

# 复课后 体育课如何上

■ 野草

最近,中小学陆续返校复课了,大家戴口罩上学,进校测体温,都很自觉。新冠肺炎疫情防控期间,复课后的学生如何开展体育运动?上体育课是否要戴口罩?学生复课后,有不少孩子戴着N95口罩上学,甚至戴这类口罩跑步。家长担忧,这会不会就引起很多孩子心肺功能受损?

## 户外体育课可以不戴口罩

不少家长已经发现,孩子戴口罩时往往“张嘴呼吸”,还有的孩子戴着口罩呼吸困难。针对这一现象,东华大学纺织学院研究员靳向煜表示,佩戴口罩就好比是给自己的呼吸系统设置了一道“过滤屏障”,这道屏障既要阻隔颗粒物、飞沫等,又要保证呼吸顺畅。儿童肺部力量相对较弱,长时间佩戴的儿童口罩首先就是要求“通气舒适”。广州中医药大学第一附属医院感染管理科主任何浩表示,N95口罩能过滤掉95%的微小颗粒,这势必会影响它的透气性。戴久了会因缺氧、二氧化碳潴留酸中毒,而感到困倦、头晕、胸闷。不建议孩子戴着口罩做剧烈运动,可能会引起缺氧。

近日,广州市教育局印发《新冠肺炎疫情防控期间广州市中小学校体育与健康教育教学指引》(以下简称《指



贵阳市第十六中学初一学生在操场上运动。 新华社记者 欧东衢 摄

引》)。《指引》提出,疫情防控期间广州市中小学校体育与健康教育教学要坚持预防为主、安全至上。师生之间、同学之间要保持安全间隔距离,人员不得聚集;宜选择安全性较高的教学内容;场地(所)、器材、教具须按防控要求进行消毒。户外运动时,在相互间保持安全间隔距离的基础上,可以不戴口罩。

## 体育课须安排在室外

广州市教育局指出,要合理规划体育课、大课间体育活动内容及场地安排,以发展心肺功能的有氧徒手运动和单人自主完成的练习动作为主,练习密度达到体育与健康课标的要求,注重实际效果。

教学方面,《指引》建议整体行进。整体行进时建议采取一路纵队,前后距离建议在2米以上;如确需并行行进时,左右间隔建议在2米以上。场地器材方面,合理选择教学场地。体育课、体育大课间须安排在室外的运动场所。如无条件,所安排的运动场所须确保通风良好(有条件的学校建议增加机械通风)。避免在同一区域同一时间聚集上课。器材尽量不交换使用,器材使用前后要消毒。

体育课前,要做好课前检查(含场地、器材、人员身体状况),熟悉疫情防控和教学全过程安全的应急处置预案。课前要提示学生自带饮水壶(杯)和毛巾,提倡喝温水,课前课后提示学生及时洗手。

## 体育课学生不面对面站立

体育课中,不密集站队,学生之

间间隔距离建议最大化,不面对面站立,避免进行身体直接对抗性和接触性的体育活动。技术动作学习要相对简单易学、行之有效。不选择需他人保护和协作完成的技术动作,避免安排手触地、扶墙或栏杆等教学内容。如动态体能操(唤醒及激活肌肉)以单人、独立、自主活动形式进行。

在教学组织方式方面,不提倡采用学生面对面站立式教学的方式。尽量做到不闲谈,要避免面对面说话。教师在指导学生时距离建议不得少于2米,避免正面对学生。

大课间活动应确保学生之间间隔距离达到防控安全距离。各学校可根据本校场地实际,对学生之间的间隔距离进行最大化安排,场地不足的学校可采取分批错峰进行。大课间活动尽量安排以自主单人完成的练习动作,不宜采用互动或其他不利于疫情防控的锻炼项目和方法。

户外运动时,在相互间保持安全间隔距离的基础上,可以不戴口罩。运动前正确存放口罩,运动完毕,待呼吸平稳、洗手后及时戴口罩。

在教学过程中,如发现学生身体有异常情况(如发热、乏力、干咳及胸闷等疑似新冠肺炎症状),须按照学校新冠肺炎防控工作指引进行处置。

## 校外培训超标超前如何界定? 教育部印发负面清单

新华社北京电(记者 胡浩)记者5月9日从教育部了解到,为贯彻落实国务院办公厅关于规范校外培训机构发展的意见提出的“坚决禁止应试、超标、超前培训及与招生入学挂钩的行为”要求,日前,教育部办公厅印发义务教育六科超标超前培训负面清单(试行),为各地查处培训机构超标超前培训行为提供了具体依据。

