

日前，万宁市万城小学学生刘怡阳跟着父母走进万宁兴隆热带植物园。他参观可可林，采摘可可果，体验巧克力制作过程。一块块脱模成型的巧克力浓郁丝滑，藏着这个季节鲜活的气息。

5月伊始，首个春假里，像刘怡阳一样走出教室、拥抱大自然的孩子还有很多。他们用脚步丈量城市深处的“烟火人间”，在大自然中探索求知，在旅途中拓宽眼界。

日前，海口、三亚、儋州、文昌、万宁等多市县小学生“解锁”首个春假。春假与“五一”假期相连的8天长假中，我省多地精心打造自然体验、红色教育、文化研学等多元活动，让孩子们在行走与体验中收获成长。



在实践中收获成长

多元的假期生活，折射出春假背后育人理念的深刻转变：教育不再局限于三尺讲台，生活中处处是课堂，时时皆可促进学生成长。

5月7日—8日，海口市美兰区芳园国际艺术村里一片热闹景象，海口市第一中学高一年级学生手握铲子，化身“农夫”，加入到挖地瓜的行列中。

田园中，劳动之美处处可见。学生们陆续体验扎染、竹编项目，制作海南蕙粿，还有人三五成群搬砖头搭建灶台，拾柴生火。每完成一个项目，就可以凭借劳动成果换取食材，学生们手中的地瓜、竹编小船、蕙粿等，都成了灶台边可以换取食材的“货币”。

不多时，锅铲翻飞间，一道道热气腾腾的菜肴陆续出锅。“自己炒的菜，吃起来就是格外香。”学生们纷纷笑着说。从田间到灶台，从非遗工坊到餐桌分享，他们在劳作中感受匠心，触摸文化的温度。

与此同时，在三亚市崖州区的金色稻田里，一群学生正沉浸式感受“粒粒皆辛苦”的劳作过程，收割、脱粒、晒谷，脸蛋晒得通红，手掌磨得发疼，却没人喊累。“课本上说‘春种一粒粟’，今天才知道有多辛苦。”一名学生感慨道。

当春假遇上“五一”假期，会有什么样的新奇体验？在海口美兰国际机场，孩子们的快乐身影随处可见，他们近距离观摩飞机，学习机场净空、防鸟与特种车辆知识；化身小小值机员、安检员，沉浸式体验民航工作；动手拼装飞机模型、彩绘专属飞机，收获别样体验与乐趣……

“研学活动希望改变‘机场只是交通基础设施’的刻板印象，让机场不只是孩子们眼中行色匆匆的航空出行点，而是一座开放的、可触摸的航空知识殿堂。”海口美兰机场研学项目组工作人员表示，通过沉浸式研学体验，孩子们走进航空世界，近距离感受航空科技的魅力，在心中播撒探索航天的种子。

在海南科技馆，每一件展品都是一位无声的“科学导师”。重磅亮相的嫦娥五号返回器与降落伞成为馆内“顶流”，深深吸引着孩子们的目光。在这里，“国之重器”不再是新闻报道里看似遥远的名词，而是成为可观、可看、可感的实物展品。

这些“走出去”的体验，也在悄悄改变课堂。海口一所中学的语文教师张晓婷发现，不少学生将春假里的所见所闻所感写进作文，有人诉说劳作过程的不易，有人写下科技报国的理想，有人描绘海南山川湖海的壮美，字里行间都透着蓬勃的生命力。“春假为孩子提供了开阔眼界的宝贵时机，真正实现了‘学在天地间，长于实践中’。”张晓婷说。

多方协同，让假期更精彩

春秋假制度绝非简单的假期调整，也不只是“多放几天假”。如何让假期“放得好、落得实”，还需要家庭、学校、社会通力合作。

春假中，不少家长面临“看护难”的问题。对此，海南各地用“官方带娃”给出温暖回应——

万宁市整合多方力量，开展“缤纷春假”系列主题活动，通过“托、教、乐、游”相结合的方式，将假期“空窗期”转化为成长“加油站”，让家长“托管放心、工作安心”。

儋州市开设爱心托管班，为全市中小小学生提供公益托管服务，为双职工家庭排忧解难；

临高县开展春假短期公益课堂活动，“小椰青”志愿者每天为孩子们提供作业辅导和安全看护服务，并规划趣味活动和娱乐时间，让孩子们在玩中学、在学中乐……

对于确实需要校内托管的学生，各地教育行政部门提供兜底托管服务，及时开放学校教室、图书馆、运动场馆等，并组织工作人员进行看护，确保学生活动安全有序。

在海南省直属机关第二幼儿园，孩子们玩游戏、听绘本，和老师趣味互动，玩得不亦乐乎；洋浦第一小学精心设计了丰富多彩的非学科类活动，引导孩子们在操场上尽情奔跑，挥洒汗水。

