

班里 91%的学生视力超 5.0

课间爱把学生“赶”出教室

新闻
现场

当越来越多的孩子开始与平板电脑、手机等电子产品“打交道”，如何保护视力成了家长们忧心的问题。最近一项针对江东区 40 多所小学四年级学生的视力普查显示，超过 56% 的孩子视力不良，其中八成以上为近视。但宁波市曙光小学 404 班，全班 45 名学生中，41 人视力在 5.0 以上。原来，该班班主任施波老师从一年级起就非常注重孩子们的用眼卫生，把护眼工作实实在在放在了心上。

吴彦 庄承婷

上课不爱用多媒体

“我自己患有 800 度近视，所以对保护视力挺敏感的。”施老师说，作为班主任老师，深感肩负为孩子的视力保驾护航的责任。

走进 404 班教室，记者看到，所有的窗帘被拉开，教室里的每个角落都非常明亮；课中，施老师不时走到学生中间，纠正孩子们的不良坐姿……

这堂课上，考虑到多媒体对眼睛的刺激比较大，学生施老师并没有使用多媒体。传统的教学模式，教学效果毫不逊色。施老师常使用一些生动形象的比喻来吸引孩子们的注意力，还偶尔写错字，让孩子们来纠正。“离开了多媒体，我更加注意思考自己的教学方式，对教学也有帮助。”

在午谈课和班队课上，施老师总是给大家灌输用眼姿势。章琪哲左右眼视力分别是 5.0 和 5.2，二年级时两眼都是 4.6。小章说，除了医学治疗，施老师的功劳很大，如今读书写字都养成了好习惯。

保护视力还需要家校联手。家长会上、家长的 QQ 群里，施老师总是动员家长们行动起来，保护孩子的视力。“我们几个家长都达成一致，只在双休日给孩子用半小时到 1 小时，平时把电脑上了锁。”在施老师的引导下，班里的家长统一行动，绷紧了

保护孩子视力这根弦。

“施老师做的这些护眼小事，或许别人也在做，但她能够持之以恒，难能可贵。”学校教导处主任邵贞贞说。

鼓励学生多运动常锻炼

课间 10 分钟，相比于许多老师喜欢让孩子留在教室订正作业或看书，施老师喜欢课间把孩子赶出教室，鼓励他们多运动，常锻炼。

二年级时，班里学生王雨轩渴望参加跆拳道培训班，但父母希望孩子能在假期补习功课。为此，雨轩找到施老师“求救”。在施老师的开导下，家长最终同意让孩子学习跆拳道。

多运动，既保护了视力，也培养出孩子们坚毅的品质。潘咨羽以前的双眼视力只有 4.8，经常会感到眼睛累、发酸。施老师有些着急，她找到小咨羽的家长，建议他们多带孩子去打乒乓球和羽毛球。同时安排小咨羽参加了学校的羽毛球队。每周四次，每次要打一个多小时的羽毛球，连暑假也不例外。一年后，小咨羽成了校队的主力，左右眼视力恢复到了 5.1 和 5.2。

2010 届学生俞斌，每天早上坚持跑步 1 小时上学，整整坚持了 1 年。后来考入效实中学创新班。

经过长期的锻炼，施老师班里涌现出了不少校田径队队员、羽毛球队员。

不良读写姿势、运动不足易近视

课间把孩子们“赶”出教室的做法，得到了市六院眼科中心主任、主任医师王育文的赞同。“自然光下的室外活动，对眼睛是最好的。在大的空间里，眼睛能得到放松，调节功能也会增加。”

新近一项针对整个江东区 40 多所小学的视力普查显示，到了四年级，就有超过 56% 的孩子视力不良，五年级和六年级，这一比例分别上升到了近 72% 和近 86%，其中八成以上为近视。其次，是远视、散光、弱视等问题。

针对近视多发、早发的情况，王医生认为，不良读写姿势是主要诱因。其次，手机等小型数码产品诱发近视的风险是电视的 5 到 7 倍，长期接触这类产品，孩子们的眼睛很受伤。再次，运动不足也会增加近视的风险。

另外，一些家长的态度更让人担忧。不少家长认为等孩子长大后做个激光手术就能矫正了，但若是 600 度以上高度近视的孩子，即使做了手术，视力提高了，但导致眼底病的病理基础仍在，眼底病的发病率仍高于普通人群。

每班一个文化角、每月一项世界主题活动

校园里看国际大世界



学校英文礼仪队学生带领同学们参观校园文化墙。

“welcome to our school.”江外外国语实验小学 4B 班的麻家晗正用一口流利的英语带领新西兰客人参观校园，麻家晗落落大方的表现赢得了外宾的称赞。

成为英文礼仪队员之前，麻家晗胆子小，特别害怕开口说英文，英语学习的积极性也不高。但家晗喜欢热闹，尤其爱参加学校里的活动，这也激发了家晗的英语学习兴趣。如今，她能和外宾较顺畅的交流。

校园活动里“看世界”

