

开学初,北仑两所学校的孩子有了“平躺睡”课桌椅的新闻刷屏了,孩子们能躺平午睡让大家羡慕不已。而同时,新学期一开始,就有家长反映,自家孩子的学校今年没有了午休课,还有家长反映学校要求孩子开学带午睡枕,对此表示不理解。

孩子们在校的午休时间是怎么度过的?午休就是午睡吗?记者采访多所学校,了解到各校的“花式”午休各有特色,花样多多。

午休就是午睡? 一起来看看 宁波一些学校的 “花式”午休

现场
『平躺睡』课桌椅,孩子们都说好

中午12点,午休铃声响起,北仑霞浦学校三年级的同学们熟练放平课桌椅,舒服地躺下,开始午睡。这时,整个校园静悄悄的,不一会儿很多孩子进入酣睡状态。

从开学到现在,北仑霞浦学校三年级同学和顾国和中学一年级同学已经使用“平躺睡”课桌椅三周了,孩子们越来越体会到新课桌椅的好处。“以前趴着睡手会麻,现在躺着睡特别方便,特别舒服!”小洋同学说。而且老师们也发现,学生的午睡质量提高后,下午上课更有精神了,学习效率也有提高。

“提高午休质量,让学生以更加饱满的精神状态迎接下午的学习,对于落实‘双减’政策,保障学子健康成长有一定的促进作用。”北仑区教育局装备中心主任黎勇介绍,“本学期,我们在2所学校2个年级试点投用了新式午休课桌椅。后续将根据师生反馈的实际使用效果,逐步扩大试点范围,让更多学子实现午休‘趴改躺’,拥有更好的休息条件,助力儿童友好型城区建设。”



霞浦学校三年级学生用上了“平躺睡”课桌椅。 学校供图

家长
有人支持午睡 有人支持自主安排活动

记者了解到,从午饭后到下午第一节课前,每个学校都会自主安排这段午休时间。对于这个时间段,很多小学生家长有自己的看法。有家长说:“支持午睡,特别是孩子刚读一、二年级的,睡得好对身体好,才能更好地学习。”“小学生午睡,很有必要。”特别是看到北仑推出的“平躺睡”课桌椅后,有家长更是直言“羡慕了羡慕了”,建议给所有学生都配上午休椅,因为孩子正是长身体的时候。

有家长则表示,自己孩子没有午睡习惯,支持自主安排中午时间,“也有不午休也能好好学习的孩子,不要强制。”



北仑泰河学校建了一个小山坡,供学生在闲暇时光玩耍。 学校供图

观察
午休不单是午睡 看各校的『花式』午休

记者了解到,各校的午休各有特色,除了午睡,还有很多“花式”午休活动。

“我们一般是上学期9月1日开学后到国庆前、下学期6月1日以后这段时间安排午睡,国庆后中午就安排阅读、班级事务处理等了。”霞浦学校的老师告诉记者。

据了解,江东中心学校教育集团江南校区的午间活动十分丰富。该校副校长梁芳说:“我们校区今年9月刚投入使用,因为设备新、硬件好,我们利用一年级教室门口的大片塑胶场地,推出了许多课间游戏,比如跳格子、掷沙包、萝卜蹲、翻花绳,这些活动丰富了课余生活,帮助学生更好地融入集体。”

鄞州区下应中心小学钱校长告诉记者,6月、9月天气热的时候,学校会让学生午睡,但进入秋季,天气渐凉,大家午睡的需求少了,“这时就会安排学生多元化午休。”

“明天开始我们午休时间就安排‘闲暇时光’了。”北仑泰河学校虞老师告诉记者

探索
鼓励各校探索新的午休管理

教育行政部门对于学生午休有没有统一要求?记者了解到,2021年鄞州区教育局出台《关于做好义务段学生午休工作的通知》,要求各学校做好中小学生午休工作。今年秋季开学,鄞州区教育局发布“开学温馨提示”,明确要求各校加强午休管理,因材施教,科学合理安排午休时间,丰富午休生活。通知内容主要包括确保午休质量、灵活安排午休、探索午休管理等方面。

其中,在确保午休质量方面提出:“随着天气逐渐炎热,要求各中小学校为学生开设‘午休课’,安排每天30分钟左右的午休时间,以更好保证下午的课堂学习效率。”在灵活安排午休方面

