

课间,当汗水滑落脸颊

新华社济南3月12日电(记者张武岳 张力元)节奏明快的音乐响起,山东省济南第一中学的“阳光大课间”准时开启,3000多名学生以班级为单位列队跑操,步伐整齐。跑操结束,学生们脸颊微红、额头渗汗。稍作休整,另一个属于他们的舞台拉开序幕。

教学楼前的空地上,同学们里三层外三层围成一个大圆弧。几名老师站在学生中间,举着手机,笑眯眯地记录。几天前,高二15班的刘登晨主动报名表演花式跳绳。哨声一响,他深吸一口气,绳子旋即飞舞起来,先是单摇,紧接着是双摇,双脚轻快起落,不知不觉中,汗水顺着脸颊滑落。

一套动作结束,他高举双臂“谢幕”,没有聚光灯,但收获全场最真挚的掌声。“太尽兴了!”刘登晨说。

“我们想给孩子更多元的大课间体验,让他们不仅跑起来、跳起来,也能笑起来、放开来。在这个属于他们的时间,尽情释放压力,表达最真实的自己。”济南第一中学副校长万胜国说。

新学期伊始,记者在济南多所中小学走访发现,“流汗”成为孩子们课间活动的主题。天桥区宝华小学的大课间,30多个孩子站在操场上,一丝不苟地做着有氧暴汗操,体育老师在旁边仔细观察,细心辅导着孩子们的动作。

“我们针对不同体质的孩子,有针对性地设计运动项目,兼顾运动趣味性与实效性。”宝华小学校长周晓琳说。

有氧暴汗操队周围,速度、耐力、柔韧、上肢力量等训练项目同步开展。孩子们边运动、边流汗,动作中透着自信,脸上挂满笑意。“体育是我们的第一学科,健康是我们的第一要求。我们鼓励孩子们参与体育运动,这关乎孩子们的健康、幸福和未来。”周晓琳说。

采访过程中,流着汗向记者讲述自己对体育运动无限热爱的,还有泉星小学四年级学生芦婉晴。她刚参加完大课间的集体跑操、跳绳等活动,汗水未消,就立刻投入到健美操训练中。

芦婉晴说她喜欢在操场上“挥汗如雨”的感觉,特别是和同学们一起锻炼的时候。“大家互相鼓励,共同进步。我也从体育运动中领会到老师讲的永不言弃的精神。”她说。

芦婉晴所在的泉星小学,占地仅4.5亩,跑道周长刚过100米。“转身即围墙”的物理局限,是不少老城区中小学面临的共同难题。

“场地有限,但孩子的成长不能受限。”泉星小学体育老师张晓艺说,为了让孩子们在小场



宝华小学大课间期间,学生们正在运动。新华社记者张武岳摄



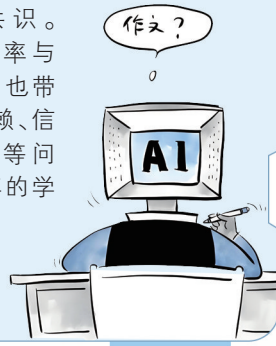
在泉星小学的大课间,学生们正在开展集体跳绳活动。新华社记者张武岳摄

地中有足够运动量,她和同事们精心设计蛇形盘旋前进的跑操路线和为集体跳绳创造空间的斜向方阵,让全校800多名学生可以同时举行大课间活动。

在这所“袖珍小学”,课余时间得到充分合理利用。泉星小学校长郑杰对记者说,学校创新开展“三间运动”模式,大课间组织集体运动,午间20分钟开展太极拳、韵律走等低强度运动,课间15分钟则引导学生自主游戏。

走访过程中,基层教育工作者普遍认为,体育教育的质量,不取决于场地大小、条件好坏,而在于是否拥有“健康第一”的理念。“我们将体育精神细化为积极乐观的向上力和永不言败的耐力。在运动中,孩子们不仅强身健体,更以体强心。他们在汗水中学会坚持,在合作中健全人格,这也是以体育人的应有之义。”郑杰说。

