

## 建设「健康学校」，各地在行动

习近平总书记强调，推动“十五五”时期健康中国建设取得决定性进展。今年《政府工作报告》提出，全面推进健康学校建设。健康是学生成长的基石，是立德树人的底线要求，事关国家未来、民族希望。伴随教育部印发《关于全面推进健康学校建设的指导意见》，春季学期开学以来，多地中小学校进一步将“健康第一”的教育理念贯穿学习生活日常，从课堂到操场，校园里充满着孩子们的欢声笑语。

——编者

## “班超”燃动中小学校园

过人，射门，球员们脚下生风；啦啦队活力四射，喇叭哨吹得嘹亮，加油声此起彼伏……

3月11日，江苏南京市长江路小学启迪分校操场，“班超”五人制足球比赛火热开场。三年级(1)班和(2)班参赛的同学们奔跑起来，全力以赴。

小球员陈梓曼以3粒进球成为本场最佳射手，她接触足球是从一年级开始的。刚入学，学校给每个同学配了球衣、足球，每周安排一节足球课。平时，足球就放在大家各自的储物柜里，无论体育课或是大课间，喜欢足球的孩子都能踢球玩。

“班班有球队，年年有比赛，今年的‘班超’是第五届。”启迪分校校长李清丰介绍，学校将课间活动与足球训练互补，基础体能促进专项技能，专项兴趣反哺体能训练。

记者注意到，同学们在课间除了可以共享“自助”区域的体育器械，还可以和AI趣味运动屏幕互动。四年级同学邵梧桐常和小伙伴玩“打地鼠深蹲”“跳远”等趣味项目。只见她“嗖”地一跳，屏幕上不仅有跳出的距离，腾空高度、摆臂幅度、起跳角度等数据也显示出来，方便了解每次的动作质量。

走进南京农业大学实验小学，教师陆钰涵正带着孩子们练球，为即将揭幕的“班超”做准备。作为有20多年教龄的足球老师，陆钰涵曾是江苏省队队员，退役后从事教学工作。



▲豆包 AI 生成

她告诉记者，学校引进社会资源，聘请退役足球运动员作为校外导师，每周上一次足球课。

“我们是全国首批足球特色学校，形成了建球队、办赛事的传统，还编创了一套足球主题大课间活动。”该校校长张蜜介绍，不少学生在足球运动中找到了自己的潜力和价值。

小足球，大教育。“以体育智”“以体育心”，是南京健康学校建设的注脚。

课间延长到15分钟，每天1节体育课，在校运动时间不少于2小时；各校因地制宜开展羽毛球、攀岩、定向越野等课后社团体育课……南京中小学开展主题化校园体育活动，形成了活动课程化、系列化、品牌化特色。

南京市教育局一级调研员卢普新表示，下一步，将推进落实健康学校建设各项要求，构建促进学生全面发展的高质量教育体系，为培养德智体美劳全面发展的时代新人贡献南京教育的力量。

## 像管课堂一样管食堂

炒锅里热气袅袅，滋滋作响，智能炒菜机器人运转有序，净菜放入，按照预设程序操作，一道宫保鸡丁快速出餐，既高效又卫生。

走进北京市西城区鸦儿胡同小学孝友校区，改造后的80平方米标准化微厨房，不大的空间被收拾得干净整洁，师傅们手脚麻利。“净菜直接放进机器人，所有的菜谱都是配置好的，操作便捷，大大节省了时间。”副校长于良说。

一口热乎放心的饭菜，是健康成长的底气。从吃得饱到吃得好、吃得安，校园餐牵动着学校和家长的心。

鸦儿胡同小学“一校三址”，碎片化布局，加上空间限制，曾让孝友校区面临供餐难题。2025年，学校完成中央厨房+微厨房硬件升级，每日由总校区中央厨房加工净菜，配送至分校区的微厨房制作。“从菜品制作到桶餐进班，仅需半小时。”于良说，这个学期，学校全面启用，当天采购、制作，可为近300名师生供应午餐。

