

今日观点

# 让大课间真正成为学生的“加油站”

王琦

大课间体育活动不仅关乎学生的身体健康，更关乎其全面发展。我们需要从机制、认知、实践等多个层面入手，确保大课间体育活动真正成为学生的“加油站”，为他们的成长注入源源不断的动力。只有这样，我们才能培养出既拥有健康体魄，又具备团队精神、坚韧意志和全面素质的未来一代。

近日，由中国教育学会体育与卫生分会、河南省教育厅联合

主办的全国中小学落实每天两个大课间体育活动暨新兴体育项目进校园现场观摩交流会在郑州举行。郑州市的多所学校展示了富有特色的大课间活动，北京、深圳、武汉、重庆等地的代表分享了当地开展大课间体育活动的经验。（11月5日《中国青年报》）

全国中小学落实每天两个大课间体育活动观摩交流会的举行，再次将大课间体育活动推至公众视野。教育部明确要求中小学校每天统一安排30分钟的大课间体育活动，目的在于确保中小学生学习每天有足够的体育锻炼时间，进而促进学生身心健康，全面发展。如何才能让30分钟的大课间活动避免流于形式，真正发

挥出帮助学生锻炼身体、激发运动兴趣等综合成效？这就需要机制的保障和学校的用心尽责。

现代社会的快节奏生活和高强度学习压力，使得学生们的身心健康问题凸显。这对学校体育教育提出了更高的要求。大课间体育活动不仅是身体锻炼的良机，更是缓解学习压力、增强团队协作能力、培养意志品质的重要途径。因此，我们需要从更深层次去理解大课间体育活动的意义，而不仅仅停留在增强体质的层面。

郑州市金水区的几所学校为我们提供了很好的范例。他们的大课间活动设计得既科学又富有特色，不仅锻炼了学生的身体，

还通过丰富多样的体育活动激发了学生的运动兴趣。如四月天小学的柔韧体操，金沙小学的啦啦操，以及黄河路第二小学的篮球操等，都体现了学校体育教育的创新与实践。这些活动不仅让学生们额头冒汗，达到了锻炼效果，更重要的是，在运动中享受到了乐趣，磨炼了意志，培养了团队精神。

然而，要使大课间体育活动真正落到实处，发挥效用，机制保障和学校的用心尽责缺一不可。大课间体育活动不应仅仅是体育老师的责任，更应被视为校长的“公开课”。校长对体育的深刻理解将直接影响学校体育活动的质量和效果。此外，我们还

应认识到，大课间体育活动不是孤立的，它是学校体育教育体系中的重要一环。它与体育课、体育社团活动以及体育竞赛等共同构成了学校体育的完整框架。因此，在设计大课间活动时，应充分考虑其与体育课程的衔接，以及与其他体育活动的互补性。

大课间体育活动不仅关乎学生的身体健康，更关乎其全面发展。我们需要从机制、认知、实践等多个层面入手，确保大课间体育活动真正成为学生的“加油站”，为他们的成长注入源源不断的动力。只有这样，我们才能培养出既拥有健康体魄，又具备团队精神、坚韧意志和全面素质的未来一代。

每日图评

## 劳模工匠“送教上门”活动多多益善

近日，浙江省平阳县总工会组织劳模工匠开展“送教上门”助企服务活动，走进平阳华数广电网络有限公司，为该公司一线员工分享了一堂特种作业通用安全知识课，并围绕劳模精神、劳动精神、工匠精神展开宣讲。（11月6日《浙江工人日报》）

据报道，在活动中，全国劳动模范、国网平阳县供电公司高级技师杨瑞军深入浅出地解析了《安全生产法》、安全个人防护用品使用检查事项、职业健康与事故的预防等内容，

并结合自己的成长经历，向职工宣讲了劳模精神、劳动精神、工匠精神。

劳模工匠是行业的先进典型和优秀代表，也是我们学习的榜样。浙江省平阳县总工会组织劳模工匠开展“送教上门”活动，通过劳模工匠分享亲身经历、成长故事，可以激励职工向他们学习，以实际行动践行劳模精神、劳动精神、工匠精神。同时，劳模工匠与职工面对面交流，能帮助职工解决工作中遇到的困难和问题。

