

反转：“我的体育是数学老师教的！”

——学校体育改革调研之一

□新华社记者 许仕豪 丁文娟 周畅

每天一节体育课，老师从哪来？

体育活动多了，师资很容易出现缺口。在龙子湖区龙子湖实验学校，许多平时就是“运动达人”的文化课老师开始了教体育的奇妙之旅。

此外，每逢大课间，班主任和跟班老师走下讲台，走到孩子们中间一起跑步、跳绳。学生们倍感新鲜的同时，也跑得更起劲儿了。

“校长、班主任带头锻炼，鼓励全员参与，这也促进了教职工身心健康。”校长史威笑称，“我常说，这是‘拿公家的时间锻炼自己的身体’。”

“带薪锻炼”谁不喜欢？蚌山区蚌埠新城实验学校的老师们深有同感。在这所九年一贯制学校里，41名语文、数学老师兼职当体育老师，不仅解了燃眉之急，还收获了诸多意料之外的好处。

“跳大绳、跳皮筋是我的童年回忆，我想把这份快乐带给孩子们。”操场上，五年级三班班主任王蛟正带着学生玩得不亦乐乎。她当了11年语文老师，从没想过自己有朝一日会教体育。利用体育课和大课间，她“复习”了跳大绳，新学了羽毛球，还拉近了和孩子们的距离，“他们现在上语文课都更听我话了”。

“平时都是王老师教我们，但在体育课上，我们教王老师打羽毛球。”五年级三班学生赵溪若暄自豪地说。“教学相长”的意义，在这一刻无比具象。

“你的数学是体育老师教的吧？”“不，我的体育是数学老师教的！”

一句曾风靡网络的戏谑之语，如今正在安徽蚌埠等地经历一场奇妙反转。反转的背后，是基层中小学体育改革的探索与实践，更是教育观念的转变。

近年来，青少年“小眼镜”“小胖墩”“小豆芽”“小焦虑”等“四小”问题广受关注，通过体育活动促进孩子身心健康成为社会共识。去年以来至今年春季学期，各地陆续出台文件，要求义务教育阶段学校落实每天“一节体育课”和“两小时体育活动”。安徽省教育厅去年8月印发的通知中，还要求上、下午各组织一次30分钟大课间活动。

“一节课，两小时”，听起来简单，实则涉及课表、师资和场地等诸多调整。安徽蚌埠的中小学为此“各显神通”。

新城教育集团党委书记顾庆悦介绍，为了保证课程质量，新城实验学校对41名兼职教师进行了专业培训，要求他们定期参与体育课程教研活动。

语文、数学老师兼职带体育课，虽是权宜之计，但足以达成让孩子们动起来的目的。此外，新城实验学校要求专职体育教师根据自身特长开设特色体育课，并聘请体校教练和师范体育生进校园，课后服务还引进国际象棋、羽毛球等项目的专业教练，保证校园体育的多样化和趣味性。

全校师生齐出动，场地去哪找？

多个班同时上体育课，大课间更是全校师生全出动，学校现有空间显然有点不够用。

场地去哪儿找？蚌埠各学校或是

“上天入地”，或是“方寸之间做文章”。

在新城实验学校校园内，笼式足球、跳绳、跑步等不同区域被清晰划分，乒乓球台、羽毛球网见缝插针安放。教学楼里空间也充分利用起来，学生们可以做手指操、用桌椅板凳练习坐位体前屈，走廊上还印了“跳房子”等地面游戏的图案。

顾庆悦开玩笑说，教学楼里的游戏地面都不用清洁，“低年级的小朋友在上面玩耍、滚来滚去，一点灰尘都没有”。

因为太受孩子们欢迎，甚至出现了高年级所在楼层因没有印上地面游戏被家长投诉的情况。

在禹会区的秀水实验学校，“给孩子空间呼吸”的理念深入人心。除了利用好校园空间，学校还定期组织学生到口袋公园、农庄等地徒步拉练、探索自然。对调皮些的孩子，老师鼓励他们多多劳动，大家忙得满头大汗，上课也更认真了。

每天活动两小时，时间怎么挤？

在龙子湖实验学校，一些班级每周体育课能达到6节，上、下午两个大课间和课间15分钟也开展得有声有色。

史威的解法简单有效：把午间阅读的20分钟“还”给操场，将45分钟的课堂压成40分钟。在他看来，文化课“缩水”，是在倒逼老师提高效率，课堂反而呈现出“干货满满”的新境界。

体育活动结束时，史威总要摸摸学生的脖子，看看是不是湿漉漉的。“出汗才达到目的了，不出汗还叫运动吗？”

从去年抓落实不到一年，蚌埠中小学体育改革已有显著进展。许多校长都说，困难不少，但办法更多。

“体育活动为什么不能让数学老师带一带呢？”蚌埠市教育局局长刘善训说，“‘观念一变天地宽’，最重要的是树立健康第一的理念。理念转变了，学校自然有创新的动力和智慧。”

