

个性化体育上门培训服务兴起,受到部分家长青睐——

“体育外卖”能否“喂”出健康体魄

近期,“体育外卖”送课到家受到广泛关注。当前“体育外卖”发展情况如何?面对急速增长的需求,如何进一步优化流程,加强监管,保障学生家长的权益?“体育外卖”和学校体育教学如何和平共处?记者对此进行了采访。

1 火爆: “体育外卖”需求大

“体育外卖”能火起来,源于家长们实实在在的需求。

“一开始是怕中考体育拖后腿。”学生家长王女士坦言,给孩子点“体育外卖”的初衷很直接,“中考体育分值提到80分,不能马虎”。此外,学校体育课的局限也让她下了决心:“孩子喜欢篮球,但是班里学生多,老师有时候也顾不过来,只能自己找外援。”

除了应对中考、弥补学校课程短板,孩子的健康问题也是家长们选择一对一教学的重要原因。“去年体检时,医生说孩子有轻微的脊柱侧弯,建议进行专项训练。”拿到报告单后,家长立刻通过网络找到了专业瑜伽教师官正。“学校体育课一般不包含瑜伽课程,但其实它能有效帮助小朋友改善含胸驼背、脊柱侧弯等不良体态。”

“这种方式最大的优势是灵活。”早在“体育外卖”兴

起之前,北京体育大学运动训练学研究生王泓森便加入了这一业态。家长为降低接送孩子的“时间成本”请他上门授课,“我可以根据学生的年龄段、身体情况和兴趣爱好设计个性化训练方案,为学生调整技术细节”。

据记者调查,根据训练内容不同,平台链接标价为每小时100—400元不等,虽然价格不低,但因为“方便”“授课质量高”“有效果”等原因,家长还是认为“很值得”。

内蒙古呼和浩特市教育体育局卫艺科负责人舒继光认为:“‘体育外卖’的兴起并非偶然,一是中考体育分值权重提升,政策导向提高家庭对体育应试能力的重视程度;二是家长对子女体能提升及专项运动技能培养的关注度显著提高;三是学校体育受课时、师资及场地等客观条件制约,难以较好地满足个性化训练需求。”



资料图

2 规范: 新兴业态需加强管理

“以前没经验,被平台上找的教练坑惨了!”学生家长刘女士想起第一次点“体育外卖”的经历,至今还心有余悸。那时她仅仅听教练说以前是专业运动员就报了名,结果两节课下来,孩子就喊膝盖疼。“后来才知道,他连热身动作都教错了。”

“不是反对‘体育外卖’,而是怕它变成没资质、不安全、没效果的‘三无快餐’。”内蒙古呼和浩特市第二中学初中部校长何龙的话道出了不少教育工作者的心声。

目前提供“体育外卖”服务的主体主要为个人教练和体育培训机构。针对家长如何精准选择,中国教育科学研究院体育美育教育研究所所长于素梅给出了具体建议:“要详细了解教练‘专业强不强、经验多不多、学历有没有、口碑好不好’,规避盲目选择带来的教学风险。”

“开始训练前,我会主动向家长出示国家一级运动员证、教师资格证等资质,同时评估学生健康状况、签订安全责任协议书。这是对我们双方的保护。”

王泓森说。

除了家长主动甄别,外部监管也应加强。舒继光建议:“有关部门应加强监管,将提供‘体育外卖’的机构或个人纳入非学科类培训白名单,引导家长选择正规服务机构。”

在此基础上,于素梅进一步强调政策先行的重要性:“相关部门需加快制定行业标准,明确上门的体育器材品类、安全条件、技术参数,以及训练场景的防护标准、突发事件责任划分与应急响应等,让整个行业有规可依。”

来源: 中国教育报

3 建议: 更加注重引导学生科学锻炼

“‘体育外卖’火爆,归根结底还是中考体育分数提升给家长和学生带来了一定的焦虑。”舒继光说,“但考试的目的不是考住学生,而是引导学生加强日常锻炼,只要能认真完成学校体育课程,拿满分并不是问题。”

呼和浩特市第二中学初中部副校长、体育教师王文杰指出:“学校有标准场地,教师也经过严格选拔与培养,能够根据孩子

年龄特点、身体素质设计教学内容,孩子们在校园里就能打下好底子。此外,我们的校本选修课已开设篮球、排球、武术、瑜伽等多项课程。”

同时,学校课后体育服务内容也需更加丰富。“这需要多方协同发力,尤其要建立资源共享机制。”于素梅表示,当学校自身资源有限时,可联动体育部门,吸纳教练员、退役运动员进校园,他们既能带来专业的训练

指导,也能以自身经历为例点燃孩子对运动的热爱。

于素梅说:“关键要让家长看到,学校能满足孩子的需求——基础体能在校能练够,兴趣项目在校能学到,遇到问题有人能咨询。当家长真正相信学校的体育教育体系,自然就不会被焦虑推着走,‘体育外卖’才能回归补充本位。”

学生被嘲“唐人”,一老师当场怒斥!