“孩子每天上学前都会问我今天学校午餐吃什么？”三年级学生家长韩秋表示，学校邀请家长参与监督与管理校园餐环节，尝味道、查质量，提升服务透明度。

针对部分学校空间局促、供餐不便等情况，北京因地制宜，推动厨房更贴近学生，成为守护学生健康的生动缩影。

上午10时，首都师范大学附属小学通汇主校区食堂后厨，香菇油菜出锅了。大师傅测温之后装入餐桶，等待运到6.5公里外的柳明校区。10时30分，一个个餐桶和保温箱被抬上封闭式餐车。

“大概要20分钟。运输途中餐桶、保温箱等都会贴上标签，确保餐食不遗洒、不被打开，保证饭菜的安全、卫生和口感。”学校食堂管理员李建辉说。

据介绍，北京市校园餐专项整治开始以来，首师大附小建立智慧食堂管理系统，利用AI图像识别、物联网传感器等技术，自动抓拍报警违规行为、实时预警环境数据异常，构建全链条、可追溯、智能化监管模式。

“孩子‘进嘴的东西’与‘入脑的东西’同等重要，像管教材和课堂一样管食材和食堂。”北京市教委负责人表示，秋季开学前，所有学校食堂须纳入集中定点采购平台采购大宗食材。

(据《人民日报》)

## 给孩子的视力建档案

早上9时50分，山东济南市景山小学，眼保健操的旋律回荡在校园上空。

走进二年级(3)班，仲梓潼同学跟随音乐口令，每一拍轻轻按揉一圈穴位。一旁，班主任潘丽丽不时走动，遇到动作不正确的，及时提醒。

“我的理想是长大后参军，进校门的第一天，老师就告诉我们，要从小爱护自己的眼睛。”仲梓潼说，自己逐渐养成了爱眼护眼的好习惯。

做完眼保健操，仲梓潼与同学们兴奋地走出教室，进行课间活动。来到“爱眼文化长廊”，她站在标识线上，眺望5米外的绿色视力远眺图。

为创设良好的爱眼护眼环境，景山小学建造“爱眼文化长廊”，以视力远眺图、展板等形式，创设爱眼护眼空间，宣传爱眼护眼知识。

远眺图在图上制作出三维空间向远处延伸的立体图形，观看远眺图时，眼睛的焦距会进行调节，可以缓解长时间近距离用眼导致的视力疲劳。“课间的时候，我们经常来这里放松眼睛，下一节课就没有那么累了。”仲梓潼说。

说话的工夫，天空飘来几朵云，天暗了下来。光线变暗，仲梓潼回到教室，打开教室中的护眼灯。开灯后，教室里色温柔和，一下亮堂了。

为加快推进教育装备标准化建设，改善视觉环境，景山小学为30多个教室加装了护眼灯和黑板防眩光灯。光线不再刺眼眩晕，黑板上的板书也更加清晰，学生的学习效率提高

不少。

近年来，济南市历下区政府投入资金，完成全区中小学护眼灯照明升级工程，中小学校区教室照度达到国家标准。

下午2时，走进历下区燕山小学，二年级(13)班班主任王园正细心引导学生开展视力筛查。

毕容羽同学下巴搁在颞托上，眼睛对准屏幕里的电子视标，自动电脑验光仪自动对焦……不出1分钟，眼部的近视、散光、角膜曲率等屈光数据测量完毕。

每名学生检测结束后，校医将结果实时录入电子档案，实现一人一档、动态管理、精准预警，防控工作从“被动应对”转向“主动防控”。

“现在，学校每学期为学生进行两次视力测试，一旦发现近视的苗头，能够及时干预。”燕山小学教育集团党委书记高红燕介绍，针对筛查结果，学校精准施策：为疑似假性近视学生发放家校联动回执，提醒科学干预；对有视力下降趋势和轻度近视的，进行提醒追踪管理，引导科学矫正。

近年来，山东省教育厅指导督促中小学校严格落实每学期2次视力监测制度，为全省约1500万名中小学生逐生建立电子视力档案，监测结果第一时间反馈师生家长。

据介绍，2022年获批全国儿童青少年近视综合防控省级改革示范区以来，山东省儿童青少年近视高发、低龄化趋势得到有效遏制，近3年，中小学生学习率降低4.27个百分点。