者,9月开学,在12:10到12:45这段时间,该校一、二年级学生都在教室内午睡,“特别是一年级孩子刚从幼儿园上来,午睡可以给大家有个过渡阶段。”高年级同学一般在这段时间内阅读,“天气转凉后,学校就安排了‘闲暇时光’,操场上会播放音乐,孩子们可以在老师带领下散步、做活动。”值得一提的是,上学期该校还在操场边造了一个小山坡,“闲暇时光”孩子们可以在这里聊天、晒太阳、滑草、做游戏,亲近大自然。

“这几天午休时间,低年级同学午睡,高年级同学阅读。一般在国庆假期结束回来后,午睡也就取消了。”北仑区实验小学谢老师介绍,“中午12:00-12:15,我们学校有个传统节目‘午读时间’。孩子们读的都是传统文化经典书籍,而且每个年级读的内容不同,比如一年级读《三字经》、三年级读《笠翁对韵》、五年级读《唐诗三百首》、六年级读《论语》。我们相信,经过长期积累,孩子们都会有所收获。”

提出:“学校可根据本校实际,合理安排午休时间及午休方式。非寄宿制学校学生校内午休主要通过教室简易午休解决。鼓励教室配备使用隔凉的午睡垫。推动学校图书馆、阅览室、多功能室、体育馆等场所午休时间向学生开放。根据条件配备午休相关设施,也可安排适宜的活动。”

鄞州区教育局工作人员表示:“30分钟的午休课不一定是睡觉,也可以是适宜的活动。我们并未做强制规定,也鼓励学校探索新的午休课管理方法。”

据悉,宁波多个区(县、市)教育行政部门已提出,鼓励学校探索午休管理方法。

记者 李臻 钟婷婷 文/摄

宁波银行专栏

宁波银行:打造开放银行,赋能伙伴企业

近期,一家空调配件企业负责人真切地感受到了宁波银行企业APP的便捷,于是将80%的结算资金转入宁波银行账户。

这家企业原来使用的是老板网银,因企业负责人出差频繁,经常出现“经办操作后,法人无法及时复核”的情况。宁波银行北仑支行业务人员小郑走访企业时了解到这一情况后,第一时间向负责人介绍了宁波银行企业APP。宁波银行企业APP不仅具备“随时随地一键转账汇款”功能,而且企业APP的“票据好管家”帮助企业解决了“月底无法及时查看收票情况、贴现额度紧张”等难题,大大提高企业的财务效率。

宁波银行企业APP作为网银、融资、理财产品等的集成平台,能满足企业融资、结算等多方面的移动办公需求,破解了“老板出差、开会等,无法收付款”的痛点。原先,企业管理层、财务人员所需要的银行服务,多是通过网上银行操作,一旦离开了办公区域的电脑,就看不到业务流程,无法复核、审批。通过宁波银行企业APP,客户几乎可以在APP上办理所有资金业务,资金情况、业务进度、审批流程一览无余,随时随地都可以办理。

当前,在不少企业发展过程中,“数字化、系统化、智能化”需求不断增多,而企业内部管理系统与银行金融服务系统之

间往往是隔绝的,企业内部系统和银行金融服务相关的“资金流、结算流、信息流”不能对接。

宁波银行以客户为中心,持续加大科技投入,集中资源打造开放银行,推出“财资大管家、外汇金管家、票据好管家、政务新管家、投行智管家”五大管家,通过开放银行服务,满足企业“系统化、数字化、智能化”转型需求,实现企业“业务流、信息流、管理流和资金流”与银行系统无缝对接。宁波银行的五大管家为客户带来良好的应用体验,在行业中拥有一定的比较优势。

近年来,在宁波银行的人员结构中,技术人才占比逐年提升,目前总行有

5000多名科技人员,每家分行都有金融科技部,有专门的系统研发人员和科技工程师,每周都会与企业交流解决系统使用中可能出现的问题,与企业保持随时随地的服务和沟通,解决企业最后一公里的科技需求。

宁波银行聚焦iSMART+智慧银行愿景,从“系统化、数字化、智能化”入手,深化科技系统建设,持续赋能金融产品、服务渠道、营销经营、营运风控四大领域,打造业务中台、数据中台、技术中台、研发平台、运维平台五大平台。凭借自主掌握的核心代码和技术,宁波银行各项系统紧跟市场变化,快速迭代升级,满足客户各项需求。

