

上课时间不到80天 宁波将迎来“超短学期”

这几天,宁波市中小学期末测评陆续收官,老师们忙着批改试卷、撰写期末评语,孩子们也即将开启寒假生活。

不少家长早已提前谋划,忙着让孩子预习下学期功课。“下学期上学时间肉眼可见的紧张,过年还要带孩子回老家走亲访友,能静下心来学习的时间没多少,趁寒假让孩子先把新课过一遍,开学才不会慌手慌脚跟不上。”六年级学生家长陆女士坦言。

下学期之所以会成为大家口中的“超短学期”,核心原因其实与节日时间相关:2025年闰六月,使得2026年春节来得格外晚,正月初一在2月17日,这直接导致春季开学时间相应延后,而中小学暑假的启动时间基本固定,新学期的教学时间也因此被大幅压缩,学习节奏势必会变得格外紧凑。

为了让家长和孩子更清晰地了解下学期的时间安排,记者专门梳理了宁波中小学校历。2026年春季学期全市中小学统一在3月4日开学,7月4日学期结束,满打满算仅有18周。

其中,开学第一周前两天不上课,再扣除每周的周末,以及春假3天、清明节1天、五一国际劳动节3天、端午节1天等各类假期,加上中小学期末考试一般定在6月25日左右,孩子们真正的上课时间,连80天都不到。

宁波市名班主任、余姚市中小生长导指导工作站首席导师李照君提醒,下学期是超短学期,学习节奏格外紧凑,寒假正是做好学业衔接的关键期。这段时间要向时间要效率,掌握科学方法才能事半功倍,更要注意孩子的身心协调发展,核心是做到稳基础、养习惯、调状态,助力孩子从容衔接新学期。

接新学期。

家长可引导孩子梳理上学期各科薄弱点,聚焦数学错题、语文生字等基础内容,吃透弄懂核心漏洞,无需贪多刷题、盲目赶进度。同时帮孩子保持规律作息,避免熬夜睡懒觉打乱生物钟,每天规划1小时-2小时固定学习时间,搭配绘本阅读、手工制作等轻松内容,让孩子保持学习手感又不觉得疲惫。

家长还可带着孩子简单预习新学期课本,梳理知识框架、熟悉重点内容,同时督促孩子改善拖延、敷衍的学习态度,避免沉迷电子产品荒废时光。家长要避免教育误区,切勿将寒假变成补课班和集中营,多留些玩耍和亲子相处的时间,让孩子在张弛有度的节奏中调整好身心状态,以饱满的精神迎接新学期的挑战。

记者 万建刚 樊莹



海曙外国语学校的孩子们在放假前写福字。 学校供图

孤独症学生的期末闯关 重在“生活”



生活语文闯关题,藏在一个个红包里。

1月28日,宁波中小学生们迎来了集中的期末测评。其中,还有一群特殊学生,他们的期末测评,同样特殊。

当天上午,记者走进宁波市特殊教育中心学校孤独症学部(宁波市星融实验学校),这里,一年级到三年级的孤独症孩子,正在进行属于他们的期末测评——小马迎新年。“闯关”的内容涵盖生活语文、生活数学、生活适应、唱游与律动、绘画与手工、运动与保健、劳动与技能共7项。每过一关,就可以获得老师给予的代币,拿着贴满代币的闯关卡,晚上回家,他们就可以向家长提一个要求。老师们之前已经与家长沟通好,对于孩子们的期末要求,家长会尽可能给予满足。

也正因此,孩子们对闯关表现得颇为积极。

让孤独症孩子学会基本的交流

走进三年级金星班,7名学生正在不同的老师处“闯关”。

生活语文关,老师会请每个孩子抽取一个他们喜欢的红包。打开,就是他们要答的题,包含了看图说词语、看图说句子、书写两个字。有的孩子语言表达能力相对较好,在老师的提示下就能过关,遇到语言表达能力较弱的,老师会根据图片给出更多信息,提示孩子进行表达。

生活数学关,老师提前准备好了正方形、长方形、三角形等图案,以及代表数量的小棒和1-9的数字及加号、等号等符号图形。孩子们需要根据老师的提示,辨认图形,进行10以内的加法运算。

