

反转:“我的体育是数学老师教的!”

——学校体育改革调研

新华社记者 许仕豪 丁文娴 周畅

“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”。

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自豪地说。“教学相长”的意义,在这一刻无比具象。

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,场地去哪儿找?

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。“出汗才达到了目的,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。最重要的是,背着书包也背着球拍的孩子更愿意去上学了。

“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。”

◆健康科普

新分子有望解决 抗生素耐药性问题



宿主微生物群的前提下,使致病菌在面对免疫系统时“解除武装”。这一成果有望推动新型药物开发,并解决抗生素耐药性问题。

虽然抗生素能降低感染性疾病的死亡率,但滥用却导致细菌产生耐药性。抗生素具备广谱杀菌能力,也容易影响宿主体内的所有细菌,包括有益菌群。

法国国家农业食品与环境研究院的研究人员此前发现,所有致病菌共同拥有Mfd蛋白。这种蛋白能帮助细菌抵御宿主免疫系统的攻击,还能诱发突变,提升产生耐药性的能力。

法国国家农业食品与环境研究院和国家科学研究中心等机构的研究人员从500万种分子中筛选出一种小分子NM102,可以与Mfd蛋白结合,阻断Mfd蛋白发挥作用。

体外实验和动物实验显示,这种分子具有三大显著作用:在没有免疫系统毒性物质存在的情况下,不直接杀菌;能降低感染器官中的致病菌数量,不损伤宿主微生物群;抑制Mfd蛋白的突变功能,减少细菌耐药性产生。

这种分子可封装进可生物降解的纳米载体中,以便于给药。研究人员目前正在开展类似分子的化学优化与新药开发工作,以应对抗生素耐药性问题。

据悉,这项研究相关成果已申请专利,并于近期发表在英国《自然-通讯》杂志上。(新华社记者 罗毓)

孕期压力可影响 新生儿压力反应系统

以色列研究人员参与的一个国际团队最新研究发现,女性在怀孕期间承受的心理压力会“重新编程”胎儿关键的分子通路,并通过不同方式影响新生儿的压力反应系统。

来自耶路撒冷希伯来大学和德国慕尼黑理工大学等机构的研究人员介绍,他们以2016年至2018年间在德国招募的120余对母婴为研究对象,通过孕妇填写的压力感知量表,筛选出“高压”组,并把采集的新生儿脐带血及孕妇的静脉血冷冻保存至零下80摄氏度进行RNA测序分析。

结果显示,“高压”组孕妇的孕期压力会影响新生儿,但影响方式具有性别差异。女婴表现出更显著的分子变化,特别是胆碱tRNA片段几乎完全消失,这类小RNA分子调控着负责合成乙酰胆碱(神经系统中的神经传导物质)的基因。男婴体内乙酰胆碱酯酶水平较高,这种酶能分解乙酰胆碱,这意味着其压力反应系统自出生起就已失衡。

此外,研究团队还借助机器学习算法,仅通过分析新生女婴的胆碱tRNA片段特征,就能以高达95%的准确率判断其是否曾暴露于孕期母体压力环境中,为未来开发早期诊断和干预工具提供了方向。

研究人员表示,本次研究的目标是专注于那些感知压力较高、但尚未被诊断为抑郁或焦虑的孕妇,因为她们往往不会受到额外的监测,而这些压力仍可能对她们或新生儿造成影响。本次研究强调孕期心理健康的重要性,并为早期诊断与支持提供可能。

相关研究成果已发表在英国《分子精神病学》杂志上。(新华社记者 王卓伦 陈君清)



5月7日,在浙江省温岭市城北街道幼儿园,孩子们进行比笑脸互动游戏。5月8日是“世界微笑日”。微笑是无声的问候,微笑是人类最美丽的语言。

世界微笑日

新华社发(徐伟杰 摄)

◆视野

助力“生育梦” 辅助生殖进医保 已惠及超100万人次

记者5日从国家医保局获悉,截至目前,全国31个省份和新疆生产建设兵团均已将辅助生殖纳入医保,已惠及超100万人次,助力“生育梦”。

辅助生殖是通过人工授精和试管婴儿等技术,让患不孕不育症或有家族遗传病的夫妇受孕并生下健康的胎儿。近年来,国家医保局持续指导地方将治疗性辅助生殖技术纳入医保报销,减轻不孕不育家庭费用负担。

