



让“课间15分钟”成为学校标配



在刚刚结束的2025年全国两会上,一项关于延长中小學生课间至15分钟的计划引发了广泛关注和热烈讨论。这一看似微小的调整,实则蕴含着深远的意义,它关乎着青少年的身心健康、学习效率以及全面发展。

记者 曹莹



政策推行: 多省(市)实现“课间15分钟”

在十四届全国人大三次会议“部长通道”集中采访活动中,教育部长怀进鹏表示,在今年春季学期开学后,很多学校推出了课间15分钟的计划,“北京、安徽、甘肃,我大概数了一下有20多个省(市)开始实施课间15分钟,我们希望学生心里有阳

光,身体能出汗,在身心健康中,为我们的学生、为我们的未来奠定好的基础。”

“很高兴看到在教育部门的积极推动下,课间15分钟正在成为各地共识。”全国政协委员、国家体育总局运动医学研究所副所长厉彦虎

在谈及课间改革时也难掩欣喜。厉彦虎一直关注学生身心健康。厉彦虎表示,“‘不能让孩子输在起跑线上’其实是在贩卖焦虑。健康才是第一位的,是孩子成长的基石。真正不能输在起跑线上的,是孩子的健康!”

政策背景: 回应教育痛点

在过去很长一段时间里,中小学生的课间时间常常被压缩,“消失的课间10分钟”屡屡成为社会热议的话题。一方面,部分小学为了减少安

全风险,限制学生课间活动的范围和自由度,不让学生去操场活动,甚至不允许在走廊奔跑;另一方面,中学由于学业负担重,拖堂、课间安排刷

题或做作业的现象较为普遍。这导致学生在校期间学习强度大,却无法在课间得到充分休息,身心健康发展受到影响。

上海试点: 董家渡二小试行课间15分钟

这个新学期开学后,黄浦区董家渡路第二小学的学生惊喜地发现,学校的课间10分钟变成了15分钟,而且多了好多好玩的项目可以在“加长版”课间玩。这样一来,搭配30分钟的课间大活动及每天一节体育课,全校学生每日在校体育活动时

间将超过120分钟。

为了满足学生课间活动的需求,学校对现有资源进行规划盘整,把操场、智能运动室、屋顶阳光乒乓球、图书馆在课间悉数向学生开放,任孩子们自由选择中意的课间休息方式。

“我们希望一踏进校门,就能感受到生机勃勃。”校长孙琼说。她表示,“我们所做的小小改变,成就的是孩子健康成长的未来,我们希望在轻松愉快的课间休息氛围中培育学生的社会情感能力,为学生健康成长与全面发展提供更广阔的空间。”



全国两会相关知识

● 两会全称与概念

“两会”是中华人民共和国全国人民代表大会(简称“全国人大”)和中国人民政治协商会议(简称“全国政协”)的统称。这两个会议通常在每年3月前后召开,会期基本重合,对国家运作具有重要意义,因此被简称为“两会”。

全国人民代表大会是中国的最高国家权力机关,负责制定和修改宪法、法律,选举国家领导人,审查和批准国民经济和社会发展规划等。中国人民政治协商会议则是中国共产党领导的多党合作和政治协商的重要机构,主要职能包括政治协商、民主监督和参政议政。

● 两会的由来

“两会”这一概念的形成可以追溯到1959年。在此之前,全国政协曾代行全国人大的职权。1954年,第一届全国人民代表大会召开,通过了《中华人民共和国宪法》,标志着全国人大正式成为最高国家权力机关。1959年,全国政协和全国人大开始同步召开会议,政协委员列席人代会听取政府工作报告,从此“两会”概念正式形成。



03版

扣好人生第一粒扣子传承红色基因



精彩导读



05版

假如我是雨