

# 课间多了5分钟 校园有何新变化？



近年来，国内已有多地出台政策，将中小学课间时长由10分钟延长至15分钟。课间多了5分钟后，孩子们在玩些什么？如何让他们玩得开心、安全？春季学期开学后，记者到贵州多所中小学进行了走访观察。

## 延长课间时长已成趋势

贵阳市云岩区和南明区教育局此前发文要求，从2025年春季学期开始，中小学课间时长由10分钟延长至15分钟。贵州遵义桐梓县本学期也在娄山关街道和海校街道等城区的小学试行，将课间时长从10分钟延长至15分钟，上学和放学时间保持不变。

贵州省毕节市教育局2月11日做出统一安排，要求当地中小学从本学期开始实施“课间一刻钟”，目前正在制定具体工作方案。2024年9月，毕节市织金县已率先开始在全县义务教育阶段学校实施“课间一刻钟”。

江苏、海南等地省级教育部门也

发文，要求义务教育学校从今年春季学期开始全面实施“课间一刻钟”。广州则将全市小学课间10分钟调整为15分钟，初中下午课间10分钟调整为15分钟。河北沧州、河南郑州等地教育部门也发布通知，要求中小学从今年春季学期开始实施“课间一刻钟”。

此外，2024年9月，贵州省教育厅还发文提出，各地中小学要探索实施每天上、下午各开展1次30分钟大课间体育活动，让学生走出教室动起来、参与锻炼乐起来，大力推行体育家庭作业，确保学生每天参加2小时体育锻炼。在贵阳市花溪区，青岩小

学结合学校实际情况，将每天上午的大课间延长至40分钟。

“教室到厕所、操场往往有一段距离，10分钟太短，可能上个厕所或刚走到操场，就快没了。不少孩子反映，要是能多几分钟休息、玩儿就好了。”织金县教育局局长付国晖说，这是促使他们决定实施“课间一刻钟”的主要原因。

青岩小学副校长刘虹说，该校目前也在尝试开发一些轻松的小游戏和运动项目，“从目前来看，实施课间15分钟是个大趋势，我们先做些准备”。

## 孩子们在玩什么？

2月26日下午2点45分，织金县八步街道第二小学的下课铃声准时响起，学生们从教室鱼贯而出，前往不同运动项目的活动区域，开始享受课间时光。

跳竹竿舞、打羽毛球、丢沙包、转呼啦圈、滚铁环、打乒乓球、跳绳……放眼望去，孩子们分散在校园的各个角落，玩得不亦乐乎，欢笑声在校园里回荡。

“我们的课间活动有14个项目，孩子们早上到学校后，可以在表格上填报当天想玩的项目，下课后就自己

排队去相应的区域。”该校校长周瑞雪说，确定开设哪些项目前，学校在各班做了调查，了解学生喜欢玩什么。“喜欢的学生多，且没有安全隐患，我们就开展。”她说，学校会不定期更新活动项目，让学生能始终有种新鲜感，“我们计划增加踢毽子这个项目，老师正在学，等学会了就开展”。

一些位于主城区、空间有限的学校，也在尽力挖潜，满足学生的运动需求。

贵阳市第二实验小学总校区有学生2700余人，但活动面积仅5200多

平方米，不具备让所有学生同时到室外活动的条件。该校教导主任杜倩超说，学校一方面尽力挖潜，将校内所有空地都改造成了活动空间；另一方面则规定，学生以年级为单位，轮流到操场上活动，留在室内的学生通过做课桌操等方式来放松身心。

“我们根据学生的年龄特征和运动能力，设计了一些小游戏，比如丢沙包、跳房子等，并安排老师来指导他们完成。”杜倩超说，为了让孩子们接触到更多游戏，学校每月会以年级为单位轮换游戏和活动区域。

## 如何让孩子玩得安全？

记者采访发现，以项目或年级为单位划定活动区域，安排老师值守和加强安全隐患排查，是各中小学避免学生课间活动出现磕碰等意外情况的主要举措。

记者在织金县第八小学看到，下课后，学生们排着队，在老师的带领下走出教室，来到操场上活动。校长卢启国说，该校有学生2658人，目前开设了18个项目，为了保证课间活动秩序，学校将活动空间划成了18个区域，每个区域都安排老师值守，负责

维持秩序，避免学生做出危险动作，“全校100多个老师轮流排班”。

据环西小学副校长王晓波介绍，每次课间，该校都安排了约30名老师，在教学楼的楼道、楼层拐角和操场值守，同时还调动学校保安保障学生活动安全。“虽然学校地处城中心，活动空间小，但不能不让学生下楼活动。”她说。

周瑞雪告诉记者，此前，学生课间活动时摔倒、磕碰等情况时有发生，但自从推行划定活动区域和安排教师值守以来，该校还未发生过这些

意外情况。“我们还组织体育老师给其他科任老师讲解各个项目的规则和注意事项，他们在值守时发现的问题，比如有哪些安全隐患，会及时反馈给学校，进行整改。”周瑞雪说。

多名受访对象表示，充足的运动有利于提升中小学生学习身心健康水平，促进他们健康成长。在卢启国看来，推行“课间一刻钟”以来，学生们脸上的笑容都多了一些，“我能感觉到，他们的心里是松弛的，眼里有光”。

据新华社