当地还提出学校体育工作“三个一”工程：除每天一节体育课，还要求至少每周一场体育比赛、每人一项体育特长，真正培养孩子养成终身运动的习惯。

改革以来，校长和家长们明显感觉，学校氛围更活跃，师生面貌更昂扬。

“健康是育人的第一需求，因此体育应该成为五育并举的关键载体。”刘善训说，“无体育，不教育。”

据新华社合肥5月7日电

魔镜、AI……体育课都这么科幻了吗？

——学校体育改革调研之二

□新华社记者 周畅 李丽 许仕豪

魔镜PK玩起来 运动“更有趣”

走进合肥市第四十八中学滨湖校区的室内体育馆，还以为误入了电游馆的跳舞机PK现场。

12面魔镜被固定在墙上，每面魔镜前学生4人一组，队首学生根据屏幕上的指令，同时开始了跳绳大PK。

1分钟比赛结束后，根据智能计数，现场决出“冠军”，让学生们大呼“过瘾”“好玩”！“这样上体育真有意思！”学生张福幸觉得，魔镜PK跳绳像打游戏通关，练习动作像玩跳舞机……“下课都不想走。”

“魔镜就像一个个助教，既能让学生在‘人镜互动’中感受乐趣，也能精准指导更多学生。”体育教师邓淑秀说，这同时缓解了师资不足的难题。

从去年春季学期开始，合肥市包河区中小学在安徽省率先全面试点“每天一节体育课”。目前，“每天一节体育课”已在安徽全省落地。

“怎么在有限的场地、师资条件下，让‘每天一节体育课’开得起来是关键。”合肥市包河区教育体育局副局长张艳说，魔镜等体育智能化设备有效解决了痛点。

四十八中滨湖校区还要求每周有两节特色体育课，如魔镜、足球、乒乓球等。校长张伟说，目的是让学生体会运动乐趣，引导他们养成运动习惯。

AI老师来加持 锻炼“更科学”

合肥市第四十六中学的操场上，刚入职两年的体育教师陈新远一边喊着口令，一边看着手中的平板电脑，实时监测着学生的心率状况。

“上课时每个学生佩戴智能手环，我们可以在平板上看到每个同学动作是否标准，还可以根据心率情况及时调整活动安排。”陈新远介绍，传统体育教学靠经验，但新技术的应用可以让体育课更科学、更安全。

无独有偶。四十八中东校区的“智慧操场”上，8名学生穿着号码衣整齐排列在起跑线上，系统摄像头识别出每位学生的号码信息后语音提示“请就位”。

体育教师李晓慧在教师平板电脑上点击“起跑”按钮后，系统开始计时，并全程通过AI摄像头自动跟踪记录学生跑步轨迹。“测试结束后，系统会自动生成报告，包括分段用时、达标率、个人排名等

详细数据。”她说，通过数据反馈直观了解身体状态和锻炼效果，让科学锻炼不再是一句空话。

“每天一节体育课不仅要上，还要上好。”四十六中校长刘亮荣说，智慧体育课让运动更加有的放矢，让学生更高效地掌握运动技巧。“更重要的是，有效避免了运动伤害。”

背着球拍去上学 学习“更快乐”

每天“体育活动两小时”用什么填满？张伟担心，“考什么，练什么”的枯燥锻炼模式，很容易让孩子们丧失对体育的兴趣。为此，合肥市四十八中滨湖校区充分利用挑高区域、楼栋间隔处等空间，增设简易羽毛球架、乒乓球台等，除了供特色体育课使用，也在课间15分钟和课后成为学生们的“必争之地”。

“我一直喜欢羽毛球，但以前只能放假时跟爸爸打，现在在学校也能跟同学一起打，特别开心！”七年级的王涵璇正

跟小伙伴打得不亦乐乎。羽毛球让她对上学多了一份期待。

每天早上，张伟都在校门口和背着各式球拍来上学的孩子们打招呼。他不无骄傲：“学生们都很喜欢我，因为学校让他们每天都有好玩的体育课上。”

让学生跑起来，让校园动起来，比赛是最好的“助推器”。

涵盖24个项目比赛的合肥市“阳光体育运动”，合肥市校园足球联赛，安徽省体育传统项目学校“黄山杯”乒乓球比赛……合肥市教育局学生事务管理中心负责人孙伟说，目前全市中小学已经形成班班赛、校校赛、区级赛、市级赛的“四级联赛”体系，“我们要培养自己的校园体育文化、体育明星”。

在四十六中，刘亮荣一直倡导以比赛激发运动热情。“比如，同一年级两个班同时上体育课时，我们鼓励以比赛形式进行。”

该校初三体育特长生姜恩泽前不久参加西安交通大学少年班考试，取得安徽第一、全国第三的好成绩。刘亮荣认为，这证明合理运动可促进文化课学习，也坚定了他继续发力学校体育的决心。

合肥市教育局副局长陈雪梅说，学校体育改革的最终目的不是为了体育中考，而是为了让青少年“在运动中强意志、健身心”。

“中考只是手段，不可本末倒置。在义务教育阶段引导孩子掌握一两项体育技能，养成终身运动习惯更重要。”

据新华社合肥5月8日电