

体育健康和健康教育课啥区别？

海曙区广济中心小学健康教育进课表

关注
课改

随着新一轮基础教育课程改革的推进，中小学的课程设置越来越丰富。近日，海曙区广济中心小学“小太阳健康教育课程”正式开课，由第一医院医生授课。学校把该课程纳入了学生素养评价体系，“健康教育”正式进入了课表。

李宁 池瑞辉 王瑶

“健康教育课”教什么？不同年级有区分

“擦伤、刺伤出血应该立即止血吗？”“扭伤后应该冷敷还是热敷？”三年级的健康教育课上，宁波市第一医院的医生正在教学生们外伤的正确处理方式。

市第一医院医生介绍说，“每一个人都可能发生小意外，最关键的是要学会怎么处理。比如擦伤要先用清水冲洗伤口；刺伤了流血不是特别快，不要马上按住，流血可以带出脏的异物，不容易引起感染。这些细节的区别

往往容易被忽视。”

这学期，广济中心小学开设了健康教育系统课程，针对学生的不同年龄层次，课程内容有所区分：一年级主要了解眼睛的结构和功能，学习眼睛保健知识；二年级教授牙齿保健知识；三年级学习外伤的简单处理；四年级是骨折的现场急救处理；五年级是青春期保健；六年级则是心肺复苏知识。每门课程均由第一医院医生授课，班主任助教，每学期两课时，每课时40分钟。同时学校把健康教育课程纳

入了学生素养评价体系，逢培必考，考查分为理论知识和实际操作。

为什么要开设健康教育课程？广济中心小学校长黄铁成说：“我们发现一些学生年纪轻轻就有腰椎颈椎的问题，有的不注意保护牙齿，一口烂牙，还有的存在心理困扰，这都让我们不得不去面对，也让我们坐不住。我们希望通过健康教育课程，培养学生的健康意识，掌握必要的健康知识和技能。”

撞课“体育与健康”？健康教育内容更精

2001年起，基础教育课程改革对各部门课程产生了深刻影响。其中，体育课更名为“体育与健康课程”，增加了健康教育方面的内容。2008年颁布的《中小学健康教育指导纲要》则进一步强调：学校健康教育实施的主要载体为体育与健康课程，主要师资之一为体育教师，明确了体育与健康课程为中小学健康教育的主要实现途径。

那么，“体育与健康课”和“健康教育课”有什么区别？广济中心小学相关负责人说：“国家颁布《中小学健康教育指导纲要》有一定的灵活性，各地可以根据学校实际设置课程目标和内容。‘小太阳健康教育课程’是一门校本课程，即以

学校为本位、由学校自己确定的课程，将体育中的健康课程单独列出来，深化了健康课程目标，拓展了体育教材中的健康内容，如CPR教学、药箱管理、量血压、建立家庭健康档案等，并由专业医生执教。”

据了解，两门课程虽然有重复的内容，但“小太阳健康教育课程”关于健康教育的目标更加细化。该校表示，“小太阳健康教育课程”主要完成四大目标：了解健康行为知识，培养健康的生活方式；了解疾病预防知识，掌握基本的健康保健技能；了解生长发育过程，掌握青春期保健卫生知识；学习安全应急与避险知识，掌握简单的自救自护技能。

学校表示，有了“小太阳健康

教育课程”，体育课的时空更广泛了，课上可以重点培养学生的体育锻炼习惯，提高运动技能技巧。该校还开设了体育选修课，学生根据特长爱好，可以从足球、篮球、田径、羽毛球、体质提高、武术、乒乓球这些运动项目中，自由选择两项作为志愿，学校打破班级界限，重新组班上课。

据悉，随着学校课程的不断丰富，广济中心小学将根据实际情况重新整合课程资源。“‘小太阳健康教育课程’就是整合了体育课与健康课的相关内容，内容更精，目标更清晰。”该校相关负责人介绍说，“随着课程越来越多，我们会欢迎更多的专业人士为孩子们上课，如银行人员上理财课、消防队员上消防课等。”

