

每天体育活动不少于2小时

《上海市中小学体育工作管理办法》发布

记者 刘春霞

“保障中小学生每天综合体育活动时间不低于2小时。”“全面实施学校体育家庭作业制。”“每所小学和初中均应开设7种以上、高中开展8种以上的体育运动项目,中小学生年运动时间达到365小时。”……日前,上海市教委等五部门联合发布《上海市中小学体育工作管理办法》(以下简称《办法》)。

《办法》要求,上海各中小学校要持续深化小学“兴趣化”、初中“多样化”、高中“专项化”学校体育课程改革,开齐、开足体育课,统筹用好各类课程课时和课后服务时间,鼓励探索长短课结合等方式创造条件开展体育锻炼。

保障中小学生每天综合体育活动时间不少于2小时。保证小学每周开设5节体育课、2节体育活动课,推进落实初中每周开设4节体育课、1节体育活动课,落

实中职校每周3节体育课,推动高中每周开设4节体育课。学校应每天安排30分钟大课间体育活动,每年至少举办一次校级运动会,组织学生广泛参与单项锦标赛、阳光体育大联赛、体质健康专项赛等市、区级赛事活动,市级比赛参赛人次不少于全市学生的10%,区级比赛参赛人次不少于区域学生的30%。

《办法》还明确,每所小学和初中均应开设7种以上、高中开展8种以上的体育运动项目。其中,足球、篮球、排球、田径、游泳、乒乓球、羽毛球、网球及武术9个项目为各区必选的布局项目;在此基础上,市教委、市体育局指导各区结合实际情况,在体操、击剑、跳绳、冰雪等奥运会、全运会项目及新兴项目中选择若干个进行布局,从而培养和激发学生的运动兴趣,促进青少年在基础教育阶段掌握2项可伴随终生的运动技能,并养成终生锻炼的习惯。

新学期学子 沉浸式体验新科技

记者 刘春霞

春季新学期开学快一个月了,与往年相比,今年很多学校的开学活动中都融入了AI元素,而对于火爆的DeepSeek等人工智能工具,老师也已在研究如何运用到课堂上。

今年央视春晚的舞台上,机器人舞蹈《秧BOT》惊艳了全国观众,也让前沿科技成为公众关注的热点。在上海市西南位育附属实验学校的开学典礼上,依托学校新一轮区级重点课题《九年一贯制学校指向学生创新实践能力培养的课程教学实践研究》,借着科学教育的东风,学校进一步打造多方联动、经验共享、资源互补的合作育人新模式,成立“创新人才早期孵化”教联体,发布课程清单和实践地图,共同打造校家社企协同育人新格局,让创新素养培育真正融入学校创新工作。

记者从市教委获悉,今年是教育强国建设全面布局、高位推进之年,上海基础教育将进一步强化科学教育,探索AI赋能创新。在教育“双减”中做好科学教育加法,支撑服务一体化推进教育、科技、人才高质量发展。

近年来,上海以中小学科学教育实验区、实验校建设为契机,打造先行先试联合体,加强科学类学科教学,积极构建“大科学教育”工作格局。同时,作为在全国率先将人工智能基础确定为义务教育阶段地方课程的城市,上海将继续支持指导各区各校结合实际、积极探索,以开放的姿态迎接人工智能给教育教学带来的全新挑战。

◆ 学校举措

升级体育场地激发学生活力



新学期开学后,上海市金陵中学的同学们欣喜地发现,学校篮球、乒乓球和羽毛球等体育专项课的场地由校内体育馆变成了设施更为完备的上海城市运动中心。

走进城市运动中心的羽毛球馆,12米挑高空间内,5片铺设专业地胶的场地映入眼帘,让同学们赞不绝口。高二(4)班阮浩珈同学说,高高的天花板让整个场地显得格外开阔,再也不用担心高远球会打到天花板上了。

篮球场采用专业防滑材质,配备符合国际标准的3.05米可调节篮架,极大地提升了运动的安全性。“在球场上,每一次运球都仿佛在与地

面进行亲密的对话,那种节奏感让人沉醉。”高二(1)班郭浩天同学表示,投篮时,当篮球划过一道完美的弧线落入篮筐,成就感简直无与伦比。

高二(3)班陆欣怡同学开心地表示,乒乓球桌从原先的6张增加到了8张,活动空间也变得更加宽敞。新场地的设施让同学们能更好发挥自己的技术水平,比赛也更加激烈有趣。

此次金陵中学以“场地优化+资源整合”为核心的运动场地大升级,正悄然带动校园体育运动生态的重塑,不仅为学生营造了一个更加专业的运动氛围,也进一步激发了他们对体育运动的热情。