“不少作业和论文的AI痕迹过于明显,这样下去,学生的独立思考能力可能会被削弱。”在高校教授文学概论的王老师的担忧,正成为越来越多一线教育工作者的共识。AI在带来效率与便利的同时,也带来了过度依赖、信息茧房裹挟等问题,对青少年的学习生活和健康发展构成挑战。



AI深度嵌入青少年生活

AI技术快速普及,已经深度融入青少年的学习、娱乐和社交等场景。半月谈记者调查发现,学习能力受到影响是最早显现的问题之一。

初三学生小甲、小乙长期依赖AI完成作业,遇到难题直接“拍照搜”。但在考试中没有工具辅助,两人面对基础问题都无从下手,成绩下滑明显。“平时用AI什么都会,离开AI却无从作答。”天津师范大学马克思主义学院研究员魏进平说,过度依赖AI,可能会削弱学生的逻辑推理和创造能力。

AI算法推荐引发的信息茧房效应同样不容忽视。短视频平台经常向高中生小美推送美妆、穿搭内容。在长期观看中,小美热衷模仿视频内容,进而产生非理性消费。魏进平认为,推荐算法在强化兴趣的同时,也可能影响青少年的认知,限制其多元发展。

在社交层面,AI陪伴正在取代真实的人际互动。12岁的男孩小凯每天与智能音箱对话数小时,在与家人、伙伴交流时则变得寡言少语。心理测试显示,小凯的共情能力低于同龄人平均水平。衡水学院教师、心理学博士周路路告诉半月谈记者,AI提供的“即时回应”若缺乏有效引导,可能会削弱青少年与真实世界的互动能力。

此外,AI生成内容模糊了真实与虚构的边界。14岁女

生小雨将AI生成的虚假“明星聊天记录”当作真实信息转发,导致谣言四起。由于部分AI生成内容高度逼真,一些青少年即便看到“虚构标注”,仍难判断其真实性,存在被误导甚至触犯法律的风险。

“智能陷阱”困境如何破解?

“AI本身并无善恶,关键在于如何引导、监管和使用。”河北省科学院应用数学研究所所长王志强说,构建系统化的保护体系,是防止孩子陷入“智能陷阱”的根本途径。受访专家普遍认为,青少年接触和使用AI已不可逆转,不可能一禁了之,应从教育引导、制度监管和企业责任三个层面协同推进,形成预防与应对“智能陷阱”的合力。

以数字素养与AI素养教育为基础。“教育不能只停留在教孩子‘如何用AI’,更重要的是培养他们‘如何判断和选择’,在享受技术便利的同时保持清晰的主体意识,避免被误导甚至操控。”周路路建议,中小学在开展数字素养课程时,要引导学生加强对AI生成内容的特征、推荐算法的运行逻辑以及隐私保护与网络安全的基本原则的学习。同时,将心理健康教育纳入其中,帮助青少年提升情绪管理和理性社交的能力。

增强算法监管的透明化与可审计性。河北大学马克思主义学院副院长田海舰认为,应针对未成年人的使用场景制定更具针对性的算法监管标准和备案制度,要求平台公开算法模型的训练数据来源、内容分级机制和风险防范策略。同时,加强跨平台、跨部门协作,一旦发现不良内容或诱导性风险,迅速切断传播路径,形成动态优化的监管闭环。

建立健全企业责任机制。多位专家指出,平台和科技企业应将未成年人保护纳入产品设计的底层逻辑,而不能将其作为可选项。例如,实施严格实名认证举措,默认开启青少年模式且不可绕过;智能终端及应用程序应采用最小权限设计,并配套建立针对异常使用的预警和干预机制。来源:新华社

遇题只会「拍照搜」?正在废掉这一代孩子的思考能力吗?

半月谈记者张硕



网络图片