

首个秋假！

博物馆里触摸历史、田野间感知耕耘、工坊中体验创造……宁波中小学的首个秋假，没有千篇一律的“标准答案”。

同学们走出传统课堂，暂别题海，研学旅行、亲近自然、放飞心灵，在多元场景中探索求知，用丰富多彩的经历书写各自的成长故事，让这个特别的假日成了难忘的记忆。

记者 沈莉萍

A 课堂“出走” 博物馆里触摸历史，田野间读耕耘

“课本里说故宫的琉璃瓦是黄色的，亲眼看到时才知道阳光下会泛着金光！”象山县文峰学校小陈同学的北京之行，被妈妈设计成“跟着课本读历史”的研学之旅。在故宫，他们跟着讲解员辨认太和殿的脊兽；在中国国家博物馆，“古代中国”展厅的青铜器让他对“鼎”的认知从文字变成具象。

这种“场景化学习”成为秋假亲子游的主流。携程数据显示，从浙江出发的亲子机票订单量同比增长314%，北京、西安等历史文化名城成为首选目的地。“春秋假”的错峰属性，将亲子旅

行从“摩肩接踵”拉回“从容舒适”。不少家长表示，“带孩子去研学，既增长见识又增进亲子关系”。

课堂不仅延伸到远方的博物馆，更扎根在身边的田野与工坊。奉化剡水田园智创园里，10余户亲子家庭围着农技员，看无人机如何精准施肥；北仑春晓街道的活动现场，“液氮薯片”的仙气还未散去，孩子们又转到豆腐工坊，跟着老师转动石磨，看黄豆在水中变成豆浆，再凝结成豆腐。“以前觉得‘粒粒皆辛苦’是口号，现在磨完豆腐才知道，每样食物都来之不易。”参与活动的学生小周说。

B 独立必修课 “无陪娃”的第一次远行

“妈妈放心，我到沈阳姥姥家会第一时间给你打电话！”在宁波栎社国际机场，宁波大学附属学校的小林同学背着书包，跟着机场工作人员走向登机口。这个五年级的男孩，已是“无陪儿童”服务的“老用户”。秋假期间，像他这样独自出行的孩子明显增多，机场的“无陪儿童”服务量大幅上升。

据机场工作人员介绍，从值机、过安检到登机，他们会全程陪同孩子。“一开始会有点紧张，但看到工作人员

很亲切，就不怕了。”独自旅行让小林学会了整理行李、保管证件，他感觉“自己长大了”。

除了独自探亲，“独立营”也成了热门选择。宁波一家旅行社推出的上海科技馆独立营，让孩子们在没有家长陪同的情况下，跟着导游探索宇宙奥秘、体验科学实验。参与独立营的小何同学说，这是她第一次独自出门，晚上和小伙伴住一个房间，自己洗衣服、叠被子，收获了意想不到的成长。

C 心灵“充电” 调整心态，享受假期

秋假的美好，还在于心灵的“充电”。宁波市荷花庄小学的心理讲座上，国家二级心理咨询师张洁的一句“你的假期心情是什么”，迅速点燃了现场气氛，同学们踊跃分享，用“兴奋”“期待”等词语描绘出丰富多样的内心世界。

张医生倡导“秋假是换个方式成长”的理念，鼓励学生“学业轻充电”，大胆发展一项新兴趣，如学做一道宁波特色菜、探寻家乡古迹等；强调秋假中的情感联结重要性，引导学生思考如何利用假期时光，通过“家庭特别时光”“老朋友新聚会”等方式，用心陪伴家人，深化友谊；她还分享了简单情绪日记法和正念呼吸法，鼓励学生在假期中学会自我觉察，及时为心灵“充电”，妥善处理可能出现的孤独或亲子冲突。

这种“心灵充电”的理念，让不少孩子的秋假多了份从容。铁路宁波站，镇海赫威斯肯特学校的小黄同学在公共钢琴上即兴弹奏乐曲，吸引了不少旅客驻足。他表示，平时学习忙，很少这样放松。这次千岛湖之行，爸爸没有安排密集的行程，可以自己决定做什么。

宁波少年儿童图书馆也成了心灵放松的好去处。这里的开放时间延长至21时，秋假首日就接待了3075人次，11月12日秋假首日接待读者3075人次，较11月10日至11日的日均人次增长167%；图书借还册次同步高涨，当日达3500余册次，较此前日均增长125%。在青少年借阅区，有的孩子窝在沙发里读课外书，有的和家长一起翻看绘本，没有作业的催促，只有书香的陪伴。“假期就该这样子的。”带女儿来借书的陈女士说。

D 托管时光 不是“看孩子”，而是“育成长”

“神兽”放假，但家长仍需上班的难题如何破解？一些社区和学校推出免费托管服务，实现了“孩子有人管、活动有内容、家长可放心”。

“假如风是有颜色的……”鄞州区钟公庙街道泰康社区的“暖心托管班”里，退休语文教师江圣玲正带着孩子们诵读诗歌。隔壁房间，书法老师握着孩子的手，教他们写“秋”字的一撇一捺；宁波中西医结合医院的护士则给孩子们上了一堂心肺复苏急救课，“遇到有人倒地，先大声问‘你还好吗’，再找大人帮忙”。

