

宁波多所学校实现 午休“躺着睡”



奉化区崎山小学学生在午休。



鄞州区江东中心学校江南校区的学生们在午休。

秋季学期开学,奉化区崎山小学、班溪小学、裘村中心小学、白杜小学4所学校购置了2182套“可躺式”课桌椅,这四所小学的学生午休时间可以躺着睡啦。与此同时,鄞州也有部分中小学实现了午休“躺睡”。

□现代金报|甬派 记者 王冬晓 钟婷婷 通讯员 沈晓萍 王林威 蔡微波 颜如玉

A 奉化2182套“可躺式”课桌椅安装到位

近日,记者在溪口镇崎山小学看到,教室里一张张崭新的“可躺式”课桌椅摆放整齐,学生熟练地拉出椅子底部的搁脚板、调节座椅靠背,仅需短短几秒,课桌椅就变成“小床”。从外观上看,这些课桌椅和普通桌椅差别不大,但内藏玄机,比如椅子顶端有一个头托,平时隐藏在下面,使用时往上拉,用来支撑颈部;椅子下部藏着一块折叠脚踏板,拉出后用来摆放双

脚;该课桌椅还能实现不同角度的躺睡。

奉化区崎山小学党支部书记任宁告诉记者,该校850套“可躺式”课桌椅已全部安装到位,这套课桌椅不仅操作简单,还能调节椅背,躺下比较舒适。此外,为了保证中小学生享有充足的睡眠时间,学校还设置了40分钟的“午休课”。“这样的课桌椅很人性化,同学们很喜欢,给学生提供了舒适的午休设

备。”任宁说。

今年以来,奉化区积极回应群众期盼,及时推进“可躺式”课桌椅配备工作,开展“可躺式”课桌椅进校园试点。奉化区教育局相关工作负责人田玉铭介绍,下一步将督促学校建立完善的午休管理制度,重点做好午休装备的清洁维护、学生午休的组织和管理工作,满足学生个性化需求,确保午休躺睡取得明显成效。

B 鄞州近7000套午睡椅午睡躺垫进校园

本报讯(现代金报|甬派 记者 钟婷婷 通讯员 蔡微波 颜如玉)9月1日,午休时间,鄞州区江东中心学校江南校区的每间教室里安安静静,走近一看,每名学生躺在崭新的午睡椅上,戴着眼罩,身上盖着薄薄的毯子,正睡得香呢。

作为浙江省“午休躺睡”鄞州区试点学校之一的江东中心学校江南校区,利用暑假已经将小学部、初中部全体学生的课桌椅更换成了全新的一体式午睡

椅,让全体学生实现了午休可以躺着睡。

从外观上看,这批新的课桌椅和以往的课桌椅并没有很大的差别,但经过一番简单的操作,它就能变成一张“小床”,让学生在暑热未消的夏末能得到好好的午休。

204班徐晨睿家长说:“我学生时代午休躺着睡,醒来经常是整条手臂发麻,当时想要是能躺着午休就好了,直到毕业,我这个梦想也没有实现。

在听到孩子学校新学年全面推广使用午睡椅这个消息的时候,我非常激动!多功能的午睡课桌椅对孩子的生长发育是很有帮助的,现在的孩子真是太幸福了!”

据悉,新学期,鄞州区要求各学校确保学生每天达到30分钟的午休,各校因地制宜、因材施教。鄞州同时试点部分学校“午休躺睡”,目前近7000套午睡椅、午睡躺垫已进入校园。

《科学》课本里的这棵树 “是咱们学校的!”

本报讯(现代金报|甬派 记者 马亭亭)9月3日,宁波市江北区洪塘中心小学一年级的孩子们惊喜地发现,校园里的一棵树,出现在了《科学》课本里!