负面清单共涉及义务教育阶段语文、数学、英语、物理、化学、生物学等六门学科,每门学科的负面清单包括“原则要求”和“典型问题”两部分。“原则要求”部分从课程标准规定、教科书难度、教学进度等方面提出基本要求,理科科目还对练习题提出基本要求。

“典型问题”部分按照各学科的各项培训主题列举了超标内容,便于各地对照使用。例如,数学负面清单中,小学1至3年级超标内容包括“四位及以上的加减法计算”“方程的认识,列方程解决问题”等,英语超标内容包括“要求一、二年级学生进行英语书写训练”“在小学阶段讲授国际音标”等。

据了解,负面清单为试行,将在实践中不断完善。教育部要求,各地在做好校外培训机构学科知识培训内容备案工作的基础上,依据负面清单严肃查处超标超前培训行为,切实减轻中小学生学习负担,形成校内外协同育人的良好局面。



## 《考古寻踪:穿越人类历史之旅》

荐书

作者/译者:(德国)赫尔曼·帕辛格/宋宝泉

出版社:上海三联书店

这是一部普及型著作,向广大读者介绍考古学和考古研究成果。书中按照人类历史发展的顺序,比较系统地概括了世界范围内各国考古工作者,尤其着重介绍了德国考古工作者所取得的最新重大考古发现和研究成果,是对英、法、美等国家同类著作的重要补充。

本书语言生动、通俗易懂、图片丰富,概括了人类从旧石器时代猿人几

百万年的生理进化和物质文化的漫长发展,经过新石器时代的农耕、畜牧和定居生活,以及青铜器和铁器时代在冶炼加工金属的基础上逐渐出现劳动分工和贫富分化,最终产生社会阶层,出现世界文明古国,一直描述到包括第二次世界大战在内的近现代历史。作者恰到好处地抓住了人类各个历史时期的特点,简明扼要地介绍了人类社会的演变发展进程,同时突出了考古学在研究各历史时期的卓越贡献。



展出作品《冬去春来(雕塑)》。四川美术学院党委宣传部供图

## 疫情防控主题创作展现中国力量 四川美术学院新冠肺炎疫情防控主题创作展开幕

本报讯(记者 沈静)“中国力量”——四川美术学院新冠肺炎疫情防控主题创作展日前在四川美术学院大学城校区美术馆开幕。《冬去春来(雕塑)》《英雄之城(油画)》《党员重症病房记(综合材料)》《抗疫一线的老党员(雕塑)》《春天的守护(油画)》等展出作品表现出全国人民同舟共济、齐心协力,广大医务人员和防疫工作者迎难而上、舍生取义的情怀,汇聚成抗击疫情的磅礴中国力量。

2020年,新冠肺炎疫情袭来。在全国上下共同防控疫情的紧要关头,四川美术学院再次承担起“为人民而创作”的使命,迅速反应,科学谋划,全面启动“中国力量”——四川美术学院新冠肺炎疫情防控主题创作,涌现出一大批强信心、暖人心、聚民心的优秀艺术作品。

创作就是力量。川美师生积极行动,自2020年1月26日(大年初二)开

始,首批110张设计作品经过三天两夜的奋力创作迅速完成,引起了广泛的社会影响,为进一步激励全国民众众志成城、共克时艰、坚定信心,四川美术学院正式启动面向全校师生的防控新冠肺炎疫情主题创作活动,在庞茂琨校长、翁凯旋教授、陈树中教授等著名艺术家的带动下,上千名师生踊跃参与,创作出主题艺术作品1000余幅。本次展览遴选出近300件优秀作品进行展出。

本次主题创作还得到了重庆医科大学的大力支持。重医前期收集整理了300余张来自6家支援湖北抗疫一线医院的医护人员、科研攻关的图文素材,积极参与到川美大型群雕《冬去春来》的创作中。这些抗疫英雄的真实故事,生动的现场图像,为川美师生提供了创作的生动素材和灵感源泉。

此次展览实行预约、限流参观,将持续至6月6日。