

观察



聚焦帮学生保持健康体重,不少学校积极开展相关工作——

# 如何帮中小学生学习正确“解锁”体重管理

本报见习记者 张纯纯

开学先测体重指数(BMI)、校园上新健康餐……最近,不少中小学校都在实施儿童青少年科学减重计划。今年全国两会期间,国家卫生健康委员会主任雷海

潮表示,将持续推进“体重管理年”行动。一时之间,“体重管理”成为热议的焦点。其中,中小学生的超重等问题也引起了社会广泛关注。如何让中小学生学习保持健康体重,家校社又该如何合力?记者对此进行了采访。

## 关乎未来

## 体重管理是道“必答题”

“有研究预测,2030年我国儿童超重肥胖率将达到31.8%。”翻看国家卫生健康委发布的《体重管理指导原则(2024年版)》,这则来自未来的预警信息值得关注。

相关研究表明,儿童青少年肥胖有一定概率会延续至成年期肥胖,使其成为未来几十年心脑血管疾病及糖尿病的高危人群。

“体重的增加也会加重学生的心理负担。”四川省内江市教育科学研究所心理健康教研员张丹表示,一些肥胖学生在同伴交往中得不到正向反馈,容易产生容貌焦虑、自卑等心理问题,“有的学生想控制体重,但又没有掌握正确的体重管理知识,会出现极端减肥的情况,对身心造成更大的危害”。

中国教育科学研究院体育美育教育研究所助理研究员袁圣敏提醒:“儿童青少年处于身心发育关键时期,要以体重管理为切口,撬动全新健康生活方式的变革,包括运动、饮食、心理等方面,目的是提升全体学生的体质健康。”



制图:李下惠

## 各地实践

## 家校共育助力“吃动”平衡

最近,不少中小学校都解锁了健康膳食“新菜单”。江苏省南通市紫琅第一小学推出了鸡胸肉配杂粮饭、煎豆腐混搭西兰花炒虾仁等健康套餐;辽宁省鞍山市千山区宁远镇小学中心校将健康菜单延伸至家庭餐桌,定期邀请营养师为家长解读儿童膳食指南……

与之配套“上新”的还有各地各校的食育课,课程围绕普及合理膳食知识、纠正不良饮食习惯、传承健康饮食文化等方面,全面提升中小学生学习健康饮食素养。

吃得健康,还要动得科学。为了让更多学生跑起来、跳起来、动起来,今年春季开学以来,广东、江苏、浙江、湖南等地通过课间15分钟改革、每天1节体育课等行动,保障“中小学生学习每天综合体育活动时间不低于2小时”落地。

针对已经超重或肥胖的学生,一些学校也开出了专属“运动处方”。今年3月,浙江省嘉兴市海盐县横港小学开启了健康训练营,30名BMI在28以上的学生入营。从饮食调整、运动锻炼到后期追踪,3名体育教师针对每个学生制定个性化方案。

“在这个过程中,我们也特别重视家长的参与度。”横港小学校长姜凤其说,如果学生在校努力运动,回到家家长却用高热量食物来奖励他,健康训练营是办不下去的,“必须构建起一套家校协同、科学健康的管理体系”。

## 长效机制

## 变“一时兴起”为终身健康

开展健康训练营至今,姜凤其坦言,难免有学生出现畏难、想放弃等情绪,“这种时候可以允许学生休整一段时间,并及时为他们做好心理调整”。在他看来,最重要的是要让学生意识到健康运动、健康饮食、健康心理是应该贯穿一生的生活方式,激发他们主动健康、长期坚持的意识。

“中小学生学习体重管理绝非单纯的个人行为,而是需要多方共同参与的长期工程。”袁圣敏认为,除了家庭和学校的支撑外,社会支持也至关重要。必须强化政策引导和健康科普宣传,同时加强健身步道、多功能运动场等设施的建设,并对学校周边流动摊点、小卖部加强监管,共同营造预防和控制儿童青少年肥胖的社会环境。

