

# 新学期 校园『上新』不少新鲜事儿

本报记者 冯维静

这几天,家住中仓小区的张女士在辅导刚上一年级的孩子学习时,发现语文课本有了不小变化。“拼音学习变多了,难度降低了,有些课文也是原来没有的。”不只是学习教材,新学期里,在各个中小校园里,还“上新”了不少新鲜事儿:换新三科统编教材、延长至“课间15分钟”、校内不用再吃盒饭……面对新年级、新知识、新节奏,孩子和家长反响如何?记者对此进行走访。

## 新教材 三科统编教材三年覆盖所有年级

“我发现课本里有很多有趣的插图,有些字我还不认识,但是看图我就知道是什么意思了。”东方小学一年级学生小朱拿到新教材后忍不住马上翻看起来。历时三年多,义务教育新教材在今年新学期陆续投入使用。如何用好新教材,成为这段时间众多老师、学生和家长最关注的话题。

根据教育部发布的《2024年义务教育国家课程教学用书目录(根据2022年版课程标准修订)》,今年秋季开学起,全国小学和初中启用新修订的道德与法治、语文、历史统编教材。根据计划,义务教育三科统编教材将在三年内覆盖所有年级。今年秋季学期,小学一年级和初中一年级使用;2025年,小学一、二、三年级和初中一、二年级使用;2026年,义务教育阶段所有年级全部完成替换。

教材上“新”,进一步丰富中华优秀传统文化、革命文化和社会主义先进文化学习内容。例如:语文教材增加了红色经典篇目,新选入了《雷锋日记二则》《井冈翠竹》等课文。语文教材增选了体现社会主义先进文化的篇目,如反映黄文秀事迹的《青春之光》;反映新时代航天员、戍边英雄、科学家、教育家、一线劳动者事迹和精神的篇目《航天员写给孩子的信》《“蛟龙”探海》等。

一位语文老师表示,从学生角度来看,教材难度降低了,但对老师教学提出了更高的要求:新教材内容丰富多样且注重实践与探究,教师需要花费更多的时间来备课和准备教学资源,如何结构化设计教学,怎么让课堂学习更贴合学生的认知规律,都需要认真考量。不过,教师们普遍认为这是值得的,因为这样可以为学生提供更好的学习体验。

多位一线教师建议家长不用对此焦虑,要更多关注“过程”,学生应保持良好的学习态度,要认真对待每一次课堂学习,也要多读书、多写字,提高自己的阅读和书写能力。家长则应给予孩子更多的关心和支持,帮助他们养成良好的学习习惯。只有教师、学生和家长三方共同努力,才能确保新教材改革的顺利推进和取得实效。

## 新作息 课间10分钟延长至15分钟

新学期,北京的各个中小学“课间10分钟”也优化为15分钟,目前不少学校已开始落地施行。那么,孩子们的感受如何,学校又是如何安排好这15分钟的呢?

北京小学通州分校南校区下课铃刚一打响,学生们就从教室里走出来。有的在楼道里进行文娱活动,更多的是到操场上进行体育锻炼。不少学生告诉记者,课间时间延长了,喝水、上厕所、户外活动从容了不少。

根据《优化全市义务教育学校学生在校课间时间指导意见》,课间时长调整后,小学生上午上课时间、午餐午休时间、下午放学时间总体保持不变。初中生上午上课时间、午餐午休时间保持不变,下午放学时间由学校自行决定是否延长5分钟。各校还应在上、下午各安排一次30分钟的大课间。学生在校每天课间总时长小学阶段不少于90分钟、初中阶段不少于105分钟。

记者调查发现,为了让更多学生走出教室,有的学校从大课间中“匀”时间,科学设置课表,有的开辟多元活动区,还有的校区因场地有限,以不同形式设计课间活动。一位初中生家长表示,无论如何调整课间休息时长,归根到底是要“解放”课间休息,不要把延长的5分钟变成拖堂的5分钟,将课间完整归还给孩子,做到充分利用。

据了解,北京市市区两级教育行政部门将强化监督检查,进一步规范教育教学秩序,严禁拖堂和提前上课,不得随意缩短学生课间活动时长,不得对学生课间活动设置不必要的约束,坚决杜绝课间禁止学生出教室的问题,确保课间要求落实。

## 新午餐 学生们不再吃盒饭

“我爱吃青菜,请帮我多盛点。”“米饭吃不完,不用太多”……中午,下课铃声准时响起,中山街小学永乐店校区三年级(2)班,两名同学穿上围裙,戴好口罩和无菌帽,化身“打饭”小帮手。

记者了解到,新学期,全市中小学由校外供餐方式提供午餐的,实现“桶餐到班”。“桶餐”送进班级,在保证餐食温度的同时,也更好地保留了菜品的味道以及营养成分,口感更佳,让学生吃得放心、开心。“新学期,学校统一提供食品级不锈钢餐具,保证学生吃得安心。”该校配餐企业的一位负责人告诉记者,每次供餐前,工作人员将餐具按班级分装,标明班级和就餐人数。食堂专门配备热循环消毒柜,“学生用过的餐具先用消毒液清洗一遍,再放进消毒柜二次消毒。”

