校园探秘：“DE 快乐 15 分”深度游

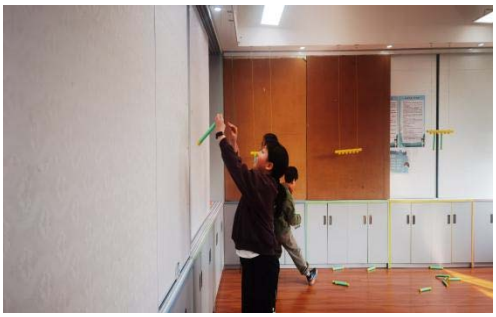
2 月 26 日，学校校级家委会主任翁倩岚和校级家委会家长冯晓萌有幸受邀体验了董家渡路第二小学“DE 快乐 15 分”，亲眼见证了孩子们在这课后 15 分钟的“欢乐时光”，也感受到学校的“用心”。

下课后的操场

体育课后的小憩

走进校园，正值 15 分钟的休息时间，操场上、走廊里、图书馆旁、天台上、活动室，到处都是孩子们欢快的身影。看着孩子们那一张张洋溢着笑容的脸庞，家长们深切地感受到了学校把快乐还给了学生的初衷。

教室里的欢愉



AI 教室的游戏

在与学校老师的交流中，家长代表们更是了解到，这次将课间休息从 10 分钟延长至 15 分钟，是学校经过深思熟虑后做出的决定。学校希望通过这样的调整，让孩子们有更多的时间走出教室，保护视力、放松身心、增强体质；同时也培养他们的社交能力和团队协作能力。而为了确保这一举措的顺利实施，学校对现有资源进行了规划盘整，还增加了看护力量，形成了完备的管理体系。每个活动区域都设置了一位老师在看护，他们三不五时地提醒着孩子们注意安全。这样

的安排既让孩子们玩得尽兴，也让巡视的家长感到十分安心。

与 AI 的互动

银球飞舞

在感受了“DE 快乐 15 分”后，作为家长深感学校在教育理念上的先进与务实。学校不仅注重学生的学业成绩，更关注学生的身心健康和全面发展。这种以学生为中心的育人导向，正是家长所期望的。相信，在这样的教育环境下，孩子们一定能够健康快乐地成长，成为德智体美劳全面发展的新时代少年。

【来自家长的点滴感受】

校级家委会主任—翁倩岚【三 1 班 谢柏言家长】

作为校级家委会主任的我，今天带着团队成员，走进“DE 快乐 15”课间活动。重回“校园”的我，感受到学校将“快乐”与“健康”真正还给了孩子。

课间铃响后，校园成了换了的海洋，孩子们在阳光下奔跑、合作游戏。据老师描述，以往 10 分钟的课间，厕所是孩子们唯一的活动场所。如今不仅课间时间延长，活动器具也增添了不少。操场上，孩子们组队打篮球，跳绳；屋顶的阳光乒乓球场，成了孩子们小型的赛场；还有时下最流行的 Ai 人工智能运动室，让孩子们体验到新科技的魅力。

课间休息安全是家长最为担心的，学校通过“全员护导”打消了这一顾虑。护导老师不仅在操场巡视，连走廊、图书馆等区域也有专人引导。

参观中，印象最深的是老师这样一句话：“孩子们课间游戏，打破了年级、年龄界限，在游戏中，他们与不同的学生互动，是学习人际沟通和交流的宝贵机

会。”

回望校园里孩子们生机勃勃的身影，我真心感到欢欣，因为孩子每天带着笑容回家，让我知道，他在学校的日子有了童年该有的色彩。

校级家委会家长—包强【一 1 班 包嘉谷家长】

非常荣幸受邀体验学校的 “DE 快乐 15 分”活动。学校将课间延长至 15 分钟，让孩子们有更多时间来放松身心、保护视力、增强体质。作为家长，我十分认同并支持学校这一科学的举措！课间中的活动，最让我印象深刻的是人工智能运动室，孩子们通过体感设备与 AI 互动，在运动中感受科技的魅力，既锻炼了身体协调性，又激发了对未来人工智能的探索欲。

