

# 喧闹活泼的“课间活动”

编者按：

对于上完注意力高度集中的一节课的孩子而言，课间休息十分重要、十分必要。“课间活动”是孩子们可以自己把控的童年精神课堂，有利于学生调节情绪、放松身心、增强体质和防控近视。和同学聊天、在操场运动、结伴去小卖部……喧闹活泼的“课间活动”组成了许多人难忘的校园生活。欢声笑语的课间，是学校靓丽的风景，也是孩子和家长们心头的期盼。



11月29日，在湖南省邵阳市洞口县竹市镇中心小学，学生们利用课间时间开展趣味游戏活动。今年秋季开学以来，该校积极利用课间时间组织学生开展丰富多彩的文体活动，让学生在体育锻炼和趣味游戏中放松身心、增强体质。  
滕治中 袁帅 摄

11月28日，在重庆市沙坪坝区科学城小学，学生们在大课间期间参与花样跳绳、韵律操、跑步等运动。今年以来，该校开展丰富多彩的大课间文体活动，保证学生每天有一小时以上的锻炼时间，将花样跳绳、韵律操、跑步、足球、篮球等孩子们喜爱的运动纳入“大课间”活动，促进学生全面发展和健康成长。  
孙凯芳 摄



近日，四川省华蓥市各中小学校充分利用课间十分钟组织学生到室外参加跳绳、拔河、老鹰捉小鸡等适宜学生玩耍的安全简单的趣味文体活动，让学生调节在课堂紧绷的神经，缓解学习压力和焦虑，促进身心健康。  
邱海鹰 刘南贤 摄



11月23日，江苏省镇江市穆源民族学校开展“游艺特色大课间 阳光乐趣满校园”传统游戏展示活动。近年来，该校利用课间组织学生开展竹竿舞、抖空竹、滚铁环、舞龙等多项传统游戏趣味运动，丰富课间活动内容，让孩子们乐享体育活动，促进身心健康。  
石玉成 摄



近日，在浙江省建德市航头中心幼儿园的操场上，孩子们在老师的指导下参与“节气龙韵操”户外课间趣味游戏活动。近年来，该幼儿园在操场、走廊等公共空间设置游戏区、生态角等主题区域，引导孩子们参与户外体育游戏，助力孩子们健康成长。  
宁文武 摄

近日，江西省宜春市上高县第四小学充分利用课间十分钟，组织学生开展跳绳、跳圈、钻圈、跳皮筋、跳敏捷梯、老鹰捉小鸡等趣味文体活动，让孩子们在体育锻炼和趣味游戏中感受乐趣、增强体质。  
陈旗海 摄



近日，贵州省黔西市五里布依族苗族乡落园小学的学生在课间练习跳竹竿舞。近年来，该校广泛开展“阳光体育大课间”活动，普及竹竿舞传统体育健身项目，让学生在竹竿舞中感受运动，在运动中强身健体，收获快乐。  
周训超 摄