鄞州区潘火街道尚诚社区的托管班更具特色，三天课程围绕“种子—科学—自然”展开：第一天用秋日种子做手作，第二天做“水主沉浮”实验，第三天构建生态瓶。“孩子回家后兴奋地给我讲浮力原理，还说要给生态瓶里的小鱼写观察日记。”邹女士说。

与此同时，宁波多所学校也推出了秋假托管服务，组织教师开展趣味课程与主题活动，帮助双职工家庭解决现实难题。

“秋假的意义，在于放松身心，为每个孩子提供多元成长的可能。”宁波

有关教育专家表示，这不仅是假期扩容，更是打开成长新窗口的机会，让教育更好地回归“育人”的本质。

成长的

种打开方式，不止于游与学



走进大自然。(任朝晖 摄)

催生淡季出游小高峰

记者 俞家嘉

“我年轻时爬过一次长城，这次带孩子来又是不一样的体验，登上长城才能感受到眼前景色的雄伟壮阔。”昨天一大早，鄞州市民林明和孩子一起登上八达岭长城，举着五星红旗留下了合影。

宁波秋假政策发布后，林明第一时间就在旅行社下单了北京5日游的产品，价格实惠，一大一小6000元左右。

宁波全域旅游研究院执行院长、浙大宁波理工学院教授李华敏表示，春秋假的设置在时间上更具灵活性，有利于激发中短途、深度游和主题游的活力，进一步释放旅游消费需求，形成淡季出游小高峰。同时，促进旅游资源、设施、服务在淡季的有效利用，提振淡季旅游消费，平衡旅游淡季。

“我在小学语文课本上读过《都江堰》，它在我脑海里是一个平面的形象，今天实地游览了，仔细听了导游讲解后，我终于明白了古人的伟大。这座水利工程至今仍在发挥作用，仍在造福‘天府之国’，真的是很震撼！”镇海区仁爱中学初一学生陈俊豪说。

在宁波国际旅行社导游郭志远的带领下，20多人的亲子团游览了都江堰、三星堆博物馆、成都大熊猫繁育研究基地等知名景点，还品尝了当地特色的熊猫宴。接下来，团队还将前往西昌，参观卫星发射基地、建昌古城等。

来自宁波市实验学校的辛宇诺就趁着秋假和父母一起打卡了黄山，“很幸运在黄山看到了日落，还有鲫鱼背、迎客松等课文里的景点。”辛宇诺说。

赏秋景、品秋韵、享秋实，秋假期间，秋收主题乡村游也是备受关注的明星产品。

“非常开心能和小伙伴们一起在稻田里写生，这和教室里的感觉完全不一样。”在位于奉化区尚田街道的莓好农创园，江北区外国语艺术学校五年级学生杨艾妮在稻田边摆上画架，用画笔记录着眼前美景。

“春秋两季气候宜人，亲子家庭的出游意愿更高。”扎根奉化乡村17年的青创客赵洁表示，结合奉化本地特色资源和秋假市场需求，莓好农创园以自然教育、亲子互动为核心，推出了秋收小农夫、小小饲养员等主题的旅游产品，吸引不少家长组团报名。



亲子团争相拍摄大熊猫。

(郭志远 摄)

沉浸式遛娃带热商场人气

记者 孙佳丽 通讯员 崔宁

宁波迎来首个秋假，孩子们的欢笑声不仅“占领”火车站和机场，还在各大商场里回荡。这两天，领着孩子去商场“消磨”时间成为不少家长的热门选项，直接带热商场人气。

坐着小车理个发、戴上VR眼镜体验过山车、DIY个专属石膏娃娃……在鄞州印象城遛娃，毫不费力就可以度过半天时光。

“秋假效应从周二晚上开始显现，当天商场内客流量同比增长32.3%，小朋友明显多了。今天天气好，人气更旺了。”鄞州印象城相关负责人说。

海曙印象城针对秋假推出促销活动，分“给小朋友用的”“给小朋友玩的”“给大人的”及“吃饭的”四类，还开设了秋日市集。统计数据显，前两天，商场客流量较平时增长近五成。

这些并非个例。

宁波宏泰广场11月12日客流量较本周一周二均增长15%以上；宁波K11在11月12日的客流量较平时增长近20%；宁波万象城近两天的人气已接近平时的周五……

汇聚的人气切实转化为实际消费增长。

运动蚂蚁潮玩乐园普通工作日的日均客流量在100人次出头，这两天增长到600多人次，店长吴繁文告诉记者，学生群体占了三成，家庭客群占45%左右。

“作为体验式科技运动馆，秋假给我们带来的客流是实打实的，小朋友最喜欢待在卡丁车区域和淘气堡区域。”吴繁文说。

鄞州印象城内，游玩和餐饮业态颇受欢迎，最早从上午10点就有家长带孩子来玩，很久以前羊肉串、西塔老太太等热门餐饮品牌在晚餐时间均需要排队等候，翻台率有所增长。



青少年借阅区几乎座无虚席。(周晓思 摄)



体验磨豆腐。(许天长 摄)