激发每个孩子的学习兴趣，体验学习的快乐，江外外国语实验小学主张将各种校园活动与国际文化相结合，这让校园里常常刮起“国际风”。“校园文化淘”“英语节”“走遍世界”明信片制作等多个品牌活动，深受学生们的喜爱。

“快来看，荷兰的五彩风车，便宜啦！”世界文化“淘”活动现场，教学楼的走廊间摆起了展示各国风土人情的世界文化一条街，每个班级根据本班的所属国家，开设一家摊位。韩国的茶道、俄罗斯的钻石镜子……来自世界各地的产品在此汇集，每个摊位被孩子们围得里三层、外三层。销售员、收银员都由学生担任。为了让自家的产品更受欢迎，有的学生还推出了促销手段。义卖的所有收入将存入班级爱心基金。

另一边，教学楼前的空地上正在上演民族风情剧，学校 5A 班的曹琛芸打扮成喀麦隆土著人，表演喀麦隆民间舞蹈，向大家展示喀麦隆的历史文化。有的同学还带来相机，记录下欢乐的时刻。

学校教导主任马宏青介绍，含有“国际元素”的活动月月有，激发了学生英语学习的潜力，拓展了知识面。

班级营造成一个个“国家”

走进校园，每一堵墙、每一个角落都彰显着来自世界各地的文化气息，学校俨然成了一个包罗万象的“世界村”。

学校的每个班级代表一个“国家”。“哥伦比亚”文化园地、“秘鲁”世界窗……设立在教室后墙的世界文化角汇集了各国的民族风情和特色文化，是精彩世界的浓缩展示。而文化角的创意、布置由学生们一手打理，大家足不出户便可以放眼世界。

为了让文化角发挥实实在在的作用，利用班队课时间，学校还邀请家长为孩子们普及文化知识。

学校每层楼设置了洲际文化区，每条走廊分设国旗、国鸟、国花、国服、国景等文化展示区，教学楼一楼大厅还布置了世界文化展示厅。

在大环境的熏陶下，学生们在英语大赛中屡屡获奖。学生曾摘得第十届“星星火炬”全国少年儿童英语风采大赛一等奖、2010 年度中央电视台“希望之星”英语风采大赛浙江赛区一等奖等。“我们超过 10% 的学生在省级以上的英语比赛中获奖。”马宏青老师说。 吴彦 周萍萍 文/摄

比一比 谁的字最棒

汉字是中华民族的文化瑰宝。开展书法教育，不仅能提高孩子的书写水平，也利于充实文化修养。

戎徐小学重视培养孩子们的书写能力，鼓励每一位孩子写一手漂亮的字。每班每周开设一节书法课，外聘书法老师作为学校的常驻教师。每年四月的校园语文月活动中，专门开展书法达标活动，评选展出优秀作品。在江东区教育局一年一度的写字水平过关测试中，学校连续四年获得测试优良率全区第一。

图为孩子们争相欣赏优秀硬笔书法作品。 王碧静 摄



2014年市教育宣传工作会议召开

商报讯 (薛丛川) 5月5日下午，宁波市教育局组织召开全市教育宣传工作会议，总结交流各地各校教育宣传工作的成绩经验，探讨新形势下加强和改进教育宣传工作的思路和措施，部署下一阶段工作任务。市委教育工委书记、市教育局局长沈剑光出席会议并讲话，市教育局副局长胡赤弟主持会议。

会议表彰了 2013 年度全市教育新闻宣传工作 13 家先进单位和 13 位先进个人。宁波大学、宁波职业技术学院、海曙区教育局、宁波外事学校等四家单位作了教育宣传工作经验交流。

会上，沈剑光回顾了 2013 年教

育宣传工作取得的成效。他指出，2013 年，全市广大教育宣传工作者围绕教育思想引导、回应民生关切这条主线，以高度的责任感和使命感，为宁波教育改革发展营造了良好的舆论氛围，进一步提升了宁波教育的影响力。

沈剑光强调，当前及今后一个时期，我市教育宣传工作要宣传贯彻党的十八大、十八届三中全会和习近平总书记系列讲话精神，把培育和践行社会主义核心价值观融入国民教育全过程。要着力加强与社会各界的沟通，客观正确解读教育政策措施，引导人民群众正确看待教育改革发展。要利用好互联网具有的强大媒体功能和社会动员功能，要拓展新

媒体的宣传阵地，在微信、微博等大众喜闻乐见的新的宣传阵地，扩散教育的声音，传播教育的理念，引导社会的舆论。要紧贴中心工作，策划宣传教育综合改革典型经验，广泛宣传在教育改革发展中涌现出的爱岗敬业、改革创新的先进人物。要推进新闻发布规范化建设，重大新闻发布要进行社会稳定风险评估，并做到事实讲清、道理阐明。在全社会营造理解教育、关心教育和支持教育的浓厚氛围。

会议提出，教育宣传工作要为我市教育改革发展提供更好的服务和更有力的支持，为进一步办好人民满意的教育，为推进教育“两个率先”做出新的更大的贡献。