此外，我省文旅部门也提供了丰富多彩的研学产品。春假期间，我省推出十大主题66条精品研学线路，依托航天、海洋、雨林、南繁等本地特色资源，构建“航天+海洋+雨林+自然+人文+科技+红色”多元研学体系，全方位展现海南独特魅力，为青少年及亲子家庭提供多元化、高品质“行走的课堂”。

记者采访发现，昌江、东方等市县将春假时间安排在5月底，与双休日连休，既避免了“五一”期间扎堆出行，也为家庭出游提供了更灵活的选择。



学生们在海口美兰国际机场模拟办理值机手续。

春假期间，海南科技馆迎来研学热潮。
本文配图均由受访者提供

资讯

“非遗+康养”创新共舞 海大师生让“钱铃舞”走进养老院

海南日报全媒体记者 黄婷

“咚、哒、哒……”日前，在海口普亲养老院的活动室里，伴随着富有节奏感的鼓点，30多名老人跟着海南大学硕士研究生何妍婧的节拍缓缓律动，清脆的钱铃声与老人的笑声交织在一起。这里是海南大学硕士研究生创新课题《“非遗+康养”的路径探索：基于海南自贸港背景下的钱铃舞改编与老年人身心健康促进研究》（以下简称“钱铃舞改编”课题）的教学现场。

“钱铃舞”脱胎于海南省级非遗项目——黎族传统民间舞蹈钱铃双刀舞。“原始版本的舞蹈节奏快、幅度大，不太适合老年人练习。我们的创新课题保留了最具特色的‘击铃’动作，将整体节奏放慢了一半，同时去除腿部动作，增加上肢动作，让坐轮椅的老人也能参与进来。”“钱铃舞改编”课题指导教师、海南大学国际传播与艺术学院副教授康可可介绍，改编后的钱铃舞兼具节奏感与安全性，能锻炼老人的手眼协调能力，增强背部、腰部及上肢力量。

这并非一堂简单的“舞蹈课”。据了解，“钱铃舞改编”课题已获批为2025年海南省研究

生创新科研课题，旨在响应“新文科”建设导向，打破学科壁垒，培养复合型人才。同时，通过产教融合机制，推动高校与养老机构、文化企业协同合作，让教学模式更好对接养老产业实际需求。

据了解，“钱铃舞改编”课题组成员均为海南大学舞蹈教育专业研究生。他们查阅了大量老年运动医学文献，设计调查问卷，搜集调查数据，不断根据实践调整教学内容和进度。“课题研究要求我们既要掌握非遗与康养知识，还要具备现场教学能力。”作为“钱铃舞改编”课题负责人，何妍婧表示，在养老院的每一次教学都是“实战”，他们要观察老人的反应，不断调整教学节奏。

“跳完舞感觉全身都轻松了。”70岁的李奶奶笑着说，“这种舞蹈跟平时我们做的手操不一样，有音乐、有节奏，还有‘铃铛响’，特别有意思。”

下一步，“钱铃舞改编”课题团队计划将更多海南非遗项目（如盅盘舞、儋州调声等）引入养老机构，持续探索“非遗+康养”模式，培养更多能独立设计“文化+健康服务”的高级复合型人才。



老人们学习“钱铃舞”。通讯员 张光煌 摄

教育时评

老年私教课 应守住安全底线

杨钧期

近期，老年私教课火了。教练上门，带老人举哑铃、练腿力、防跌倒，这种被称为“体育外卖”的新服务，正成为银发族健康生活的新选择。

老年私教课的出现，绝不仅是市场嗅觉的敏锐，更是社会需求结构变化的产物。我国正处于老龄化加速期，传统养老服务体系仍以照护为主，对主动健康的支撑相对薄弱。许多老年人不缺锻炼的意愿，缺的是安全、科学、可及的专业指导。对于腿脚不便或不愿去健身房排队的老年人而言，这种“体育外卖”填补了居家科学健身的空白。老年私教课让健身从健身房走进客厅，让运动康复从医院延伸到家庭。

