

# 取消早读 8点前到校即可

## 宁波这些学校的新变化让家长们叫好

新学期开学第一天,宁波前湾新区初级中学的校园里,学生们发现了一件和以往不同的事——早读没了。以前雷打不动的7:30—7:50的早读时间,从这个学期开始正式取消。学生们只需在8:00前到校即可。

记者调查发现,宁海县力洋镇前横学校也已经悄悄试点。这所乡镇九年一贯制学校,自去年12月1日起正式取消早读课。

两所学校,一城一乡,不约而同地做出了同一个选择:把早晨的时间还给孩子。

□现代金报 | 甬派 记者 钟婷婷 林涵茜



宁波前湾新区初级中学学生从容走进校园。

学校供图

### 早读取消,多出来的20分钟去哪了?

“希望孩子们不用再强撑着匆匆赶路,能从从容地吃完一顿早餐;老师们也能以更饱满的状态投入教学。”宁波前湾新区初级中学校长鲁纪权道出了调整的初衷。

早读取消了,但新的问题也随之而来:早到的学生怎么管?学习时间变少了,成绩会不会受影响?对于这些问题,前湾新区初级中学领导班子经过反复商议,敲定了配套方案。

针对家长担心的“放松”问题,学校明确表示,此次调整不是降低要求,而是“换个更高效的方式”。原早读时段被整体平移至下午3:30—3:50,同时,学校要求各科教师将读背任务细化落实,并定期通过家校群同步学习情况,随时解答家长疑问。

针对“管理空档”问题,学校制定了“弹性到校”配套方案:学生按

年级错峰到校,早到的学生可进校观看央视《朝闻天下》,了解国内外重大事件。学校还向家长开放校园,学生可以和家长一起去操场晨跑,锻炼身体。

今年2月25日,教育部召开深入落实“健康第一”工作部署会,强调要以健康学校建设为引领,促进学生身心健康全面发展。

“我们学校积极响应,第一步先改善学生睡眠,充足的睡眠时间也有助于提高大脑逻辑思维和记忆力。看着是学习时间变少了,其实是希望提高学习效率。”鲁纪权说。

无独有偶,宁海县力洋镇前横学校在去年12月就迈出了这一步。该校取消早读的初衷很朴素——让孩子们多睡一会儿。

结合学生睡眠需求和上级减负

要求,学校从去年12月1日起正式取消早读,并调整了到校时间。这意味着,孩子们每天早上能多睡20到30分钟。两个多月试下来,变化悄悄发生了。老师们发现,学生迟到少了,上课更专注了,上午的精神状态明显好了起来。

一位老师还观察到一件有趣的事:“上个学期开始,经常有学生7:40出现在篮球场打球,几乎每天都能看到。看着他们精神抖擞地跑进教室,脸上的笑容变多了,我们当老师的,打心眼里高兴。”

孩子们的感受更直接。“能多睡半小时,早上不那么困了,起床更轻松。”“上课更有精神,听课更专心,上午状态比以前好很多。”这是前横学校学生最真实的反馈。

家共同的感受是:孩子睡眠足了,起床不闹了,早餐规律了,学习状态更稳定了。

从城区到乡镇,从本学期到上学期,两所学校不约而同地选择把早晨的时间还给孩子。当孩子们能多睡一会儿,能从容吃顿早饭,能在晨光中打场篮球,对他们来说,学习这件事,似乎回到了更健康、更可持续的轨道上。

正如一位家长所说:“毕竟,好的教育,从来不是用时间堆出来的。”

### 家长从担心到点赞:“我的幸福感也增强了”

学校的这项举措也得到了家长的大力支持。

前湾新区初级中学805班张执与妈妈说:“这项举措很暖心、很人性化!早上的节奏一下子就从容了。孩子早上起来精神多了,能从容地吃好早饭,亲子关系也和谐了不少。有时到得早还能在学校看会儿新闻,增加了孩子看世界的窗口。现在中考命题越来越贴近时事,这种潜移默化的积累对孩子的视野和考试都有帮助。”

704班高锐博妈妈说:“以前孩子6:40起床,现在能睡到7:00,起床气没了,心情也好了。另外,学校还允许亲子晨跑,既能锻炼身体,又是有效的陪伴时间,很有意义!”

