

■本报记者 张鹏

2660把“可躺式”课桌椅,这学期在崇明区15所小规模学校试用。在有限的午休时间,学生能躺在椅子上小憩片刻,精神饱满地投入下午的学习。这一温馨举措,近日在本报“文汇报”短视频平台呈现后,令很多家长羡慕不已,但也有不少家长留言——“孩子连午休时间都没有,更别说能够躺下来睡觉了!”“每天有写不完的作业,孩子们午休都在排队等老师批改订正,哪里还能睡觉。”……

让学生中午能“躺下来”片刻,究竟能不能全市推广?近日,记者走访多所学校后发现,中小学生在午休时间要“躺下来”,需要突破的阻力不小,而且学生不仅是物理意义上的不能“躺下来”,甚至身心都不能“躺”!

让中小学生在午休时“躺下来”片刻究竟有多难?

让学生中午能“躺下来”的学校少之又少

让孩子们中午可以睡一会儿,是崇明区教育局局长黄宗逸暑假萌发的念头,因为“学生在校时间很长,每天还要参加体育课、大课间等体育运动,其实挺累的。如果让他们中午躺下来休息一会,下午学生精神会更饱满”。

暑假,老师们就找到了这款可以让学生躺下休息的课桌椅,座椅可以调节至120度左右。崇明区竖新小学是此次试点学校之一,副校长张军告诉记者,每天午休时间,班主任会提醒学生把座椅调整到最舒适的角度,并为学生拉上窗帘,关好灯,“天冷了,我们还提醒学生可以自带小被子,避免着凉”。而实施午休“躺下来”后,学生下午上课的状态明显好了很多。

但是,记者近日走访多所中小学时发现,真正能让学生午休可以“躺下来”的学校屈指可数。除了此次试点的崇明区15所学校之外,几乎再难见到。

中午让学生身体意义上“躺下来”的学校少,让学生身心都“躺”片刻的学校更少。“原本属于学生自由活动、休息休闲的午休时间根本没有,更不用说‘躺下来’睡一会儿了。”一位中心城区小学校长的话,道出了不少中小学生在午休时间的现状。

“11:30下课午饭,12:10午自习,12:50下课,下午13:00上课……”在“文汇报”短视频的后台,一位公办初中的学生家长写下了孩子在学校的午休时间表,午休时间“变身”自习课。另一所民办初中也有着同样的安排——中午除了半小时吃饭时间,学校还安排了40分钟的“午休课”,各科老师轮番上阵。更有极端的学校,中

崇明区采购2660把“可躺式”座椅供学生小憩,引发对于中小学午休时间安排的热议

谁“抹去”了孩子们的午休时光



▲ 黄浦区卢湾一中心小学为学生配置贴心抱枕,鼓励午睡。
▶ 崇明区竖新小学作为试点学校,为学生配置“可躺式”座椅。
(均受访者供图) 制图:张继

午时连吃饭加休息,学生只有15分钟。

午休没有了,师生都很无奈——初中生为了提高成绩,把午休变为另一堂自习课;小学生也在加速完成课后作业;而一些学校更是因为担心运动意外伤害,把学生都“圈”在座位上。

让学生中午“躺下来”究竟有多难

为什么让学生中午“躺下来”那么难?最显而易见的原因是空间不够。以此次试点“可躺式”课桌椅的崇明区为例,想要让孩子们“躺下来”休息,需要一定的教室空间。崇明区教育局相关负责人潘家琳介绍,测算下来,一间教室最多放置25把座椅。为此,崇明区首批试点学校均为小规模学校——学生人数不多,教室空间足够。

相比之下,部分中心城区的学校要

让学生躺下休息则空间逼仄。一位小学校长告诉记者,目前小学、初中在校人数仍然处于高位,“一个班级40-45人的情况比较普遍,有时候老师在学生间走来走去都需要侧身,更不要提把椅子放倒让学生睡觉了”。

除了空间有限,从老师到学生的学业压力,也使得午休成为一种“奢侈需求”。

在一所九年一贯制学校里,老师直接告诉记者,初中生午饭时间大概只有15分钟。到了初二、初三年级,很多学生觉得从教室里跑到食堂吃饭15分钟太紧张,干脆不吃了,“有这个时间,不如多刷两道数学题,晚上早点完成作业”。

如果说,初中生有中考和学业的压力,午休时也需要“分秒必争”,那么,小学生是不是可以午休,或者至少可以放松、休息呢?午休时间不能到操场上玩,不能随意走动,只能坐在位置上看书,或者排队找老师批改作业——这成为了不