“国家政策越来越好,圆了我的‘妈妈’梦,也减轻了家庭费用负担。”北京市参保女职工刘小芳(化名)今年2月起进行了取卵、胚胎培养等辅助生殖治疗,共发生医疗费用7298.3元,医保基金支付5108.81元。

山东省东营市市民杨萍(化名)也是此项政策的受益者之一。今年年初,她的宝宝顺利降生了。“我们夫妻做试管报销了3万元,要是以前这些钱都得自己出,住院生孩子还报销了6523.6元,最近又收到了2万多元的生育津贴,让我可以在家安心地带宝宝了”。

北京市已有5.38万参保人员享受到辅助生殖报销待遇,减轻群众费用负担约4.06亿元;广西壮族自治区全区开展治疗性辅助生殖医疗服务项目门诊结算21.43万人次,医保基金支出4.31亿元;宁夏回族自治区2024年9月将辅助生殖项目纳入医保报销,目前已帮助949位女性成功受孕……越来越多的家庭正迎来“生育的希望”。

(新华社记者 徐鹤航)



“12356”:这条“没事儿”热线能帮你什么?

新华社记者 舒静 董瑞丰 袁全

5月1日起,全国统一使用“12356”心理援助热线。因为没有4,“12356”也被人们称为“没事儿”热线。这条心理热线能否给更多人带来希望之光?如何汇聚各方力量,更好发挥作用?

从接通的一刻起,疗愈就已开始

“您好,‘12356’热线。你不太开心是吗?嗯,可以详细说一说,我们慢慢聊……”

“12356”是全国统一心理援助热线电话号码,由国家卫生健康委协调工业和信息化部设置。国家卫生健康委医政司副司长邢若齐介绍,热线旨在为公众提供心理咨询、心理疏导、心理危机干预等服务。

此前,各地心理热线号码不一,公众知晓率较低。邢若齐说,设定统一号码旨在提升心理健康服务的可及性和规范性。

去年底以来,多地已陆续开通“12356”。到5月1日零时前,全国31个省份均已开通“12356”,目前全国共设有热线500余条、坐席1000余个、热线咨询员近8000名。

通过拨打热线,一些人在关键时刻“被接住”。上海市精神卫生中心心理危机干预办公室主任王金介绍,截至目前,上海“12356”心理援助热线累计接听来电1.7万通,处置危机来电246个。王金回忆,一名大学生深夜吞药后致电求助,接线员通过引导他透露联系方式、地址等关键信息,联动

警方成功救援。

今年1月1日,北京市“12356”心理援助热线开通,截至目前共接听电话1.5万余通。北京安定医院承接部分接线工作,安定医院心理援助热线管理人员崔思鹏介绍,求助人群以18岁至45岁为主,咨询问题包括家庭冲突、亲子问题、职场压力等。

让热线咨询员陈欣印象深刻的是是一名学生半夜打来的电话。在确保对方安全后,陈欣和他聊了考试、保研中的困扰。一开始,男孩哭得喘不过气,聊到最后,他答应“会好好调整,明天开始落实这些计划”。

是“创可贴”,但并非“万能药”

对于热线咨询员而言,能为身处困境的人带来一道光,是最有成就感的时刻。但有时,他们也有强烈的挫败感。

摘下耳机,点击“下线”,看着记录的关键词时,咨询员小萤(化名)会陷入沉思。“有时一通电话下来,感觉并没帮到来电者什么;有时直到最后,才更能体验到来电者的感受;有时因为生活体验不足,无法给出更好回应……”

不少受访者提到,一次热线电话很难系统解决问题。要理性看待热线功能——心理援助热线不是替代治疗的“万能药”,而是紧急时刻的“心理创可贴”。

接通率不高也是各地心理援助热线面临的现实问题。

“要么占线,要么要排队”“最短一次排队要五个人”……社交媒体上,一些人反映,心情最急迫时,热线却难以拨通。

今年1至4月,上海心理援助热线呼入量比去年同期多了近一倍。“虽然已增加排队,但面对骤增的呼入量,相应支持与人员配置尚未跟上。”邢若齐也坦言,除每通电话占用时间较长外,接通能力也与资源投入息息相关。目前各地热线大多由医疗机构承接,人力物力财力有限。

记者了解到,不少地方的热线咨询员采用“专业保障+志愿服务”的模式。这种模式虽能保证服务质量,但难以应对井喷式需求。

以北京安定医院为例,接线员由60余名精神科医生、心理治疗师等组成,除日常接诊外,还要增加热线值班。热线电话大多持续数十分钟,往往点的外卖都凉了,也顾不上吃。“下热线班后,都会有一段时间不想说话。”崔思鹏说。

“24小时,总有人守护着你”

全国心理援助热线统一接入后,如何提升服务质量?

