

每天一节体育课 每周素质拓展营 月月有体育比赛

减少“小眼镜” 这所城市小学有“秘诀”

“各就各位，预备……开始。”尽管还有一周就要期末考试，成都市金牛区茶店子小学国宾校区（以下简称“茶小国宾”）的“每月一赛”如期举行。8日下午，在踢毽子、垫排球、颠乒乓球决赛现场，学生们一字排开，随着老师一声号令，五彩毽子在小选手的脚上灵动飞舞，小小的乒乓球在球拍上飞快跳跃，一招一式尽显功力。

每天一节体育课、每周素质拓展营、月月有体育比赛，是这所城市小学自2019年建校以来一直坚持的“传统”，也是减少“小胖墩”“小眼镜”“小豆芽”的妙招，不仅提升了学生体质水平，还培养了一批在全国软式棒球锦标赛上斩获金牌的棒球小将。

隆冬时节，走进茶小国宾校园，能感受到学生们火热的运动热情。操场上、走廊里，随处可见学生运动的身影；学生书包里，装着跳绳、毽子、乒乓球拍等体育用品；在各年级课程表上，体育课是名副其实的主科，课时量仅次于语文。

“教育首先要让孩子身心健康，才有持续发展的后劲。”校长吴强说，以体育“强身”“强心”为目标，学校在开足开齐开好国家规定课程基础上，在低年级每周增加一节体育课；高年级利用校本课时和课后延时服务时间，每周增加两节体育课。

“小企鹅走一走，长臂猿跳一跳……”在体操馆内，记者看到一群一年级学生穿着体操鞋，在老师带领下玩“穿越丛林”游戏，学生要跑过平衡木、爬过垫子、跳上蹦床、双手抓住单杠等“障碍”。

“在游戏中，锻炼了学生的协调性和上下肢力量，达成了‘穿越丛林’这节快乐体操课的教学目标。”健美操专业出身的体育老师刘佳说。

在做增量的同时，如何把体育课上好、上

体育曾是五年级男生小邓的弱项，如今他在运动场上找回了自信。他从每次跳绳不到10次，到一分钟跳近200次，获得学校“每月一赛”跳绳比赛优秀奖。茶小国宾设立了各种体育奖项，只要努力，每个人都有机会拿奖。

“人人有项目、班班有队伍、月月有比赛”，良好的校园体育氛围，让越来越多的学生走上操场，在不断尝试中找到擅长的运动项目，学生体育健康优良率逐年提升。

C位体育课“天天见”

对不少城市学校来说，学生人均运动面积小、体育教师不足是体育课难以做“加法”的现实困境。茶小国宾的做法没有奇招，却有实效。吴强介绍说，学校创办之初，优先考虑体育场馆设施建设，还利用教学楼楼顶建网球场，释放更多运动空间，能满足六个班的学生同时上体育课的教学场地需求。

在师资力量上，除了六名在棒球、武术、健美操等方面有所长的在编体育老师外，学校探索与社会体育俱乐部合作，以购买服务的形式聘请专业教练。在保障“每天一节

体育课”安排的同时，丰富了体育“菜单”，让体育走班制教学变为可能，足球、排球、篮球、棒球、武术舞龙、体操、击剑等项目走进课堂。

坚持每天一节体育课，让学生动起来的效果令人惊喜。近三年来，全校五个年级950名学生总近视率低于25%、国家体质健康测试优良率平均达到90%以上。

“最直观的变化是流感季请病假的学生少了。”吴强说，看到孩子变得身强体健、功课没落下，打消了最初有些家长担心开设体育课多了，孩子会受伤、影响学业成绩的顾虑。

把运动的快乐还给学生

精？可以从这堂有趣的体操课找到答案。结合新课标，茶小国宾对体育课程进行创新，建立了“4+1”体育课程体系，即每周四节专项体育课，一节体育选修课。其中，共开设七门专项体育课、九门体育选修课。

刘佳说，在教学内容上，摒弃了过去单一技术和碎片化教学，采取结构化的运动知识和技能教学。在教学方式上提高“趣味性”，增设很多小游戏，一改传统体育课的寡淡无味，课堂越来越丰富好玩，实现师生的双向奔赴。

每周五第三节网球课，是三年级女生刘然希一周中最期盼的课程。周五是全校学生体育选修课时间，也是教练们最忙碌的日子。在两名外聘教练的指导下，刘然希和另外15名同学一起在学校顶楼网球场练习接、打网球。

“之前选过体操、棒球课，网球更好玩。”刘然希很享受打球的过程，能学到炫酷的网球招式，打完球后出汗的感觉很舒服，很放松。

让每个学生闪光

体育带来的远不止这些。以棒球为代表，茶小国宾的一批运动小将在各类各级体育比赛中已崭露头角。2019年学校成立了第一支棒球队，在曾是棒球运动员的副校长黄俭带领下，短短五年里，这群零基础的棒球少年打出了成都，甚至在全国都小有名气，拿下了2021年全国软式棒球锦标赛一二年级组冠军、2023年全国软式棒球锦标赛学校三四年级组冠军。

