

济宁中小学体质强健进行时

每天运动2小时，体育课要“出汗”！

■济宁日报全媒体记者 杨柳

学生体质健康水平直接影响到青少年一代的健康成长，重视学生身心健康正成为全社会共识。近年来，我市对学校体育、学生体质健康工作的重视程度进一步提升，在各县市区的校园里，一场关于青少年体育教育的创新实践正在展开。我市中小学通过深化体育教学改革、丰富体育活动载体、完善监测评价机制等，将每天运动2小时从理念转化为生动的教育实践，全面推动学生体质健康水平迈上新台阶。

学校体育改革保障运动时间

“学校除了按照规定开全开足体育课外，每天还开展30分钟大课间活动，根据低、中、高年级学生的年龄特点，秉着循序渐进的运动规律科学安排运动量的原则，在跑操、广播体操的基础上融入韵律操、花样跳绳等活动形式，充分让学生动起来，提高体育锻炼的意识。”济宁市北湖第一小学相关负责人说，学校在课后服务时段全面推行多元化体育社团体系，依据学生兴趣与特长，有效整合优质教师资源，组建了跳绳、篮球、足球、乒乓球、体智能等12种体育社团，满足不同学生的运动需求。这是济宁市北湖

第一小学保障学生每天运动时长做出的有效探索。

今年，市教育局印发了《中小學生体质健康提升措施12条》(以下简称《措施》)。《措施》中明确，学校要丰富阳光体育活动，实施体质强健计划，保障学生每天综合体育活动时间不低于2小时。可组织开展教师、学生全员参与的跑步活动，小学段推广全员跳绳普及，义务段探索实施课间15分钟，鼓励开展具有本校特色和适合学生活动的项目。同时，学校要严格落实体育与健康课程标准，每节体育课安排不少于10分钟体能练习，杜绝“说教课”和“不出汗”的体育课。

当前，我市各县市区中小学通过创新课程设计与活动形式，将保障每天运动时长落到了实处。其中，嘉祥县严格按国家课程标准，开齐开足体育与健康课程，确保小学1—2年级每周4课时，3—6年级和初中每周3课时，高中每周2课时。同时，鼓励学校开发特色校本体育课程，如武术、手球、腰旗橄榄球等，满足学生多样化需求。

完善健康监测评价机制

“我们建立了县级学生体质健康监测数据库和数据分析平台，定期发布监测报告。并将学生体质健康测试优良率、合格率等核

心指标，作为评价学校办学质量、校长履职和体育教师工作绩效的硬指标。”据泗水县教体局相关负责人介绍，泗水县把学生日常参与、体育锻炼、竞赛活动、健康知识、体质监测、技能测试等纳入学生综合素质评价体系，形成正向激励机制，促进学生自觉锻炼。

《措施》中提到，各县市区要建立体质健康抽测工作机制，年度内实现中小学全覆盖，并将测试数据反馈至各学校。针对体质成绩良好以下的学生，由体育教师、班主任包保到人，“一人一案”实施精准帮扶。各县市区针对基础薄弱的学校，由教育行政部门帮扶指导，制定改进和提升方案。学生参与各级各类评先树优活动时，参评年度内体质健康测试等级必须达到良好及以上。同时，落实教师待遇保障，将体育教师承担的体育课间活动、学生体质健康测试、体育家庭作业、课业训练、体育竞赛、课后服务等工作统筹计入教师工作量，确保体育教师与其他学科教师享受同等待遇。

家校协调拓展校外锻炼

近日，记者从2025年全市学生体质健康工作会议中获悉，我市各县市区、各学校要进一步强化五育并举，深化教学改革、挖潜课间活动、优化课后服务、拓展校外锻

炼。暑假前后，通过开展宣传教育、布置体育家庭作业等形式，加大对学生体质健康政策的宣传力度，让家长和科学认识体质健康的影响因素，帮助学生养成良好的锻炼习惯。

“学生体质健康的提升离不开家庭的支持和配合。”兖州区第一中学附属学校校长吴尚军说，学校深入开展了体质健康家庭行动，科学设计体育家庭作业，根据不同年级学生的身心发展特点制定个性化运动清单10余份，涵盖跳绳、仰卧起坐、引体向上、立定跳远等多个项目，并明确时长与标准，让学生将锻炼融入日常生活。同时，各班级综合利用家长会、微信群等方式，及时反馈学生的体质健康测试数据、体育课堂表现和体育家庭作业完成情况，全面了解学生整体身体状况，并提供针对性的运动建议。