邢若齐介绍,热线投入使用后,各地卫生健康行政部门将根据需要及时增设坐席数量,加强专业人员队伍建设配备,提高接听率和服务质量。未来,将不断完善场地建设、人员配置、技术规范等制度要求,建设信息化平台。

上海心理援助热线计划从两方面提升服务:一是增加坐席,白班从5个增至6个,大夜班也在逐步扩充中;二是推动与公安、急救、其他热线的“一键转接”机制,破解异地报警、困难个案转介等难题。多地也结合实际设置了一定时间的过渡期,确保原有热线号码和“12356”均可接通。

崔思鹏认为,热线能让部分陷入心理危机的人被看到、被支持,但仅仅“看见”远远不够,仍需更多制度举措,让心理服务从“被动干预”转向“主动预防”,从“小众关怀”迈向“大众福祉”。

去年12月,国家卫生健康委在医政司新设置了心理健康与精神卫生处,指导各地医疗卫生机构扩大心理健康服务供给。目前全国能提供精神卫生医疗服务的机构约6000家,全国精神科执业注册医生7万多人,是10年前的两倍多。

王金希望能加强对热线的专项财政与编制配备,探索更灵活的人员聘用方式,比如探索专职与志愿力量融合的方式,“中坚力量专职化,外围服务社会化,才能兼顾质量与规模”。

加强团建与督导也能作为咨询员提供更多支持。杨腾爱说:“每月的心理沙龙就像‘疫苗’,能帮我们消化负面情绪。”此外,现有技术手段难以精准过滤骚扰信息,要对不良行为加以规范引导,保障更多真正有需要的人呼入。

遗失声明

▲刘晓浩不慎将购买方正园1号楼东2单元101室的房款收据丢失,收据号:№0042449,日期:2014年10月16日,金额:壹拾柒万陆仟捌佰玖拾陆元整(¥176896.00),车位预收款收据号:№6549417,日期:2013年3月15日,金额:伍万元整,(¥50000.00),房款收据号:№0543957,日期:2012年9月18日,金额:壹拾贰万元整(¥120000.00),房款收据号:№0059211,日期:2012年5月2日,金额:贰拾伍万元整,(¥250000.00),1#负一层A038号车位收据号:№0042451,日期:2014年10月16日,金额:壹拾万元整(¥100000.00),1#负三层5号储藏室收据号:№0042450,日期:2014年10月16日,金额:伍万玖仟柒佰柒拾元整,(¥59770.00),房款收据号:№6549416,日期:2013年3月15日,金额:壹拾贰万元整,(¥120000.00)声明作废。

▲王永才不慎将在山东新派置业有限责任公司购买的位于枣庄市市中区君山西路127号新派·滨河湾小区2栋1单元4层405室的房屋合同(枣庄市新建商品房买卖合同(预售))丢失贰份,合同编号:YS0293565,金额:905397.00元,大写:玖拾万伍仟叁佰玖拾柒元整,声明作废。

▲房增峡不慎将在山东新派置业有限责任公司购买的位于枣庄市市中区君山西路127号新派·滨河湾小区2栋1单元3层301室的房屋合同(枣庄市新建商品房买卖合同(预售))丢失贰份,合同编号:YS0293805,金额:909000.00元,大写:玖拾万玖仟元整,声明作废。

▲龙海建不慎将在山东新派置业有限责任公司购买的位于枣庄市市中区君山西路127号新派·滨河湾小区2栋1单元19层1901室的房屋合同(枣庄市新建商品房买卖合同(预售))丢失贰份,合同编号:YS0293597,金额:887500.00元,大写:捌拾捌万柒仟伍佰元整,声明作废。

▲满友玲不慎将在山东新派置业有限责任公司购买的位于枣庄市市中区君山西路127号新派·滨河湾小区2栋1单元25层2504室的房屋合同(枣庄市新建商品房买卖合同(预售))丢失贰份,合同编号:YS0293713,金额:810800.00元,大写:捌拾壹万零捌佰元整,声明作废。

▲枣庄高新区文杰五金产品经销经营部(统一社会信用代码:91370400MACG001Y8D)不慎将营业执照正(副)本丢失,声明作废。

声明



2022年3月5日在河北省唐山市妇幼保健院抱养一男婴,用包被包养,身体健康,有认领者请与本人联系。

联系电话:13791406658
声明人:高广伙