少小学午休的现状。

虹口区的一位家长向记者讲述了她的经历。去年,她家二宝升入了一所公办小学一年级,按照要求,学生在校午休时间必须在教室看书、写作业。想午睡,家长必须单独向老师申请。这位家长考虑到男孩运动量大,放学后还要上足球课、武术课,便向老师提出午睡申请。

但是几天后,孩子回家和家长说:“妈妈,我不要午睡了。全班除了我,其他同学都在写作业,他们都觉得我是异类。”而在浦东新区一所公办小学,老师虽然没有明确提出午休时间必须要“学习”,但老师会表扬那些提前把作业交上去的学生。在这种“导向”之下,大部分孩子都在午休时间“埋头苦学”。

一位小学一年级新生妈妈告诉记者,她的孩子所在学校午休倒没有作业,虽然没有午睡,但是也不能出门玩耍,只能坐在教室里,这样,学生们干脆每天以

“聊天”度过“漫长的一个小时”。

保证小学生的午休,为何也阻力重重?一位小学教导主任向记者解释了背后的无奈。她说,一方面,现在要求一二年级学生不留笔头作业,小学阶段基本实现作业不出校门,但教学效果总要保证。于是,所有的课间和午休时间,都变成了师生争分夺秒完成作业、批改试卷的时间。而另一方面,则是来自运动意外伤害的压力。如果午休时间让学生到操场上去撒欢玩耍,会增加意外伤害的风险。所以,老师也干脆放弃午休,坐在教室里陪学生,大家相安无事。

为学生定制桌椅,“全员躺睡”并非无计可施

“学生每天从早上到放学,在校时间接近10小时,晚上回家还要接着写作业,其实比打工人还累。”一位初中

生家长在“文汇报”视频号留言中算了一笔账:每天7点起床到校,课后服务结束下午五六点离校回家,到家完成作业等所有学习任务,就算22点上床,学生也得一天15个小时“超长待机”。如果中途运动时间保证不了,中午还不能休息,那别说是长身体的学生,就是成年人也扛不住。

在上海市黄浦区卢湾一中心小学,午饭后让孩子们趴在桌子上午睡,是学校从三四年前就开始的规定。起初,学校还为每个刚入校的一年级学生配置熊猫抱枕,每天午饭后由班主任老师指导学生收拾碗筷、整理桌面,再午睡,至少可以休息半小时。校长吴蓉瑾告诉记者,眼下,抱枕也经历了三次迭代,从最初的熊猫抱枕,到环形抱枕,再到如今考虑到卫生和空间利用改为充气式抱枕,只要能让学生充分休息,老师都愿意下功夫动脑筋。

“休息好,也是为了下午更好地学习。道理谁都知道。”一位初中校长很无奈地说,关键是,在中考指挥棒的压力之下,“剧场效应”不断被放大,没有从心底里敢真正“躺下”的家长和孩子。

“躺下睡、趴下睡都是锦上添花的东西,先减少孩子们的作业再说。”一位初中教师直言,老师和学生的午休时间都被写不完、批不完的题目的卷子所占用。校园里常常见到的场景是:午休时间里三层外三层的学生围着教师,他们不是来批改作业就是来订正考试卷子。“有时候就算老师让孩子们休息一会儿,都没有人能放下手中的笔,他们会自我加压。”这位老师告诉记者,很心疼现在的学生,如何让他们慢下来,歇一歇,这恐怕是全社会都应该思考的事情。

其实,即便在有限的空间里,让学生实现“躺下来”睡觉也有探索的空间。

仅在这学期,重庆、福建泉州、浙江杭州、河南郑州等多地的学校均启用“可躺式”课桌椅,呵护学生的身心健康。在杭州,新学期有7500套躺睡课桌椅已经落实到13所中小学。教育局前期测量了全区每所学校教室的面积,并结合实际情况,邀请教育专家、医疗专家参与课桌椅的设计和定制过程,共有9个款式的躺睡课桌椅供学校选择,确保“全员躺睡”真正得以实现。初步预计到2027年,杭州市滨江区“躺睡”实现全覆盖。

“随着现在出生人口的逐渐减少,未来,小班化教学或将变为现实。”一位特级校长感慨,当教育生态转变为培养孩子真正的素养,当教育环境更适合学生的个性化发展,师生才能真正实现午休可以“躺下来”睡一会儿。

上汽大众 SAIC VOLKSWAGEN

40 让大众更出众

途岳新锐 万众之选 11月销量突破1万

一口价7.99万元起

动力总成终身质保*



立刻扫码 了解详情

svw-volkswagen.com

*活动时间:即日起至2024年12月31日
*数据来源于终端销量
*详情请洽当地经销商