此外,答好中小学生学习“体重管理”这道题的秘诀也在于建立长效管理机制。如浙江省义乌市通过探索健康副校长、食安副校长双轨制等举措,初步构建了“政府统筹—学校执行—家庭参与—医卫支撑—社会协同”的立体化防控网络。深圳市罗湖区探索多部门协作的肥胖防控新机制,搭建了“家—校—医”三位一体肥胖防控平台。

义乌市卫健局副局长、疾控局局长方彬表示,想让学生获得受益终身的自主健康管理能力,接下来要进一步做好体系升级,完善覆盖“教卫融合、家校协同、社会参与”的全周期健康促进机制,创造健康积极的社会环境。

①江苏省海安高新区实验小学学生在学习合理膳食的知识。 霍伟凯 摄  
②浙江省德清县乾元镇中心小学学生在操场上滚铁环。 倪立芳 徐越 摄

## 部委新闻

### 教育部部署推进新时代高校哲学社会科学原创性教材建设

## 全力推进原创性教材建设和培育工作

本报讯(记者 欧娟)为贯彻党中央关于加快构建中国自主教材体系的决策部署,近日,教育部召开新时代高校哲学社会科学原创性教材建设部署推进会,对原创性教材建设和培育项目实施进行全面动员部署。教育部党组成员、副部长、总督查,国家教材委员会秘书长王嘉毅出席会议并讲话。

会议指出,2025年是深入贯彻全国教育大会精神、落实《教育强国建设规划纲要(2024—2035年)》的关键之年,是加快推进中国原创性哲学社会科学教材建设的攻坚之年。要深入学习贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想,贯彻落实习近平总书记关于教材工作的重要指示精神,落实国家教材委员会、教育部有关工作部署,进一步提高站位,坚持不懈用习近平新时代中国特色社会主义思想铸魂育人,把准建设要求,坚持主题主

线、反映实践、突出原创、适教利学、成果导向,充分体现党的创新理论成果、新时代十多年来伟大实践成就、中华优秀传统文化,全力推进原创性教材建设和培育工作。各地高校要高度重视,落实主体责任,编写团队要凝心聚力、打造精品,出版单位要深度参与、做好支持保障,有关司局要强化指导、抓好编写和使用,进一步统一思想、凝聚合力,加大力度、加快进度,力争在2025年编写出版一批高质量教材,培育一批原创性成果,以教材建设实际成效有力支撑教育强国建设。

会议采取线上线下相结合方式,清华大学、北京师范大学、中国传媒大学、中央财经大学、中国人民公安大学等高校作发言交流。中央和国家机关有关部委、承担原创性教材建设和培育工作的省级教育行政部门和高校负责同志等参会。

## 地方动态

### 山东加快推进高校科技成果转化

本报讯(记者 魏海政)近日,山东省高校深化科技成果转化机制改革综合试点工作推进会在济南召开,聚焦“不敢转、不想转、缺钱转、不会转”等问题,加强创新体系建设,激发创新创业活力,提升成果转化效能,打响了深化机制改革、促进科技成果转化高水平创造和高效转化的攻坚战。

山东省委、省政府将深化科技成果转化机制改革列为深化教育科技人才一体改革重点事项,聚焦科技成果转化堵点难点,加大改革力度,已先后出台《关于加快科技成果转化转化的若干措施》等系列政策,带动高校科技体制机制改革。

聚焦“不敢转”的问题,山东推动职务科技成果单列管理,解决科技成果转化与国有资产保值增值考核要求之间的矛盾,完善作价投资形成国有股权的单列管理机制。

聚焦“不想转”的问题,山东鼓励高校与企业加强人才引进行,推广“校聘企用”人才共引共用模式,支持高校设立一定比例的流动岗位。改革人才评价与激励办法,探索建立确权科技成果转化贡献度的制度机制。

聚焦“缺钱转”的问题,山东探索横向科研项目结余经费与职务科技成果作价入股结合的成果转化方式,允许科研人员将结余经费出资成果转化。同时,探索“先使用后付费”转化方式,降低中小微企业的技术引进门槛。