“孩子少带一个包上学,负担都减轻了。”当天到校陪餐的一位家长高兴地表示:“以后再也不用担心孩子在校吃饭问题了,‘桶餐到班’分餐的做法真好。”

记者了解到,今年北京市推进校园餐工作中还有另一项举措,就是校级领导陪餐制。按照要求,新学期,每所学校应制定陪餐方案,每餐均应有学校领导班子成员与学生共同用餐。书记、校长在校期间无特殊情况应当陪餐。陪餐的同时,他们要对饭菜进行客观评价,并及时解决陪餐过程中发现和反映的餐食质量、数量、温度、卫生、餐饮浪费等问题。除了校领导陪餐外,部分学校还邀请学校膳食委员会的校外成员、家长走进学校,与学生共进午餐,以此推动校园餐工作更上一个台阶。



## 新模式 贯通培养范围进一步扩大

新学期,通州区的教育教学安排也有了新变化,发布了新一批集团化办学学校:重点推进永乐店地区和宋庄地区集团化办学,同时,将马驹桥、西集、张家湾地区部分完小纳入教育集团。

通州区教委将永乐店镇中心小学及下辖两所完小德仁务小学、小务小学,共同纳入中山街小学教育集团,成为中山街小学永乐店校区。为了使邻近学校间资源互补,有效衔接,实现组团式发展,该区成立了由永乐店中学、小务中学、柴厂屯学校、觅子店学校、中山街小学永乐店校区共同组建的南部教育发展集群。“这是我们引领区域教育发展的一次探索与尝试,旨在推动集群内各学校在资源共享、师资交流、人才培养等方面进一步强化区域协同,提升通州南部地区的整体教育水平。”相关负责人表示。

同时,通州区将宋庄镇中心小学下辖三所完小葛渠小学、翟里小学、师姑庄小学分别纳入北京教育科学研究院通州区第一实验小学教育集团、北京小学通州分校教育集团及东方小学教育集团;将马驹桥镇中心小学下辖完小西马各庄小学纳入北京小学通州分校教育集团;将西集镇中心小学下辖完小杜柳棵小学纳入芙蓉小学教育集团。该区还成立北京第二实验小学通州分校教育集团,将张家湾镇中心小学下辖完小枣林庄民族小学纳入其中。

2021年,通州区全面启动集团化办学改革,先后成立潞河中学、运河中学、北京教育科学研究院通州区第一实验小学、芙蓉小学等多个教育集团。通州区教委表示,随着新一批集团化办学学校的设立,全区优质教育资源覆盖面进一步提升,教育资源布局得到进一步优化。

## 专家建议

### 新学期动起来 预防肥胖和超重

开学后,孩子如何适应新的生活节奏,通州区妇幼保健院儿童保健部部长卢旭给出建议:家长和孩子一起制定详尽的计划,逐步引导孩子从假期的懒散模式过渡到以学习为主导的生活状态。

卢旭指出,在儿童及青少年阶段,孩子们可能会遭遇多种健康挑战,如近视、超重、肥胖、脊柱弯曲以及心理压力等。例如,当BMI指数达到超重或肥胖标准,或是发现鞋底磨损程度不均,以及孩子对上表现出抵触、焦虑、紧张或不自信等情绪时,都意味着孩子正面临某些健康问题。家长们无需过分焦虑,只要遵循以下几点,便能有效预防以上多种健康问题。

首先,运动是预防近视、超重、肥胖的关键,同时也有助于培养孩子的兴趣爱好。其次,合理的饮食习惯能够维持一天的能量平衡,控制体重,降低超重及肥胖的风险,并帮助孩子树立自信心。此外,充足的睡眠对于保持第二天的精神饱满至关重要,同时也能有效降低近视和肥胖

的发生率。具体来说,小学生每天应保证10小时以上的睡眠,初中生每天应保证9小时以上的睡眠,而高中生则每天应保证8小时以上的睡眠。

除此之外,良好的姿态和体态不仅有助于骨骼的发育,还对预防近视、超重及肥胖有着积极的作用。在日常生活中,家长们应密切关注孩子的生活习惯,如避免单肩背包,注意肩颈部、背部等部位的持续酸痛情况,定期调整孩子的书桌椅高度。同时,多观察孩子的脊柱形态,及时发现并纠正不良姿态,尤其在学龄期,这样的矫正往往能取得事半功倍的效果。

最后,家长们应保持对孩子的持续关注,帮助孩子养成健康行为习惯,提高自我管理能力和保持良好学习状态,定期监测孩子的视力、身高、体重等身体状况,并时常与孩子沟通交流,了解他们的心理状态。一旦发现异常状况,家长们应及时向专业医生咨询,以确保孩子的身心健康。



本版摄影 唐建