

小书包也有大学问

从10公斤减到5公斤 “书包称重”实验 这所小学做了三年

小学开学两周,广济中心小学的“书包称重”实验再次开启。上学日的早上8点不到,大队辅导员董思远老师拿着电子秤出现在校门口,随机对孩子们的书包进行称重。

事实上,“书包称重”是广济中心小学生命健康课程之视力脊柱行动之一,早在2017年就已开启,三年来,学校大队部阶段性随机对进校孩子的书包进行称重,根据孩子的体重和所在年级进行衡量,看是否超重。那么,经过三年的实验,学校究竟发现了什么,又改变了什么?

□记者 王伟 通讯员 池瑞辉 周蓉



一名老师在对书包称重。通讯员供图

“书包称重”实验做了三年

“孩子书包重量的标准,我们是请教过医学专家的,一般以不超过体重的10%为宜。如果书包长期超重,会导致脊柱侧弯、高低肩、骨骼发育不良甚至多种身心疾病等问题。”广济中心小学校长黄铁成介绍。实际操作中,因为孩子体重变化较快,也会根据另一种标准来衡量,一般来说,低段孩子书包重量在2-2.5公斤之间,中段孩子书包重量在3-3.5公斤之间,高段孩子书包重量在4-4.5公斤之间,都属正常范围。

实际称重结果如何呢?黄铁成校长回忆说:“一开始,连续几个月随机称重,结果不容乐观。低年级学生书包重量大致在1.5-5公斤之间,高年级学生书包重量大幅度增加,个别书包重量甚至达到10公斤左右。征得孩子同意后,打开书包查看,发现有更多的工作要做:整理、收纳、减负……”

这样的数据,让一直关注孩子脊柱健康的广济中心小学校长和老师们意识到问题不小,于是,“书包称重”实验一直坚持下来。每周,学校还会对抽样称重数据进行分析讨论,并将书包超重的数据以不记名的形式反馈给班主任。从老师的角度而言,当孩子的书包超过一定重量时,需要提醒孩子们提高“收纳”能力;需要和家长沟通,关注脊柱健康问题;更需要进一步了解孩子各学科的学业负担,尽量做到减负均衡。

小书包里蕴藏着大学问

小学生书包超重,仅仅是因为学业吗?在实验过程中,老师们通过研讨发现,书包超重的原因是多元的:学生不善整理,造成资料、杂物等堆积在书包里;学业任务多,导致书包负担过重;课程安排信息沟通不畅,造成资料、文具多带……

为此,学校做了一系列的努力。在有些班级开设书包、课桌整理的讲座,告诉孩子们如何整理自己的东西;在家校本中设立专门的栏目,提前记录第二天的课业安排。在减负问题上,学校定期根据书包称重和课业负担调查等进行分析,分层分类布置可选择、个性化的作业,根据学生的情况制定学业方案。在班级环境的优化上,不少班级还订购储物柜,让学生存放常用的学习用品。如今,高年级段学生书包重量在5公斤左右。

“另外,如果条件允许,还可以在充分考虑视力保护的基础上,试行电子书包等实验。”校长黄铁成说,我们常常慨叹学生的书包太重,该给孩子们减负。这样的问题,需要细致、深入、长期的观察、思考和实践才有可能解决。

在校长的眼中,学生日常学习、生活中,蕴含丰富的教育契机。用心观察,找到牵一发而动全身的“支点”很关键。书包称重,就是其中的一个支点:减负、整理、脊柱健康、家校协作等等教育契机蕴含其中,值得高度重视。

榫卯结构用到“防护用品”设计上 余姚第四职业技术学校学生 解锁“急救担架”拿下一等奖

本报讯(记者 樊莹 通讯员 谢玲玲 吕东娟)近日,一场面向全国职业院校的防护用品设计挑战活动结果揭晓。余姚第四职业技术学校18网络班学生李枝霖的设计作品,多功能“急救担架”拿下一等奖。

说起自己的灵感,李枝霖说:“我们学校每个学期都会举行应急疏散演练。有一次我负责抬担架,从寝室抬到操场让我气喘吁吁,当时有个念头在我脑海里浮现,能不能让担架变得更省力,最好一个人能独立使用担架完成急救的运输工作。”

设计之初,李枝霖以为这个产品设计起来不复杂,但实际操作后才发现有一定难度。最初想让担架直接加上轮子,这样就能在比较平坦的路面上像车子一样移动。但这个想法很快就被推翻,因为软担架加上轮子就必须加高加重担架,这样既不便于携带,又不够轻巧。

“就在这时,忽然想到家里老木头椅子的榫卯结构,担架的旋转陷入另一端的担架杆中,让它的旋转固定到45度,就这样,我解决了这个难题。”难关攻破后,产品建模、产品渲染和排版就很顺利了。一个人就能进行急救运转,大大节省人力和时间,李枝霖希望这个设计能够真正帮助到医护人员,更高效地救治病人。



李枝霖的设计作品。通讯员供图



小而美

文翰书香 恒勤于学

本报讯(记者 张培坚 通讯员 柴曼丽)在瑰伟独特的天封塔南侧,有一所古朴典雅的校园,它就是有着110余年建校史的翰香小学。这所百年名校,经历了“私塾—初小—完小”三个发展阶段,校舍由建校初期的“宗祠一角”发展到如今教育设施齐备的现代化校园,教学宗旨也由振兴家族演变为振兴中华。

百年办学历程,翰香人才辈出。中国科学院院士陈中伟、清华大学教授陈效中、当代民法学家徐开墅、《文汇报》高级编辑徐开全、宁波市原副市长朱尔梅等知名人士都毕业于翰香小学,独特的人文资源优势,折射出基础教育的发展轨迹。

2013年9月,翰香小学迁到莲桥第新址,新校舍总占地面积16359平方米,其中绿化面积2213平方米。雅致悠然的教学楼内,每个楼层被布置得各具特色,成为孩子们展示才艺、畅想未来的平台。

如今,学校在保留“文翰书香”等特色的基础上,又新添许多教育资源,形成调查体验活动、快乐系列活动、课程建设三大特色。



孩子们在图书馆里阅读。



教学楼一楼充满乐感与动感。



孩子们喜爱科技活动。



同学们在跳长绳。记者 张培坚 摄(均摄于2019年12月13日)

▼孩子们在绿茵场上拼搏。