笔者建议，这种接地气、有温度的劳模工匠“送教上门”活动多



多益善，通过劳模工匠的引领带动作用，可以不断提高职工的技术

水平，锤炼专业素养，从而助力企业高质量发展。 □赵杰昌

长话短说

## “惠新码”为劳动者打开方便之门

“有了‘惠新码’，进小区不再难，享服务更方便。”近日，重庆市大渡口区外卖送餐员王优对记者说。据悉，重庆市总工会在大渡口区试点建立新就业形态劳动者数字认证机制，通过“惠新码”小程序破解新就业形态劳动者“进小区难”等问题，为劳动者打开方便之门。“惠新码”小程序里显示新就业形态劳动者的姓名、年龄、工作单位、身份证号、手机号和身份二维码，进小区时，保安可以扫描二维码获取新就业形态劳动者详细信息。（11月6日《工人日报》）

当前，外卖已成为城市居民生活的一部分，而“时间就是效率”在外卖配送员身上体现的尤为突出。近年来，越来越多的外卖配送员遇到一道难题：一方面，从安全管理角度出发，一些小区实行人车分流，禁止外卖配送员电动车进入。外卖配送员到达小区后，需要经过烦琐的登记手续，然后将外卖步行入户送达。另一方面，外卖配送员送餐有时间规定，如果超时了，会收到顾客投诉或者差评，平台还会扣钱。

“惠新码”既配合了物业管理，也为外卖配送员等群体打开了方便之门，节省了时间，同时有助于为居民提供快捷服务，有效缓解了小区业主、物业与外卖配送员因配送方式意见不同而引发的矛盾，有效解决了外卖配送员送外卖到家的“最后100米”问题。

期待相关部门和单位加大工作力度，推进“惠新码”小程序在更多小区落地。我们有理由相信，随着“惠新码”的增多和普及，外卖配送员和居民的幸福感会越来越强，我们的社会会越来越和谐。

□余清明

网评锐语

## 推进老年阅读工作 让老年人乐享晚年

刘天放：据媒体报道，民政部、全国老龄办、中国老龄协会等14部门近日联合印发《关于推进老年阅读工作的指导意见》。根据第七次全国人口普查数据，我国60岁及以上人口中，拥有高中及以上文化程度的有3669万人。阅读对老年人乐享晚年有着重要意义。老年人阅读可以丰富精神生活，减轻压力和放松心情，还能增强社交能力，提高生活质量。要多为老年人提供适老化阅读产品和服务，让其乐享晚年。

## 机动车行驶证电子化 便利群众办事出行

吴学安：为进一步扩大改革惠及面，公安部部署自11月4日至12月2日在全国分三批推广应用机动车行驶证电子化，进一步简化办事手续资料，提升证件使用便捷度，更好便利群众办事出行。车主可以对本地启用时间安排，通过全国统一的“交管12123”APP申领电子行驶证。机动车行驶证的电子化，是积极回应社会需求，提升公共服务体验的又一创新，我们期待未来能有更多的创新举措出台。

世象漫说



## 加强信用监管

建立健全知识产权领域信用承诺制、推进知识产权领域分级分类监管、依法依规开展信用约束激励工作……记者5日从国家知识产权局了解到，该局办公室会同国家市场监督管理总局办公厅近日联合印发《关于做好知识产权领域信用监管工作的通知》，旨在做好知识产权领域信用监管工作，推进知识产权领域诚信体系建设，加强知识产权保护，促进经济高质量发展。（11月5日 新华社） □王琪

有感而发

## “勤俭节约 拒绝浪费”要从小抓起

勤俭节约是中华民族的传统美德，是新时代的良好风尚。11月4日，2024年珠海市反对浪费、崇尚节约文明宣讲活动在香洲区海湾小学举办，该校五年级师生约250人参加活动。（11月5日《珠海特区报》）

据报道，此次讲座以“反对浪费·崇尚节约”为主题，通过日常生活中一粒米、一张纸、一滴水、一度电的例子，向师生普及节约粮食、杜绝浪费的重要性；还通

过分享古人、伟人厉行节约的故事，引导师生从生活中的点滴小事做起，杜绝浪费，带头做勤俭节约的践行者和倡导者。

节俭，是一种生活态度，更是一种修养。“勤俭节约 拒绝浪费”要从小抓起。为把勤俭节约真正融入到孩子的学习生活中，除了学校教育外，家庭教育更不可忽视。父母在日常生活中要特别注意自己的行为举止，以身作则，为孩子树立好榜样。家长可

以让孩子一起参与家务活动，如洗碗、洗衣服、打扫卫生等。这不仅能让孩子亲身体验劳动的艰辛，还能让他们更加珍惜自己的劳动成果以及他人的努力和付出，从小学会珍惜、懂得感恩。

勤俭节约的传统美德在任何时候都不过时。期待各方共同努力，努力培育文明节俭的良好家风、校风，让“厉行节约、反对浪费”成为全社会共识和自觉行动。 □刘纯银