“就是这棵树!”几个孩子拿着《科学》教科书,来到这棵树下比对。孩子们手中的这本书,是今年宁波采用的新教材,2024年教科版小学科学一年级课本。

第一单元“周围的植物”中,第5节讲到“植物的变化”,课程内容是让学生们实践、观察身边的植物在生长过程中发生的变化,以及植物生长所需要的条件,不仅有大蒜生根发芽、绿豆发芽等成长周期较短的科学实践内容,还有拓展内容——观察一棵树春夏秋冬的不同样貌。

拓展内容中展示的一组照片,就是出自该校科学教师孙林杰之手。这是一棵无患子树,种在他的办公室窗外,因为他是科学老师,平时就比较关注校园里的花草树木,偶尔的机会,记录下了这棵树一年四季的变化。

“这棵无患子树是我们校园里的一棵网红树,春夏秋冬四季会呈现出不同的颜色、不同的样貌,十分漂亮。孩子们也喜欢在树下玩耍,还曾经借助这棵树的果实进行科学实验、项目化学习。”孙林杰介绍。

事实上,早在2022年11月,记者就曾报道过和这棵树相关的新闻。那时正值秋天,这棵无患子树结满了黄颜色的小果子(又叫“肥皂果”)。孙林杰意识到,校园里的植物资源是一种难得的课程资源,于是,他带着学生们开展了一场科学小探究:“同学们,这些小果子是一种宝贵的材料,它具有皂苷的成分,是一种制作洗手液、洗发露很好的原材料,同时还具有清热、祛痰、消炎、杀虫的功效……”

经过收集果实、煮沸、过滤、装瓶等一系列工序,学生们制作了大量的天然洗手液,在有趣的实践活动中,他们学到很多科学知识,并将知识应用于实际生活。

依托这棵无患子树,学校还开展了许多跨学科、综合性实践活动,不断挖掘校内课程资源,发展学生核心素养。因此,这棵树成了校园里名副其实的“网红树”。

蓝点 一棵树的四季



变化分享在朋友圈。
孙林杰曾把这棵树的四季

“课间十分钟”变“课间一刻钟” 给鄞州这所学校点赞

本报讯(现代金报|甬派 记者 钟婷婷 通讯员 胡雅静)“课间多了五分钟,幸福感满满!”新学期开始,鄞州区东吴镇中心小学对课间安排做出了整体统筹优化,将原来的“课间十分钟”改成“课间一刻钟”,得到了家长和师生们的点赞。

据介绍,该校在上午到校、下午放学、午休午餐时间、大课间时间保持不变的前提下,优化教学安排,适当减少学生自学和整理作业的时间,以此落实两节课之间的15分钟休息时间。

该校党支部书记兼校长谢海麒表示:“我们要像重视课堂一样重视课间,新学期,我们在校园内

补充了一些体育器材,引导教师主动设计、积极参与学生课间活动,让孩子们有益社交、适量活动,使学生在课一日的学习生活更加张弛有度。”

同时,新学期学校将因地、因材施教,对课间安排进行优化和调整,引导教师从“课间活动的管理者”走向“课间活动的共同参与者”,为学生健康成长提供更好支持。

敏捷梯、障碍接力跑、动物模仿秀、线上跳跃、曲线运球……每个班的学生都有自己喜欢的课间活动项目。下课铃声一响,孩子就自发地组织活动,不亦乐乎!

604班陈怡轩同学高兴地说:

“以前课间只有十分钟,上完厕所,准备好下节课的学习用品,又快上课了,很少有玩的时间。现在多了五分钟,可以放心地玩一会儿了!”

该校英语老师翁倩玉说:“课间时间变长,不但孩子们有了更好的活动和休息,我们也有了更多的休息和准备时间。我授课的班级不在同一楼层,不会再出现来不及喝水就要上下一节课的情况。”

谢海麒表示,该校还将强化监督检查,进一步规范教育教学秩序,实行学生监督“问政”机制,定期监督审查校园内是否存在拖堂、提前上课、随意缩短学生课间活动时长等情况,确保“课间一刻钟”落地、落实。



科学课本上,一棵树的春夏秋冬。