记者了解到，近年来，我市落实全国体育课程一体化试点任务，推动八段锦、抖空竹等传统体育项目和软式棒垒球、腰旗橄榄球等新兴体育项目进校园、进课程，60%以上的学校设立“菜单式”体育课程。同时，我市加快推进“一校一品”“一校多品”建设，创建全国校园足球特色学校181所、省级体育专项特色高中13所、省级幼儿体育试点幼儿园17所、市级以上体育传统项目学校50所。

农村幼儿园舞狮课程建设研究之我见

■济宁市任城区李营中心幼儿园 马云霞

舞狮是中华民族传统文化的瑰宝，承载着丰富的历史、民俗和艺术元素。在全球化和现代化的冲击下，传统文化的传承面临挑战。农村幼儿园作为幼儿教育的基础阵地，肩负着文化传承的重要使命。将舞狮课程纳入幼儿园教育体系，不仅能够让幼儿从小接触和了解传统文化，增强文化认同感和民族自豪感，还能使传统文化在幼儿心中生根发芽，实现传统文化的活态传承，为农村幼儿园教育注入新的活力。

农村幼儿园开展舞狮课程建设的可行性

农村丰富的文化资源支持。舞狮是我国农村地区重要的民俗活动，特别是在春节、庙会等传统节日期间，经常能看到舞狮表演。幼儿园可以充分利用这些本土文化资源，邀请民间艺人走进幼儿园，为幼儿传授舞狮知识和技巧，为舞狮课程的开展提供专业指导。此外，农村地区的自然环境和开阔场地也为舞狮课程的实践活动提供了便利条件。此外，舞狮表演中色彩鲜艳的狮头、激昂的锣鼓声以及灵动活泼的表演形式，能够极大地激发幼儿的好奇心、求知欲和参与欲，这为舞狮课程的开展奠定了良好的心理基础。

符合幼儿身心发展特点。根据幼儿身心发展规律，3—6岁的幼儿正处于身体发育和动作发展的关键时期，同时也是文化认知和社会交往能力培养的重要阶段。舞狮课程中的简单舞狮动作练习、团队合作游戏等内容，既符合幼儿身体动作发展的需求，又能满足幼儿社会交往和文化学习的需要。

农村幼儿园舞狮课程建设的实施策略

构建课程建设目标，开发特色课程内容。文化认知模块方面，向幼儿介绍舞狮的起源和发展历史，让幼儿了解舞狮在传统文化中的重要意义；展示真实的或制作精美的舞狮道具，如狮头、狮被、鼓、锣等，让幼儿观察和触摸，了解这些道具的名称、用途和特点；结合当地的民俗活动，向幼儿介绍舞狮在传统节日、庆典中的作用和习俗。技能训练模块方面，根据幼儿的身体发展水平，设计简单的舞狮基本动作，如碎步、弓步、马步等步伐练习，以及狮头的左右摆动、上下起伏等动作练习。通过游戏化的教学方式，让幼儿在轻松愉快的氛围中掌握这些基本动作，并通过反复练习，培养幼儿的团队协作能力和默契，不断提升幼儿的舞狮表演水平和表现力。艺术创作模块方面，指导幼儿用彩纸、卡纸、皱纹纸等材料制作简易的狮头，不断培养幼儿的动手能力和创造力；引导幼儿认识锣鼓等乐器，学习简单的锣鼓节奏；引导幼儿创编具有创意的舞狮舞蹈，将舞狮动作与舞蹈艺术相结合，培养幼儿的艺术想象力和表现力。

创新教育教学方法，增强幼儿兴趣热爱。创设与舞狮相关的情境，在教室布置彩旗、锣鼓等道具，让幼儿穿上自制的舞狮服装进行舞狮表演，通过身临其境的体验，让幼儿更深刻地感受舞狮文化的魅力；将舞狮动作学习融入游戏中，如设计“舞狮接力赛”游戏，幼儿分组进行舞狮动作接力，增加课程的趣味性，培养幼儿的竞争意识和团队合作精神；经常性邀请家长参与舞狮课程活动，如组织亲子舞狮道具制作活动、亲子舞狮表演等，为农村幼儿园教育的特色化发展和传统文化的传承创新做出积极贡献，让舞狮这一传统文化瑰宝在幼儿教育中绽放光彩。

儒商文化：新时代商业伦理的瑰宝

■中共梁山县委党校 张业敏

2025年济宁市政府工作报告指出：“探索赓续儒商文化，深度挖掘时代价值，以儒商文化聚商、招商、兴商。”儒商文化是根植于儒家思想的传统商业文化，它不仅是我們回顾历史、汲取智慧的源泉，更是面向未来、推动商业文明进步的重要力量。儒商文化的核心理念可以概括为“以人本、义以生利、尚中贵和、诚实守信、勇于创新、为政以德”。这些理念不仅体现了儒家思想的精神实质，也符合现代商业社会的客观要求。