11岁的叶昊遵是学校棒球队的二垒

手，让这位棒球小将印象最深的，是一场输掉的全国比赛。“当时同伴们都哭了，教练说，比赛有输有赢，要学会面对失败和挫折。”

在运动中壮筋骨、强意志，在比赛中培养团队协作、坚持不懈的精神。在吴强看来，有了这些支撑，不管孩子们未来的人生如何选择，都会像校园里那棵百年银杏树一样，长成根基牢固的参天大树。

据新华社

男子用拆迁款建厂 招聘40多名残疾人员工

近日，一则名为“男子拿200万拆迁款建厂招残疾人员工”的话题引起社会广泛关注。据“文明江苏”消息，2014年老家拆迁后，当事人侯广龙拿出全部拆迁款200万元筹建服装厂，10年间共招募了40多名残疾人员工。侯广龙告诉《北京青年报》记者，他想尽自己的力量，为他们提供一份工作和稳定的收入来改善生活。

在日前公布的2023年第三季度“江苏好人榜”中，现年48岁的侯广龙因建厂吸纳残疾人就业，入选了“江苏好人”。谈起利用拆迁款建厂招聘残疾人的初衷，侯广龙表示，幼年时，父亲存在听力障碍，无法外出务工，家中生活贫困，所以特别能体会残疾人的生活困境。

2014年，侯广龙意外收到了一笔来自老家的拆迁款，共计200万元。起初，他投入20多万元开办了一家服装厂，经营规模较小。一次偶然的机会，厂里招募了两名聋哑人员工。“这

两位聋哑人员工一开始并不具备缝纫工作技能和经验，日常交流也只能通过手势比划来引导，但经过我们的后期培训，两人能顺利完成工作了。”侯广龙说。

侯广龙坦言，正是这两名聋哑人员工出色的工作能力，让他有了招募残疾人员工的想法。2022年春天，侯广龙去华阳街道下甸村的朋友家做客，偶然发现了位于下甸村的残疾人“幸福之家”。他了解到，这里的残疾人一天只能挣10多元，最多也不超过30元，“当时我感觉这些残疾人生活非常困难，就联系村委会，经过商讨，决定将服装厂搬到下甸村，招募村中及附近乡镇的残疾人进厂就业。”

下甸村村委委员戴先生告诉北青报记者，为支持侯广龙建厂，当地村委会对服装厂提供了诸多后勤保障，如帮忙招募残疾人员工，解决残疾人员工用水、用电、住宿等后顾之忧。

由于残疾人员工大多并不具备基本的工作技能，服装厂要先对员工进行培训，再根据员工各自的身体状况分配工作，如缝纫、剪线头、包装、打箱子等。“仅有一只手的残疾人员工，可以做羽绒服充绒程序中的拍绒工作，腿脚不便的员工也能做裁剪等工作。”侯广龙介绍。

侯广龙称，给残疾人员工们的工资待遇一般在2300元至6000元之间，工厂也能够维持正常经营运转。随着残疾人员工数量的增加和经营规模的扩大，投入金额逐渐增加，很快，侯广龙就将200万元拆迁款全部投入到服装厂经营当中。

据了解，侯广龙的服装厂目前有41名残疾人员工，精神类残疾人员工每天的工作时间控制在2~3小时，且在工作过程中也会安排健全工友监护。截至目前，没有发生过突发疾病等危险。

据《北京青年报》

不到1分钟用“锡纸开锁” 男子作案22起获刑10年

不起眼的锡纸，在不法分子手中，却变成了“开锁利器”。记者10日从扬州检方获悉，一徐州籍男子“锡纸开锁”疯狂作案，被判处有期徒刑10年，并处罚金30万元。

前段时间，扬州宝应县一乡镇接连发生两起失窃案，两户主累计被盗黄金近一斤、现金5万余元，现场却没有留下嫌疑人的作案痕迹。通过监控，民警发现案发当天凌晨2点多，一名男子戴着帽子和口罩，用手电筒照明来到失窃户主门前。仔细研究锁孔后，不到1分钟，便打开了门锁，随后入室行窃。

警方对男子行踪轨迹展开侦查，根据失窃现金的人民币冠字号锁定了该男子身份，并将其抓获归案。经查，嫌疑人王某来自徐州，有多次犯罪前科。2012年，王某因盗窃获刑9年。出狱后，王某又干起了老本行，边开车边踩点，锁定作案对象后，利用“锡纸开锁”手段连续作案。截至案发，王某已在山东、江苏、安徽等地流窜作案22起，非法获利30余万元。

近日，宝应县检察院以盗窃罪对嫌疑人王某提起公诉，考虑其系累犯，作案情节严重，法院依法判处王某有期徒刑10年，并处罚金30万元。

据《扬子晚报》