奔跑吧！运动健儿！



3月30日，2016年宁波市中学生田径运动会在宁海县技工学校举行。作为一项传统赛事，此次运动会共设置17个赛项，初中、高中各组按年龄、性别共分设4个赛段，共有61个代表队的1169名运动员参赛。据悉，近年来宁海县还承办了“千里走宁海”、“中国户外运动节”、“2015年徐霞客山地马拉松宁海越野挑战赛”等不少大型体育赛事活动。

王小飞 文/摄

寒门学子可申请奖学金读宁诺

本报讯（胡 敏）宁波诺丁汉大学每年8万元的学费，让不少寒门学子望而怯步。为了让家庭经济困难的优秀学子也能享受优质教育资源，该校推出“圆梦计划”奖学金，为符合条件的学生提供涵盖学费（8万元/每年）、书费（约2500元/每年）、住宿费（2000元/每年）甚至海外交换生项目机票费和生活费的全额资助，总额高达34万元人民币。

怎样的学生可以申请“圆梦计划”奖学金？据悉，浙江省内高考生家庭年收入低于2014年浙江省在岗职工平均工资的两倍，也就是96744元人民币的均可申请（根据浙江省统计局《2014年浙江省全社会单位就业人员年平均工资统计公报》，确认2014年我省在岗职工（含劳务派遣）年平均工资为48372元）。

需要注意的是，该项奖学金目前仅适用于浙江省高考生，且资助对象只限于报考宁波诺丁汉大学“4+0”学制专业并达到录取分数线的学生。2016年度名额共计5名，文科2名、理科3名。

“圆梦计划”资助期限原则上为四年，但每学年须进行复核。若学生在一学年中遵守学校各项规章制度，能顺利升级（包括补考合格后升级），即可获得次年资助。另外，符合条件参加宁波诺丁汉大学海外交换生项目的学生，学校还将负担来回机票费用和不高干目的地平均消费水平的生活费，但学校不负担额外的学费支出，且资助时长最多为一学期。目前学校已开始接受申请，报名截止日期为4月30日。

两场教育公益活动期待您参加

本报讯（李 宁）为帮助青少年家长、教师更好地与孩子沟通，4月10日（周日）上午9:30，由宁波市教育局等主办的宁波教育大讲堂将举办2016年第二期讲座，主题是《如何帮助孩子找到目标和动力》，地点是宁波文化广场大剧院（宁波市江东区宁穿东路1900号），主讲人龙迪将具体介绍科学专业的家庭教育方法和经验。

据悉，龙迪是中国社会科学院心理研究所研究员，中国科学院心理所保护儿童及家庭心理支援中心主任、教授，中国心理学会临床与咨询心理学专业注册督导（家庭治疗师），中国心理学会危机干预专业委员会委员。

感兴趣的市民可在4月2日、3日到以下两个取票点凭身份证登记后六位号码免费领票：（宁波）大学园区图书馆（钱湖南路928号）二楼礼仪台，咨询电话：88126500；宁波教育博物馆（海曙区和义路106号）一楼礼仪台。两处取票点限量赠票，领完为止，不接受电话预留。

又讯（陈春玲）为更好地宣传宁波教育成就，让社会公众、家长、学生更全面、更直接了解市属高中的办学现状与办学特色，从4月9日开始，宁波教育博物馆1号、2号临展厅将举办“宁波市教育局直属学校教育教学成果展”。参加展出的学校共计23所，届时会通过图版、实物展示各自的办学历史、办学特色、办学成果等。临展时间为四个月，欢迎有兴趣的市民前往参观。

鲜花祭英烈

近日，海曙区青少年宫组织的清明祭扫先烈活动在鄞州樟村革命烈士陵园举行。百余名小学生在烈士纪念碑前敬献鲜花，默哀缅怀革命英烈，之后还参观了烈士纪念馆，观看《四明丰碑》录像。

李宁 张英 文/摄