聚焦“不会转”的问题,山东推动大学科技园转型升级,强化中试基地和概念验证中心等专业化科技成果转化平台建设,打造环大学创新创业生态圈。设置技术转移转化岗位,建强专职科技成果转化人才队伍。

### 上海首批布局建设11个未来学科

本报讯(记者 任朝霞)“聚焦未来科技和产业发展关键领域,去年年底上海首批布局建设量子科技、变革性材料、智慧深海与极地工程、机器人工程、自主智能机器人、极端环境建造、先导材料科学与智能医学等在内的11个未来学科领域。”近日,上海市教委主任周亚明介绍。

据悉,上海大力支持在沪高水平研究型大学布局前瞻性、探索性研究,前瞻储备人才和技术。一方面,由于未来学科是对传统学科的

颠覆,很难从传统学科和模式中发展,因此,上海注重引导布点高校突破学院、学科壁垒,汇聚优质资源,形成跨学科融合的组模式;另一方面,由于未来学科没有现成知识和现成人才,上海注重引导高校探索建立符合未来学科特点的人才培养机制,将新发现和发明尽快转化为课程体系,构建支撑前沿科技发展和未来产业成长的知识体系,聚力培养具备多学科知识背景、能够快速适应需求变化的高层次创新型人才。

### 高校学科专业设置调整优化工作推进会召开

(上接第一版)

会上,清华大学姚期智院士围绕人工智能对学科专业建设的影响作咨询报告,中央宣传部、国家发展改革委、工业和信息化部等部门相关司局负责同志进行工作部署,教育部有关司局负责同志进行政策解读,上海市、湖南省教育厅及北京大学、吉林大学、西安交通大学等高校作交流发言。

会议在教育部机关设主会场,在各省(区、市)和新疆生产建设兵团教育部门、直属高校设分会场。中央教育工作领导小组成员单位和相关司局负责同志,以及教育部相关工作领导小组秘书组秘书、教育部相关司局和直属单位负责同志在主会场参加会议。各省(区、市)和新疆生产建设兵团教育部门、直属高校负责同志等在分会场参加会议。

## 村小有“魔法图书馆”



本报记者 王志鹏

近日,张巷小学沸腾了,孩子们期盼已久的“魔法图书馆”正式落成。低年级的孩子抱着绘本席地而坐,指着图画叽叽喳喳讨论,高年级学生捧着《少年中国地理》,任思绪遨

游在祖国山河的壮阔图景中,甚至有学生放学后仍舍不得离开。

这所位于安徽省淮南市凤台县丁集镇乡村小学,全校270名学生,学校图书室的书籍比较陈旧、种类也不全,低年级的适龄图书很少。教师李元芳最懂孩子们的渴望,深知阅读是乡村孩子打开世界的窗口,她曾用声情并茂的朗读带领孩子走进《小王子》的星际漫游,把《成语故事》掰碎了,讲了一遍又一遍。让孩子们能有更多的课外书可

读,让更多的孩子爱上阅读,李元芳心里一直惦记着。

去年7月,安徽省教育发展基金会启动“弘扬教育家精神 致敬人民教师”——“心与心愿”教育公益活动,面向全省中小学教师遴选优秀教师,不仅给予入选教师物质奖励,还动员社会公益慈善力量,帮助他们实现基于学生、学校或个人的愿望。

李元芳毫不犹豫地递交了“想建一所图书馆”的申请。让她惊喜的

(上接第一版)

2024年国家义务教育质量监测中,该校参与学生艺术素养达标率提升了65%。

这表明,即使在资源相对匮乏的环境中,只要用心探索,就能打造出一片艺术的天空,让孩子们自由翱翔。

艺术实践是美育基本的学习方法。近年来,各地各校逐步完善面向人的常态化展演机制,创新开展学生艺术展演活动,形成“校校有活动、人人都参加”的局面。

天津持续推进市、区、校三级年度学校文艺展演,16个区1179所学校的近5万名学生参与;