“以人为本”是儒商文化的基石。儒家主张“仁者爱人”，本身就是一种组织道德观念，强调尊重生命价值，关注人的全面发展。中国古代儒商将这一理念转化为“以客户为中心”的经营哲学，注重提升产品质量和服务水平，满足消费者的多元化需求。

“义以生利”是儒商文化的核心价值观。儒家认为“义”是道德的最高准则，是判断行为是否合理的标准。儒商在追求利润的同时，始终坚守道义底线，如子贡资助孔子周游列国传道，奠定儒家学派经济基础，践行“义以生利，利以平民”的理念。

“尚中贵和”体现了儒商文化的和谐精神。儒家倡导中庸之道，强调事物的平衡与和谐。在商业竞争中，儒商注重合作共赢，他们善于化解矛盾，避免冲突，通过协商和谈判解决分歧，实现互利共赢。这种和谐精神不仅有助于构建良好的商业生态，还能提升企业的社会形象和品牌价值。

“诚实守信”是儒商文化的灵魂。儒家强调言必行、行必果，诚信是企业生存和发展的关键。古代儒商始终坚守诚信原则，不夸大宣传、不虚假承诺、不欺骗消费者，践行“以诚待人、以信取胜”的经营理念。如明清时期徽商胡雪岩亲自撰写“戒欺”匾额，高悬于店堂之上，时刻提醒雇员要诚实守信。晋商提出“宁叫赔折腰，不让客吃亏”的经营理念。

“勇于创新”是儒商文化的时代精神。孔子说：“赐不受命而货殖焉，德则屡中”，反映了子贡敢于为天下先的创业姿态。子贡还通过“结驷连骑”组建规模化商队，开辟跨国贸易通道，反映出了开拓创新精神。孔子还将“勇德”视为“三达德”之一，正是有了这样的品格，古代儒商培育了敏锐的市场洞察力和前瞻性的战略眼光，创造出独特的商业文化和管理模式。

“为政以德”体现了儒商文化的社会责任感。古代儒商将这一理念转化为企业的社会责任和公益精神，他们积极参与社会公益事业，回馈社会、造福民众。如晋商在明清时期多次参与“开中制”，为边陲驻军运输粮草，保障国防安全；徽商通过盐业贸易支持国家财政收入。古代儒商们还通过制定族规、乡约，倡导勤俭、孝悌等价值观，维护地方伦理秩序，成为儒家“礼治”的基层践行者。

当代企业面临着前所未有的挑战和机遇，儒商文化所倡导的诚信经营、和谐共赢、创新进取等理念，为现代企业提供了宝贵的智慧和启示。



岁月如歌，感谢有您。7月2日下午，济宁市实验小学隆重举行2025年功勋教师荣休欢送仪式，为梁捷、李红等七位辛勤耕耘数十载的老教师送上最诚挚的敬意与祝福。 ■通讯员 李娜 摄

家校“零距离”体验 共启初中新篇章

本报济宁讯(全媒体记者 纪闻路 通讯员 戴坤)近日，济宁市实验初中李营校区成功举办主题为“双向奔赴 共创未来”的家校共育交流活动，迎接即将踏入初中生活的学生及其家人，旨在让他们更深入地了解校园文化与教育理念，为学生未来的求学之路奠定基础。当天，学校从清晨起就呈现出一片热烈而有序的景象。

活动伊始，所有老师们于早上7:30准时就位，确保从会场布置到路线指引的每一个细节都得到了精心设计与安排。五楼多功能厅内，循环播放的《初一活动合集》展现了学生们过去一年丰富多彩的学习生活，而《济宁市任城区李营中学书香校园宣传视频》则进一步凸显了学校深厚的文化底蕴与书香氛围。最令人期待的环节莫过于校园参观。家长们逐一走访了学校的各个区域，亲身体验了学校独特的魅力与浓厚的学习氛围。无论是音乐社团的精彩演出、阅览室内的经典诵读，还是美术社团的创意展示，亦或是餐厅内美食的展示，以及篮球场和足球场上学生们精彩的表现，都给家长们留下了深刻的印象。

家校社协同育人

梁山“1738”奏响家风育人协奏曲

■济宁日报全媒体记者 李允 通讯员 马宏强 王世坤

梁山县教育和体育局深入贯彻落实习近平总书记关于家庭家教家风建设的重要论述，紧紧围绕立德树人根本任务，推动社会主义核心价值观在家庭落地生根。高筑“教联体”平台，构建“1738”建设机制，将“家风建设”作为打造全环境育人新格局的重要抓手和根本落脚点。

