

作业限量布置、每天体育活动时间不少于2小时 鄞州区推出“双减”新政

为进一步落实“双减”政策,促进学生全面发展,2月19日,鄞州区教育局发布《关于进一步加强中小学作业和体质健康管理工作的实施意见》。该意见通过“双管齐下”的创新举措,从作业管理和体质健康两方面推出系列改革措施,明确要求各校确保学生每天体育活动时间不少于2小时。

□现代金报 | 甬派
记者 钟婷婷 蔡微波



逸夫中学户外活动。

北仑今年新增 中小学学位6225个

本报讯(现代金报 | 甬派 记者 李臻 通讯员 陈奕颖)2月18日,北仑区教育系统“守正创新 实干奋进”动员大会暨全面从严治党工作会议在北仑区教育三中心举行。会议聚焦“改革进入深水区,不进则退;生态是个易碎品,一失万无;共富方显大担当,使命在肩”三个方面把脉领航,同时围绕重点工作进行全面部署。

在资源扩容和惠民共富方面,2025年新增中小学学位6225个,持续推进东海实验学校庐南校区、外国语学校新建工程、滨海新城实验学校、镇海中学甬江校区二期、白峰中学改建、新大路幼儿园新建、蔚斗小学扩建(一期)、临港经济示范区配套学校、人亚学校、宁波大学附属甬江科创实验学校(滨江新城第一学校)共11个续建项目,对北仑中学等16所学校进行维修改造,新增学生午休躺睡座椅8000套,新建10条以上最美上学路。

在教育装备和数字教育方面,将推进新改扩建学校设施设备采购,加快学前装备升级,落实“趴改躺”项目,提升师生信息素养,推进人工智能教育,助力精准教学。在教育质量、督导和高招工作方面,北仑将深化义务教育优质均衡、学前教育普及普惠,完善督导机制,加强新高考改革交流,提升考务人员专业能力。

在校园安全、心理健康和职业教育领域,完善应急预案,提升安全技防能力,加强心理健康教育队伍建设,深化职业教育与区域经济协同发展,推动中高职一体化人才培养模式创新。

会上,宣读了2024年省级及以上荣誉的先进集体表彰名单,全区共有12所学校获评浙江省中小学校“示范食堂”,11所学校被认定为浙江省现代化学学校,5个单位荣获浙江省示范性党组织等重要荣誉。柴桥中学、新碶教育集团、岷山教育集团大榭二小等代表依次上台领奖,并分享了在党建引领、教育创新、校园文化建设等方面的经验与成果。



会议现场。

A 作业改革 限量供给与质量管控并行

鄞州区在宁波首创“作业限量供给制”,严格划定各学段作业上限:小学1-2年级无书面家庭作业;3-6年级每天书面家庭作业平均完成时间不超过60分钟;7-9年级每天书面家庭作业平均完成时间不超过90分钟。

同时,意见特别规定中小学双休日书面作业总量不超过正常

上课期间一天的书面作业总量,从源头控制学生学业负担。

为提升作业质量,文件提出多项要求。教师自编作业需署名印刷,杜绝原版印刷和超量印刷;学校须设立作业审核机制,倡导设计部分有层次性、挑战性、探究性和实践类作业;全面实施“全批全改制”,明确教师不得要求家长

代批作业,并鼓励运用AI技术进行作业诊断分析。

意见还指出,学校要保证每天至少有一节完整的作业处理课,让学生在在校学习期间能完成大部分书面作业。对于在校参加晚自修的初中学生,晚自修结束后要做到“书面作业不回家”“书包不离校”。

B 体质健康 刚性保障锻炼时间

在体质管理方面,新政提出严格要求。保证每天开设1节体育课或户外体育课,严禁挤占课间和午休时间,确保学生每天累

计有2小时以上的体育活动时间。其中提出试点“15分钟课间制度”,鼓励有条件的学校先行先试。

此外,大课间活动、午间活动与课后托管时段将进行系统整合,形成“30分钟+50分钟+X”的锻炼体系。

C 监测评估 建立“双挂钩”机制

为确保政策落地,鄞州区将作业质量纳入月度督导,实施体质健康数据公示制度。同时创新建立“双挂钩机制”,即教师发展关联班级健康指标,学校评估绑定区域健

康指数。教育局相关负责人表示,将把学生近视率、体质测试成绩等“绿色GDP”作为重要评估指标。

为广泛接受社会监督,鄞州区开通了监督举报通道,全面接受家长对

作业超量、体育活动不足等问题的反馈。该政策被相关教育专家评价为“系统性减负方案”,通过作业精准化、锻炼制度化、评估科学化的组合拳,有望构建五育并举的新教育生态。

对话全球顶尖工程教育领航者 “呦呦海贝”开讲

2月18日上午,“呦呦海贝大讲堂”之“欧林模式”赋能“科创珠峰计划”专题分享活动在海曙外国语学校举行。

美国欧林工程学院工程与创业学C.Jason Woodard教授从全球视角出发,为海曙区中小学科学教研员、信息教研员,学校科学副校长、科技辅导员等科学教育工作者带来一场以“创新与影响力的教育改革”为主题的分享,揭秘创新密码。 □现代金报 | 甬派 记者 林桦 通讯员 励彤 李晨

作为马萨诸塞州的欧林工程学院工程与创业教授,Woodard教授是哈佛大学博士,曾担任欧林学院首任对外项目合作部负责人、深圳科创学院客座教授,他负责开发新的学术合作关系、支持行业合作,以及扩展课程中的体验式学习机会。他主要教授欧林学院一年级课程和高年级项目式课程,多次组织了全球各地教育工作者的师资发展研讨会,并发表了关于数字战略、开放创新和教育技术等多个主题的研究成果。

现场,Woodard教授与老师们分享了全美本科工科top2的创新教育经验,以及他关于新工科教育课程体系的设计思路,赋能海曙教育发展。

Woodard教授介绍了欧林工程学院的概况,并结合具体课程案例,探讨了在实施项目式学习过程中遇

到的挑战和机遇。“欧林工程学院以项目式学习为核心,以重新定义工程教育为目标,打破传统教学模式,旨在把学生培养成为适应性强、富有创新精神和合作精神的工程师,在教学中强调以学生为中心,关注学生的需求和兴趣,通过营造充满信任、开放和快乐的校园,激发学生的学习热情。”Woodard教授分享道。

此外,Woodard教授还深度剖析了大中小学校各阶段科创教育的特点与关联,并分享了他关于如何跨越教育阶段的界限,实现人才培养连贯与高效的实践经验。“我们鼓励学生庆祝失败,同时在如何鼓励孩子们接受失败、正视失败上也进行了很多探索,为他们创设相对安全的失败环境。”他说。

去年5月,海曙区教育局联合



Woodard教授

科技局、科协打造“呦呦海贝”中小学科学教育品牌,并在区人民政府牵头下,于年底全域试点推进李泽湘教授团队“科创珠峰计划”,积极探索幼小初高科创教育一体化发展。依托“呦呦海贝大讲堂”,邀请国内外在科学及科学教育上有卓越成就的专家,为师生、家长提供丰富多元的学习机会,近距离接触和了解科学。据悉,这也是“呦呦海贝”中小学科学教育实施方案中的主要任务之一,亦是创新打造“呦呦海贝”科学教育师资队伍项目的实践之一。

海曙区教育局相关负责人表示,希望这样与“大咖”面对面对话的机会,能引导老师们尽快适应学与教的转型,提升科学育人的能力,从课程、师资、活动、赛事等多方面、高质量提升辖区科学教育水平。