



2026年
7月10日
星期五
丙午年五月廿六

现代金报

宁波教育

66111111

宁波日报报业集团主管主办
宁波市教育局联合主办

身边的教育家

国内统一连续出版物号
CN 33-0062 邮发代号 31-54

总第6465期
今日16版

暑假“存娃” 首选图书馆

详见 A04 版



减重前的样子。学校供图

有大学生 上完体重管理课 判若两人

65%的学生减重5KG以上
跟着课堂知识调整饮食作息
不用节食、不用高强度暴汗



减重后的样子。学校供图



课堂教学。学校供图

金视点

女儿偷偷用压岁钱
买了张去香港演唱会的票
要和同学一起去看
气愤的母亲：
先斩后奏？不行
委屈的女儿：
我犯了哪门子错
“夹心饼”的爸爸：
求助

详见 A02 版

乘风破浪的考生

好心态、运动、听歌
优秀高考生
分享备考心得

详见 A03 版

高校周刊

以前“弹好”是目标
现在“沟通”是关键
什么是民乐
怀抱琵琶的她
琢磨出味道来了



唐诗雨演出现场。视频截图

详见 A07 版

详见 A06 版