但是，必须清醒地看到，涌入这条赛道的从业者资质参差不齐，服务标准模糊、行业标准尚处空白。许多机构宣称教练是体育大学毕业、运动员出身，并以此作为卖点。动辄每小时300—400元的收费，是否真正发挥了专业康复指导作用？老年人的身体往往伴有多种慢性病和心血管风险，指导他们锻

炼，需要一份运动医学和康复知识相结合的运动处方。一名健身教练如果不懂得老年病禁忌，所谓的健身指导有可能变成“健康杀手”。

想让老年私教这一新兴事物行稳致远，不能仅靠商家的自律，更需要制度规范。首先，要尽快建立资质认证与准入标准。既然服务对象是老年人，那么教练的资质就不能只看运动等级，必须强制要求其具备运动康复、急救技能及老年慢性病基础知识等。其次，要制定完善的服务规范与责任界定。上门服务过程中，如果发生意外，责任如何划分？这需要行业出台标准化服务流程和风险评估机制。再次，监管之手应向线上延伸。针对短视频平台上的“抗老”健身内容，平台不应只做流量的搬运工，还应引入专业审核机制，对伪科学、高风险的误导视频下架处理，承担起把关人的责任。最后，引入家庭参与环节，形成安全闭环。应鼓励子女参与评估、签署知情同意书、建立紧急联系人机制。

（据《中国教育报》）

“行走的课堂”更精彩

首个春假开启后，海南科技馆迎来大规模研学热潮，3000余名学生近距离探索科学奥秘；孩子们穿梭在三亚大小洞天的椰林里“追泡泡”，笑声连片；研学团在海南热带雨林国家公园里进行植物科考、夜观探秘、桨板溯溪，解锁雨林生态密码……

从北到南、由东到西，这个假期，山海变课堂，自然成教材，我省多地学子在“行万里路”中打开这个“Plus版假期”。

“平时孩子忙于学业，假期当然要带他到山海间‘撒野’！”三亚市民刘女士说。刚刚过去的假期中，她带着9岁儿子林子轩到蜈支洲岛与深海“约会”。

透过玻璃底船，珊瑚摇曳、鱼群穿梭的壮观景象，令林子轩欣喜万分。他瞪大双眼，生怕错过眼前的精彩瞬间。亲手将珊瑚苗植入海底后，他深刻认识到，大海的资源并非取之不尽、用之不竭，“我要成为海洋守护者，守护我们共同的家园”。

4月30日是海口中小学春假第一天，海口市生活垃圾焚烧发电厂迎来一群特殊的“客人”——30余组亲子家庭。他们走进在线监控室参观垃圾卸料大厅、焚烧车间、环保处理系统等核心区域，全面了解生活垃圾从收集、运输到焚烧发电、无害化处理的全流程。

发电厂垃圾焚烧炉前，一个类似巨型“抓娃娃机”的操作设备，勾起了孩子们的好奇心。只见操作工人拨动操纵杆，精准控制巨型抓斗，“抓娃娃”般前后左右操作，便将垃圾精准投入焚烧炉。“炉温最高温度是多少”“炉渣最终去哪了”……孩子们纷纷举起小手提问，专业讲解员现场讲解，逐一揭开生活垃圾“变废为宝”的奥秘。

春假期间，红色研学也成为学生们的热门选择。在海南省博物馆，海口市第二十五小学四年级学生张桐嫣化身“小小志愿讲解员”，热情为观众们讲述崖州古城的悠久历史。在她看来，这不仅是一次深入的历史文化知识学习体验，更是一次心灵的洗礼，“通过讲解，我更加了解和热爱家乡的文化、历史”。

当风景成为课本，文博场馆变身“大课堂”，春假成为孩子成长路上的重要“补给站”，引导他们将书本知识转化为鲜活的生命体验，在“行走的课堂”中开阔眼界、增长见识。



首个春假N种打开方式 赴一场成长之约

海南日报全媒体记者 张瑰茜