构建“1738”工作机制

“1”，一个工作主题

立足教体部门职能优势，加强协调联动，突出少年儿童品德教育关键，传承优良家风、汇聚家庭力量，弘扬社会正能量，以家风建设赋能全县教育和体育事业。

“7”，家风教育“七个一”要求

每校组织一场动员会、发放一份《家风建设倡议书》、每月一次主题班会、每学期一堂家风课、每师一封好家书、每家一篇好家规、每生讲一个好家风故事。

“3”，家庭、学校、社会三方教育力量，三个工作维度

建立家校社协同育人“教联体”。家风

建设，学校主导，家庭配合，社会支持；家风教育，学校引导，影响家庭，辐射社会。

“8”，八项具体工作措施，即“引”“晒”“写”“讲”“行”“建”“融”“评”

“引”，组织全县1万余名教职工把家风建设作为师德师风建设的重要内容，把对党忠诚纳入家风建设中，带头廉洁治家，从严管好家属子女。分县、乡、校3个层次召开全县警示教育大会，并邀请县纪委监委人员到场指导。本年度分两批次组织200多名党员干部，到大路口镇张博士集村廉政教育基地、春园家风家训馆等进行观摩教育活动，以纯正家风涵养清明师风。全县5600余名教师实行“挂牌”服务，争做修身齐家的践行者、示范者和引领者。

“晒”，组织师生开展“家规家训家风”图文材料征集评选活动，精选作品在“一网互通”平台上“晒一晒”，链接所有学校、幼儿园师生及家长。并通过班级文化墙、校园文化长廊等进行展示，营造浓厚的交流学习氛围。目前，该项活动正逐步展开。

“写”，2024年起，组织2轮“传优良家风 育时代新人”主题征文活动，用孩子视角、学生笔触记录感人至深、发人深省的家教家风故事，感悟家风传承、人生哲理，开展生动的德育实践活动。先后收到1000余篇

学生作品，从中精选123篇编辑成册(第一期61篇、第二期62篇)。共印刷620册，下发到各学校图书室(馆)，组织师生借阅学习，并把优秀篇章推荐给家长，推进优良家风的传播。

“讲”，近年来共组织家风故事会、演讲比赛2轮，家庭教育指导研讨会两届，家长代表经验交流会3轮。邀请有关专家、志愿服务团队、“五老”人员180人，通过主题讲座、网络课堂、咨询辅导等途径，为学生及家长提供家庭教育指导服务。一实小集团的“家长有妙招”栏目，四实小的“汇德教师说”栏目、新坐标高级中学的“陪伴成长 静待花开”栏目等，定期开讲家庭教育知识与案例故事。

“行”，引导师生及家长践行优良家训、家风，实现“学做合一”，通过食堂公约、劳动实践等措施倡树勤俭节约、自理自立、文明有礼的好家风。倡导师生及家长开展亲子阅读、邻里互助、关爱特殊儿童等活动，形成积极向上、向善向美、互帮互助的良好风尚。部分学校在教室内设置“星光榜”，记录学生践行美德的闪光瞬间。

“建”，加强家风教育队伍和阵地建设。健全县级家庭教育指导中心工作机制，汇集全县心理咨询师和家教指导教师，集研究、

宣传、培训、指导、服务于一体，为家风建设提供专业支撑。完善家长学校建设，编写家庭教育指导教案280个，推介县级指导课程25个，通过两届研讨会培训家教指导教师350人次。

联合有关部门，建设梁山歼灭战遗址纪念馆、春园家风家训馆、大路口镇张博士集村刘氏家祠3处中小学家风教育实践基地，组织相关研学活动3800人次。

“融”，组织各学校设置家风教育课程，融入思政课堂，落实到各类德育实践活动中。通过课堂浸润、家校联动、实践体验等形式，将“家文化”融入校园生活，让孩子们在探寻家风、践行家训中厚植家国情怀，为文明校园注入传统美德的基因。抓住春节、中秋、重阳等节日契机，组织师生在参与中传承节日习俗、感悟时代新风、增强文化自信。同时，引导师生走出“小”家，融入“大”家，积极参加社区宣传、文艺展演、劳动实践等志愿服务活动。

“评”，近年来评选家风教育优秀征文作品123篇、优秀指导教师118人，推选“美德少年”“新时代好少年”230名，配合有关部门创建“书香家庭”1280个。并将于近期评选10处家风教育示范学校。通过表扬激励，引领示范，以点带面。