视频截图

近日,重庆一名初中班主任在社交平台发布“抵制网络烂梗进校园”的视频,引发广泛关注。

视频中,该班主任发现班上学生使用“唐人”一词嘲笑同学,经查阅后得知该词已演变为影射“唐氏综合征”的侮辱性网络烂梗,随即在班内严肃批评并教育学生。

该班主任称:“我不知道‘唐人’是什么意思,作为历史老师,我唯一知道的就是唐人街,中华民族引以为傲的文化符号,所以我不知道它是什么意思。我就去网上搜,结果我越搜越生气,这句话已经引申到了说别人是‘唐氏综合征’。”

她强调:“人有三不笑,不笑天灾、不笑人祸、不笑疾病,更

何况是用某一种很严重的疾病的类型,来作为一个网络烂梗来攻击别人,不管你是攻击了我们的同学还是其他人,对那些患这个疾病的人也很不尊重。所以我不希望我们班再出现这样的一个问题。”

在该视频受到关注后,这名班主任的行为得到不少网友的认可,“什么时候开始拿疾病嘲讽人了?”

日前,该班主任表示,经过引导,学生们理解了该词的不当含义,已经停止使用该梗,被嘲笑的学生也获得了道歉。

这并非网络“烂梗”第一次引发担忧。此前,中国青年报的一项调查显示,69.0%的受访者担心网络“烂梗”泛滥影响青少年

“好好说话”,受访家长对此有担心的比例更高,为74.4%。超半数受访者认为网络“烂梗”会导致青少年乱用词汇和养成不文明的语言习惯。

“青少年喜欢玩‘梗’有其特殊心理需求,如获取认同、给自己解压等。家长和教师要重视网络现象、网络亚文化潜移默化的影响,适时帮助青少年提高思辨能力和网络素养,同时也要特别注意一味批评反而可能触发青少年的逆反心理。”中国青少年研究中心研究员孙宏艳指出,社交媒体平台也应积极承担社会责任,主动发挥正向引领作用,把好声音、内容好,为青少年推送健康向上的网络内容。

来源: 中国青年报

评论

别让“烂梗”污了青少年语言

用“唐人”辱骂他人是否妥当?任何心智成熟、具备基本道德修养的人,都能清晰判断这一行为不当。部分网民在网上出口成“脏”,仗着平台管理力度不足,别人又难以顺着网线找到自己,便突破底线在键盘上放纵。“烂梗”流行的时间长了,甚至让一些人觉得没什么大不了的。

更需警惕的是,这类“网络烂梗”的污染扩散到青少年的语言体系。未成年人的品格性、价值观念、行为习惯尚在养成阶段,极易将自己身边的人、网上接触到的人作为学习参照。他们使用“唐人”等词语侮辱同学,很可能只是对“网络烂梗”的机械模仿,并没有意识到自身言行所蕴含的恶习。

这种“无意识”恰恰是令人担忧之处。如果不能及时阻断其对未成年人的负面影响,使其认识到此类言行错在哪里,很可能会给其成长埋下“地雷”,对其道德观念的形成造成负面影响。

从这一角度看,重庆这名班主任的教育方法堪称及时有效。尽管她此前对“网络烂梗”了解不深,首次知晓“唐人”的侮辱性用法,但仍能一针见血地向学生指出该说法的问题所在,阐明为何不该说、不能说。

应当有所作为的,不仅是教育工作者,更包括互联网平台、监管机构以及所有日常参与网络互动的普通网民。平台需要更积极地识别、处置带有侮辱性的言论,对恶意传播者形成震慑;监管部门也应推动建立常态化机制,压缩“烂梗”滋生的土壤;至于每一个普通用户,更要在日常交往中自觉抵制、拒绝使用,把“文明说话”作为最基本的网络修养。

当然,正如专家所言,青少年喜欢玩“梗”有其特殊心理需求,比如渴望获得认同、缓解压力等。家长和教师既要重视网络亚文化潜移默化的影响,适时帮助青少年提升思辨能力与网络素养,也要理解他们的心理动机。唯有在批评与理解、约束与关怀间找到平衡,才能让青少年发内心认识到“烂梗”的不妥,进而自觉放弃使用。

网络语言塑造着网络环境的氛围,也影响着下一代的成长。抵制“烂梗”,既是净化优化网络环境的必要之举,也是守护青少年健康成长的重要行动。唯有让文明用语成为习惯、让尊重他人内化为自觉,互联网才能真正成为滋养青少年的沃土。

来源: 中国青年报

资讯

南京中小学将设秋假?