开学一周来，孩子明显更爱运动了，每天都主动分享在运动室的新奇体验。这种将健康成长与科技相结合的创新方式，真正做到了即将到来的 AI 大时代的启蒙教育，为学校的智慧点赞！

校级家委会家长—徐吟之【五 1 班 俞祎伊家长】

此次作为校级家委代表，受到学校邀请有幸体验了董家渡路第二小学“DE 快乐 15 分”。自从实施以来，晚饭后经常听孩子绘声绘色地描述今天她又体验了哪项课间活动。置身校园里，耳旁传来孩子们的议论声"今天在操场发明了新游戏"，或是"和小伙伴比赛乒乓获胜了"。这些鲜活的片段让我真切感受到：课间 15 分钟不仅是休息时间，更是孩子们舒展筋骨、释放天性的成长时刻。

教室里专注学习 35 分钟后，孩子们需要奔跑跳跃让血液循环，需要放声欢笑缓解压力。操场上的平衡车游戏，AI 运动智能屏，这些看似简单的互动，其实在培养他们的应变能力和协作精神。我们家长也注意到，为确保活动的开展，学

校同时配备了完善的防护机制，由老师带头，高年级同学作为辅助管理员分发器材，使课间活动有条不紊的进行。

学校能保留完整的课间时间这一举措，让孩子们能享受这份珍贵的自由。当他们多年后回忆小学生活，那些在阳光下肆意欢笑的课间十五分钟，定会成为童年最明亮的底色。

校级家委会家长—沈雯【三 2 班 沈翊云家长】

作为校级家委代表，我有幸被邀体验了“DE 快乐 15 分”。当“每朵花都会盛开”的下课音乐响起，校园里满是孩子们多样的课间身影：乒乓场的活力对打、图书室的专注阅读、操场的尽情追逐，久违童真全面复苏。

延长的课间，价值远超时长增加。孩子们能到户外放松眼睛，在欢笑中运动、因运动融入集体。学校教育者观念转变，教师鼓励学生休息，学校配备了适合课间活动的各种器材。这契合“双减”，尊重孩子成长规律。

孩子回家后，兴高采烈分享课间趣事，作为家长的我深受感染，也更加关注孩子校园生活，家庭氛围因之活力满满。这延长的课间，是学校对童年的珍视，体现教育回归本真，让孩子拥有更快乐的成长体验 。

校级家委会家长—冯晓英【四 2 班　吕梓萌家长】

作为一名普通家长，当听闻董家渡路第二小学推出“DE 快乐 15 分”项目时，心里满是好奇与期待。终于，今天被邀我有幸亲身感受了这一独特的课间时光。

走进校园，恰逢“DE 快乐 15 分”开始，欢快的音乐瞬间将校园的氛围点燃。操场上，孩子们的欢声笑语此起彼伏。低年级的小朋友们兴奋地玩着“打地鼠”游戏；高年级的学生则在进行激烈的篮球对抗赛。

在智能运动室，科技与运动完美融合。孩子们好奇地体验着各种智能运动

设备，而图书馆里则是另一番宁静的景象。喜欢阅读的孩子们带着耳麦，听着 PAD 中的故事。

看到孩子们如此投入地享受课间时光，让我感到这延长的 15 分钟课间，就像一场及时雨，滋润了孩子们的校园生活。他们不仅能够充分放松身心，还能在各种活动中锻炼自己的身体、培养兴趣爱好、提升社交能力。

作为家长，我由衷地感谢学校推行的这一举措。它让我看到了教育的温度和希望，不再仅仅局限于书本知识的传授，更关注孩子们的身心健康和全面发展。

撰稿：　董家渡路第二小学　德育室

　　董家渡路第二小学　校级家委会宣传部

审稿：　董家渡路第二小学　校长室