成都市盐道街小学 吴霞玮

现代都市的一隅,我,一名小学生,因意外触碰了一本尘封的古籍,被一阵耀眼的光芒吞噬,醒来时,已身处17世纪的意大利。

既来之,则安之。于是,我乘着皎洁的月光,怀揣着对偶像的仰慕,踏上了寻找近代科学之父——伽利略的旅程。

不经意间,我突然发现,一间阁楼里,有一位白发苍苍的老人,正在摆弄着天文望远镜。我欣喜若狂地对他说:“伽利略!我终于找到你了!”

伽利略缓缓侧过身来,目光锐利却又不失温和,他对我说:“年轻人,你是什么人?来自何方?我感受到了你身上的气息不同寻常!”

“我叫霞霞,来自二十一世纪的成都。”我深吸一口气,尽量让自己保持冷静,随后又说道,我能问你一个问题吗?

得到默许后,我问出了那个深藏在心的问题:“当时,人们都对亚里士多德的理论深信不疑,是什么力量让你坚信自己是正确的?你自己产生过怀疑吗?”

“因为对科学的信仰和自身做过的大量实验,让我坚信自己是正确的。”伽利略说,“我进行了大量的实验,在不同的场景,用不同的高度,来证明质量大的铁球和质量小的铁球从高处落下时会同时落地。”

交谈过后,我和伽利略一同仰望星空,他指着璀璨的星辰,向我诉说宇宙的奥秘。他感叹道:“无论时代如何变迁,对真理的追求永远不应停歇。”

随着一道光芒再次闪耀天际,我又回到了现代都市,但伽利略“追求真理永不停歇”的话语却一直回响在我耳畔,久久不能忘记。

### 严谨心,爱国情

● 成都市七中育才附属小学银杏分校 岳羽桐

去年10月30日,酒泉卫星发射中心载人航天发射场,神舟十九号载人飞船成功发射,将三名航天员送上太空。爸爸告诉我,20多年前,我国载人航天计划中的第一艘无人实验飞船也从这里升空,并实现了天地往返一天的重大突破。爸爸的话让我不禁想起了中国载人航天奠基人——钱学森。

钱学森爷爷从小便展现出了对科学的浓厚兴趣,年轻时还远赴美国求学,并通过自己的不懈努力,在航天领域取得了显著成就。新中国成立后,他心系祖国,克服重重困难,决定将自己的研究献给祖国的航天事业。他曾说:“我的事业在中国,我的成就在中国,我的归宿在中国。”回国后,他最先为中国火箭导弹技术的发展提出了极为重要的实施方案,并长期担任中国火箭导弹和航天事业的技术领导职务,为实施中国国防尖端技术的新突破建立

了卓越功勋。

钱学森爷爷还开创了工程控制论、物理力学两门新兴学科,为人类科学事业的发展做出了重要贡献。他潜心研究的工程控制论、系统工程理论,广泛应用于军事、农业、林业乃至社会经济各个领域的实践活动中,在中国现代化建设中发挥了重要作用。

钱学森爷爷取得的成就,和他“做事严谨、做人严格”的精神品质是分不开的,他曾在黑板上给学生写下“严谨!严肃!严格!严密!”几个大字,这是他对自己和学生的要求。

当我了解了钱学森爷爷的事迹后,我顿时对他肃然起敬。他爱国敬业、做事严谨、淡泊名利,这难道不是我们当代青少年儿童应该学习和传承的宝贵品质吗?虽然我只是一名小学生,但在以后的学习生活中,我将以钱学森爷爷为榜样,勤奋学习,掌握本领,争取在自己擅长的领域里发光发热。

### 杨允奎的奋斗故事

● 成都市盐道街小学得胜分校 张曼歆

杨允奎是我国著名的农业科学家,他一生致力于农业科学研究,特别是玉米育种改良。他不仅在理论上有着深厚的研究,还将学术成果运用在农业生产中,使四川粮食产量大幅提升。

杨允奎从小目睹农村的贫困,深刻体会到农民的艰辛。为帮助农民改变生活状况,他放弃学医,选择投身农业。后期通过大量的实地考察,以及结合四川的气候条件和农民的生产需求,培育出适合当地种植的优良玉米品种,极大地推动了粮食生产。

全面抗战时期,以杨允奎等为代表的农业科研人员殚精竭虑开展农业科研攻关,以教民稼穡之术换来四川粮食增产,使四川

粮食输出居全国之首,为抗战胜利提供了最坚实的后盾。

杨允奎不仅提出了玉米品种改良的具体目标,还通过杂交、杂交技术,成功培育出多个优良品种。这些品种对四川农业发展产生了深远影响。他强调科研的实用性,推广适合农民的技术,帮助他们实现增产增收。此外,他在田间地头开展研究,引进并改良国外品种,培育出适合四川的玉米新品种,并在国内率先研究玉米雄性不育特性,为中国玉米育种开辟了新局面。

杨允奎用一生诠释了科学家精神:爱国奉献、扎根实践、锐意创新。他的故事激励我们,将科学知识用于实践,勇敢肩负起社会的责任。

### 闪耀的科学巨匠——达·芬奇

● 四川师大附中外国语学校 姚晨曦

当我们翻开历史长卷,达·芬奇的名字如同一颗璀璨的明珠,闪耀着无尽的光芒。这位伟大的艺术家和科学家,完美地诠释了什么是真正的探索精神和创造能力。

达·芬奇对知识的渴望如熊熊烈火,永无止境。他涉足多个领域,绘画、雕塑、建筑、科学……仿佛没有什么能阻挡他探索的脚步。在绘画方面,他的《蒙娜丽莎》那神秘的微笑,《最后的晚餐》中人物生动的表情和姿态,至今仍令世人惊叹不已。他以细腻的笔触和独特的视角,将人物刻画得栩栩如生,展现了他对艺术的执着追求和精湛技艺。

达·芬奇还喜欢研究人体结构、动

物形态、植物生长,并绘制了大量精确的解剖图和自然草图。他试图理解自然的奥秘,提出了许多超前的科学理论,甚至构想出了飞行器、潜水艇等发明。虽然在当时的技术条件下无法实现,但这些构想却展现了他超越时代的想象力和创造力。

在我们的学习和生活中,我们也应该像达·芬奇一样,保持好奇心,勇于探索未知。面对困难和挑战,绝不能逃避退缩,直到寻找到的新的方法和途径。

让我们以达·芬奇为榜样,在这个充满机遇和挑战的时代,努力学习,不断进步,在自己的人生道路上绽放出属于自己的光彩。