生活适应关,老师会考察孩子们对常见安全标志的认知能力、刷牙技能的掌握能力等。

旁边,二年级的水星班和一年级的水星班,闯关的内容更简单一些。

以生活适应为例,一年级孩子主要

能认识自己的生活环境,根据图案说出哪里是食堂,哪里是操场,怎么布置教室等;二年级孩子主要认识自己、家人和居住的小区,知道父母的姓名、联系方式、喜欢的食物、知道自己居住在哪个小区等基本信息;三年级孩子则需要掌握刷牙等生活技能。

“对于孤独症孩子来说,我们的教学目标,第一个是让他们生活自理、情绪尽可能稳定;第二个是能融入学校、社区等身边的环境;最终的目标,则是希望他们能融入社会。我们的课程设计、期末闯关,也是基于此进行安排和设计的。”宁波特教中心教导处主任姜佩芳介绍。

“生活语文课,就是要让孤独症孩子学会基本的交流,会认、会写基本的文字,这样,以后他们去超市、坐车、进入社会,基本的交流不会有问题。”金星班班主任、孤独症学部负责人吴露露补充道。

不少孩子真的进步了很多

“与刚来学校时候相比,这些孩子真的进步了很多。”从一年级带到三年级,吴露露见证了金星班孩子点点滴滴的变化。看着认真闯关的佩佩和晨晨,她分享了几年来发生在他们身上的变化。

佩佩同学认知能力相对较好,但情绪不稳定,刚来时经常大吵大闹,不过如今,她的情绪稳定了很多。好多次,吴露露发现她在快发脾气的时候克制住了自己。“这让我觉得很有成就感。”吴露露说。而这种变化,是通过平时一点点的分析引导,加上表现好时候的评价激励,慢慢发生的。

晨晨同学的语言表达能力跟不上自己的想法,慢慢就在家养成了通过

哭闹、打滚来实现愿望的习惯,但凡得不到想要的东西,就会用这种方式来表达。“我们先是在老师之间形成共识,然后与家长沟通,达成家校共育的目标。一开始很困难,但是必须改变这种现状,渐渐地,当他发现哭闹不再能解决需求的时候,我们再跟他讲道理,教他如何表达自己的需求,经过了半个学期左右的‘斗智斗勇’吧,如今真的好了很多了。”吴露露说。

当佩佩和晨晨的闯关卡贴满代币时,他们收获的不仅是期末奖励,更是通向未来生活的钥匙。特教课堂里没有标准答案,只有一点一滴的进步。

记者 王伟 文摄

宁波学子在世界机器人大赛中摘得桂冠

2025世界机器人大赛总决赛日前在江苏无锡落下帷幕。镇海区中心学校六年级学生冯梓妤与队员在“战术大师-棋弈争锋”赛项中沉着应战、奋勇拼搏,成功斩获该项目冠军。据悉,世界机器人大赛被誉为机器人界“奥林匹克”,是教育部认可的全国性竞赛活动白名单赛事。

从无人机操控初学者到世界大赛冠军,冯梓妤用不到两年的时间,完成了一场华丽的逆袭。

2024年6月,她首次接触无人机操控便展现出独特天赋。“她第一次尝试操控无人机时,动作虽然略显慌乱,但眼神特别专注,面对突发状况也能快速调整心态,看得出来很有潜力。”发现冯梓妤天赋的张会阁老师回忆道,正是在一次活动中的偶然发现,让她建议冯梓妤深耕无人机领域,发展专项特长。

“刚开始组队练习时,我们经常因为战术分歧、沟通不畅等影响配合,第一次参加练习赛还输得很惨。”冯梓妤坦言,成长路上并非一帆风顺,屡败屡战是常态。为了突破瓶颈,队员们充分利用节假日、课后时间,泡在训练场地,从操控技巧打磨、战术方案设计,到赛后复盘总结,每一个环节都反复推敲、精益求精。

总决赛赛场上,面对强劲对手,冯梓妤与队友默契配合,凭借精准的操控和灵活的战术,一路过关斩将,最终力压群雄,成功摘得冠军奖杯。

此外,宁波市实验小学的两名同学在该项赛事中获得亚军。

记者 王伟 通讯员 王姿添 贺沁宜