江苏省教育厅:有相关文件,推行政策在制定中

近日,社交平台出现众多网友发帖称,南京市中小学可能将在今年9月28日到30日实行首次秋假,喜提11天超长国庆假期。

9月15日,江苏省教育厅基础教育处一工作人员回应,市政府确有相关文件,该文件由发改委起草,但目前教育部门仍未制定相关推行政策,本周内或可敲定并发布通知。至于是本年度还是下一年度实行,以官网内容为准。同日,南京市教育局称,目前暂未获通知,后续以江苏省教育厅通知为准。

据江苏省人民政府官网公开信息,2025年5月,江苏省人民政府办公厅印发了《江苏省实施提振消费专项行动若干措施的通知》,其中“消费环境改善提升行动”第二十一条提及:保障休息休假权益,鼓励有条件的地方试行将“五一”前3个工作日、“国庆”前3个工作日分别设置为中小学春假和秋假。

对这一措施,有网友表示赞同,认为现在孩子上学辛苦,秋假可以适度休息,但不赞同与国庆假期合并。其认为,国庆假期过后就没有了长假,秋假时间往后调更适合休息。还有网友表示反对,秋假连着国庆假期,而在家长不同步放假的情况下,孩子无人监督,耽误课业。且一次停课11天,对孩子们不是好事,假后恢复学习状态难度更大。

来源: 九派新闻

中国“火箭班”在济南揭牌

致力培养航天战略储备人才



由中国长征火箭有限公司与济南市历城第二中学联合主办的中国“火箭班”揭牌仪式9月12日在济南举行。“火箭班”将响应国家科技教育政策,培养新时代航天战略储备人才。

“我们要在少年心中播下航天的种子,让他们在最富想象力的年纪,与中国火箭的研制者同行。”中国长征火箭有限公司总工程师李少宁出席活动并表示,“火箭班”是科技教育探索的新轨道,将把课堂延伸到发射场、延伸到太空,让课本对接星辰大海,为全国基础教育探索“科技+教育”的新范式。

在活动现场,中国首批航天员赵传东为学校师生带来中国“火箭班”航天科技第一课,讲述中国航天发展历史,分享难忘的航天故事。他在受访时说,“火箭班”作为一种人才培养方式,是从基础教育阶段开始激发孩子们对航天科学的兴趣,从兴趣到爱好、热爱,再到职业、事业,以这样的路径培养航天事业接班人。

在赵传东看来,一名合格的航天员要有家国情怀和责任担当,具备职业所需的探索精神、勇敢精神和协作精神。“建议年轻一代首先锻炼好身体,培养良好的心理素质和坚韧的意志品质,在这个基础上逐渐积累渊博的知识和各项技能。”

当天,授课结束后,历城第二中学师生们参观火箭整流罩残骸和不同型号的火箭模型,并体验水火箭发射,通过VR眼镜感受火箭发射震撼瞬间。

来源: 中国新闻网

少年蹲坑玩手机肠子掉出

专家提醒:蹲坑时别玩手机



据报道,近日长沙男孩小宇(化名)像平时一样边看手机边上厕所,视频刷得正起劲,游戏打得正投入,不知不觉蹲了太久……突然他感觉身体有点不对劲,低头一看,竟然有一截肠子脱出体外。吓得父母立刻带他冲去医院,经检查,小宇被确诊为“直肠脱垂”。

南京市第二医院胃肠外科副主任医师王仕琛告诉记者,直肠脱垂也叫脱肛,是指肛管、直肠,甚至乙状结肠都向下移位,脱出于肛门外的疾病。可怎么好端端的上厕所上到肠子掉出来?专家指出,问题就出在小宇长期边上厕所边玩手机。每次进卫生间,必带手机,一蹲就是半个多小时,日积月累,直肠支撑结构逐渐松弛,最终酿成这次意外。

王仕琛提醒:上厕所时别玩手机,时间久了可能引发脱肛。

来源: 扬子晚报