还有家长直言:“取消早读后,我的幸福感也增强了。以前因为孩子到校时间跟我上班出门的时间对不上。现在我们两个节奏一致了,他去上学,我送完他直接去上班,这样挺好。”

宁海县力洋镇前横学校的家长们也从一开始的担心变成了点赞。大

## 十年坚守 情暖校园

### 白峰中学“盛威”奖学(育)金已颁发近170万元

本报讯(现代金报 | 甬派 记者 万建刚 通讯员 万良来)3月4日,北仑区白峰中学第十届“盛威”奖学(育)金颁奖典礼在学校举行,现场氛围热烈,掌声阵阵。本次颁奖典礼共表彰优秀学生56名和优秀教师19名。其中,学生斩获“盛威英才奖”等八大奖项,教师荣获“盛威优秀教师奖”等四大奖项,以沉甸甸的荣誉,肯定师生们一年来的辛勤付出与突出贡献。

据悉,早在2016年7月,白峰中学86届校友、盛威国际控股(中国)有限公司董事局主席徐普南,

便委托相关基金会在母校设立白峰中学“盛威”奖学(育)金。该奖项由基金会每年出资20万元,用于表彰品学兼优、勤奋进取的学生,以及深耕讲台、为学校教育事业作出突出贡献的优秀教师。截至本次第十届颁奖典礼,该奖学(育)金已累计发放近170万元,已陪伴师生走过十载,激励着一批又一批白峰中学师生奋勇前行。

颁奖仪式上,白峰教育集团党支部书记、校长石如军向徐普南的慷慨捐助与深情回馈表示感谢,向所有获奖师生致以祝贺。

“徐普南先生作为知名企业家,一直热心公益事业。‘盛威’奖学(育)金的设立,凝聚着徐普南先生心系家乡发展、支持家乡建设的赤子之心,也激励着全校师生不断奋发向上、争取更好成绩。”石如军说,希望获得本次奖学(育)金的师生们再接再厉,以实际行动不断鞭策自己、完善自我;希望教师们继续辛勤耕耘、诲人不倦,以饱满的工作热情、良好的教学风范和高尚的道德情操教育和影响学生,推动学校教育事业更上一层楼。

## 从象山到鄞州 “红美人”树苗 见证教共体成长

本报讯(现代金报 | 甬派 记者 钟婷婷 通讯员 张心怡)“你扶着,我来填土!”“慢点、慢点,根要理理顺……”3月6日上午,宁波市镇安小学贺丞校区篮球场北侧,两排穿着不同校服的学生正在一起种树。泥土沾上了球鞋,手心里蹭得黑乎乎,但没人顾得上擦。这是镇安小学和象山汉章小学的孩子,在一起种植属于他们的“红美人”树苗。

此次植树活动有点特别。汉章小学的师生代表一早从象山赶来,随身带来了象山的“红美人”树苗。这是他们的心意,也是两校教共体的见证物。鄞州区教育局副局长陈基也来到现场,与大家一同参与植树活动。

“象山的‘红美人’可甜了,以后你们在学校也能吃到!”汉章小学五年级庄珂涵同学一边培土,一边跟身边的镇安小学的小伙伴介绍。镇安小学牟雯羽同学听得认真,手上的活儿也没停,两人配合默契,像是早就认识的老朋友。

自去年结为教共体,镇安小学与汉章小学的互动就没断过。骨干教师互派、线上教研同步、名师工作站挂牌……短短一个学期,线下交流活动就有近20次。两校还联手拿下了两项市级课题,成立了“汉镇农学院”。镇安小学党总支书记顾秋红还在宁波市教育系统2026年“新春第一会”上,分享了两校教共体的建设经验,让这份共育的成果被更多人看见。

走得勤了,孩子们也不生分。当天植树现场,很多孩子一见面就聊上了——“上次你们学校老师来上的那节科学课,我到现在还记得!”“我们班用的那个国语读本,是你们学校编的吧?”

植树间隙,镇安小学的学生还准备了科技模型,塞到汉章小学的小伙伴手里,让他们与同学们分享,并送上新年的祝福:新年快乐,喜乐平安。

树苗种好了,孩子们从口袋里掏出准备好的红丝绳,小心翼翼地系在枝头。风一吹,红丝绳轻轻晃动。“象山的‘红美人’树苗,从此要在鄞州的土壤里扎根。两校孩子的情谊,也像这棵小树苗一样,刚刚破土,来日方长。”顾秋红说。



两校学生共栽一棵“红美人”。

通讯员供图