上海在“上海之春”国际音乐节、夏季音乐节、国际艺术节等活动中,打造校园板块和专题活动,形成

全年常态化高水平学校艺术展演机制;江苏开展“阳光下成长”班集体艺术展示活动,建立线上线下展示机制,做到班班参与、人人参加;

长沙常态化开展艺术节、合唱比赛、书画展览、舞蹈会演等美育活动,活动参与率超过95%,覆盖百万名中小学生;

……各地形成了各具特色的艺术实践展演平台和品牌。

据介绍,全国第八届中小学生学习展演活动自2024年4月启动以来,就坚持重心下沉,通过建立从国家、省、市、区、学校全链条的垂直网络技术平台,推动每一所中小学行动起来,让每名学生的兴趣爱好参加展示。

统计显示,32个省份、324个地

(市、州)、2679个县(市、区)的15.6万所中小学校开展了校级展演,参与率超过70%,参与学生3.74亿人次,成为有史以来基层学校覆盖范围最大、受众最多、参与最广的一届。

展演活动主办方有关负责人表示,将着力把展演活动作为学习、交流、观摩、提高的平台,组织骨干教师、艺术团团员等观摩交流,打造新时代中小学生学习展演活动的样板,引领参演师生深刻理解美育的价值和宗旨,明晰展演的意义和目的,充分展示学校美育浸润行动的典型成果。

### 建强美育师资队伍,提升教师全员的美育素养

地处高山地区,距离县城60多公

里,自己的心愿很快得到了回应——在基金会的积极动员下,安徽新华发行集团认领了她的的心愿。

最近,一批精心挑选的图书跨越城乡抵达张巷小学。近千册书籍中,既有适合低年级学生的绘本、童话,也有涵盖科学、历史的中高年级读物。

基金会与捐赠方还为学校打造了温馨的阅读环境:色彩明快的书架、柔软的坐垫、专为儿童设计的阅读灯……原本陈旧的图书室焕然一新,成了孩子们口中的“魔法图书馆”。

李元芳发现,许多原本对语文兴趣不大的学生,如今也主动借阅书籍,阅读给孩子们带来了不一样的校园生活体验。六年级学生李皓宇说:“现在这么多故事书就像‘魔法钥匙’,带我去课本之外看世界。”

这一成绩,得益于彭水在偏远乡村学校实施的教师“走教”带来的新改变。2022年,彭水从县城优质学校选派39名音体美教师赴农村学校开展“走教”工作,解决乡村学校音体美教师紧缺问题。如今,全县39所乡村受援学校的音体美教育发生了根本性的改观。

教师是全面加强和改进学校美育工作的关键。为贯彻《关于全面加强学校美育浸润行动的通知》提出的“以美育浸润教师”,近年来,各地各

校纷纷推出举措,切实强化教师美育意识与美育素养。

陕西聚焦集体音美教师教育教学素养提升,举办全省高校教师教学技能和中中小学音乐、美术教师教学基本功展示活动,赋能“五育”并举;

宁夏大力推进美育师资队伍建设,建立学校美育教师信息库,采取加大招考招聘力度、扩大地方公费师范生培养规模、第三方购买服务等多项措施,配齐配强美育教师;

云南在“万名校长”培训计划中安排美育浸润专题培训,组建120支教师艺术团和师生艺术团,带动组建1万多支学生艺术团,开展“师爱生随”教师艺术展演;

……如今,美育教师队伍建设已形

成专业发展、机制保障、师德涵养等协同推进的格局,通过创新形式、实践融合等多种路径,教师队伍的专业素养和育人实效得以有效提升,为构建高质量美育体系奠定了良好的基础。

春意正浓,第八届中小学生学习展演全国汇演即将启幕,美育浸润行动成果将集中亮相。

“审美和人文素养是青少年全面发展的基石,要以艺术展演为新起点,牢牢锚定教育强国目标,扎实推进美育浸润行动,通过鲜活生动的美育课程、多姿多彩的实践活动、朝气蓬勃的校园文化,让每一名同学都参与,让每一名同学都受益,让每一名学生的身心都健康成长。”教育部体卫艺司相关负责人说。