

## H 话题

# 「作业熔断」能否解特「困」？

■ 本报记者 徐慧玲

校内作业减负，一些孩子依旧睡不饱

“打起精神！还有一科作业没有完成……”近日，海口市民符卿一边检查儿子小浩的语文作业完成情况，一边催促他抓紧时间完成其他任务。看到时钟已指向晚上9时35分，她的语气愈发急切起来。

台灯下，9岁的小浩听到母亲的催促后，眉头紧锁。“‘双减’政策实施后，学校布置的作业比之前少了很多，但是孩子并没有比之前早睡。”符卿说，因为担心校内作业减少，难以达到巩固当天所学知识的目的，她会在家里为孩子“加餐”，增加课后辅导练习。

与符卿有同样想法的家长不在少数。在三亚小学生小辰的家庭学习计划表中，每周二和每周三的线上网课是固定学习项目。“上完网课，再看会课外书，就将近晚上10点了。”小辰的父亲说。

学校布置的家庭书面作业少了，孩子却并没有睡得更早——这种情况，在海南日报记者的调查中并不是个例。教育部2021年发布《关于进一步加强中小学生睡眠管理工作的通知》（俗称“睡眠令”），明确要求小学生每日睡眠时间应达10小时，初中生9小时。由于入睡时间较晚，部分中小学生的睡眠时间很难达到以上要求。

因为做作业时不够专心，不时借着喝水的名义开小差，三亚市吉阳区丹州小学五年级学生小哲平时没少挨批。“有时快到晚上睡觉时间了，我还没有完成作业，只能顶着疲惫继续奋战。”小哲说，晚上熬夜休息不好，他第二天上课时会处于昏昏欲睡的状态。

“超过晚上9点无条件停止做作业，未完成的作业第二天也不用补做……”日前，江苏省常州市一所小学发出以上通知。为保障学生充分睡眠时间，该校今年春季学期严格控制作业总量与时间，启用“作业熔断机制”。

这则消息传出后引发热议。有的家长

认为此举能让孩子睡眠时间得到保障，也有人对此表示质疑。

2021年“双减”政策出台后，义务教育阶段的作业总量和时长被全面压减。校内作业少了，孩子们的睡眠问题是否得到改善？“作业熔断机制”能否解决这一长久以来的难题？海南日报记者近期对此进行采访。

## 孩子晚睡的背后

2021年，教育部发布《关于加强义务教育学校作业管理的通知》，强调要严格控制书面作业总量，小学一二年级不布置书面家庭作业，小学其他年级每天书面作业完成时间平均不超过60分钟，初中不超过90分钟。

据了解，“双减”后，校内作业的负担总体上已大大减轻。如果只是完成校内作业，小学生九点睡觉，尤其是对低年级的小学生来说，应该是较容易做到的。事与愿违的原因比较复杂。三亚市吉阳区丹州小学教导处副主任徐弯弯发现，目前，除了部分家长主动给孩子的学习“加餐”，带来新的作业负担外，还有部分学生因学习能力不足、时间管理能力差、爱拖延，无法按时完成学校布置的作业。

中国青少年研究中心发布的研究报告显示，2010年中小学生睡眠时间低于国家规定时间的比例高达78.1%。2021年，在教育部的调查中，这个数字有所下降，但仍高达67%。

许多晚睡的孩子背后，通常都站着焦虑的家长。小辰的父亲坦言，他并不想以牺牲孩子睡眠时间的方式来提升学习成绩，但又担心孩子的成绩上不去，经常感到左右为难。

中国青少年研究中心发布的研究报告显示，2010年中小学生睡眠时间低于国家规定时间的比例高达78.1%。2021年，在教育部的调查中，这个数字有所下降，但仍高达67%。

许多晚睡的孩子背后，通常都站着焦虑的家长。小辰的父亲坦言，他并不想以牺牲孩子睡眠时间的方式来提升学习成绩，但又担心孩子的成绩上不去，经常感到左右为难。

“学生拥有充足良好的睡眠，才有可能精力应对学业挑战。良好的睡眠是确保高质量完成学业的前提。”海口市秀英区长滨小学校长王先云表示，从这个角度看，“作业熔断机制”有其积极意义。

但是，也有不少家长对“作业熔断机制”表示担忧，平时学习效率较低、拖延症严重的学生，可能利用机制“漏洞”，不完成作业也有了“正当”的理由。在此机制下，学生未完成的作业也无须补写，长此以往，无疑将影响学习效果。

三亚市第二小学校长王迎春认为，“作业熔断”绝不能简单地“一刀切”。

课后作业的目的是巩固课堂教学知识点，教师可通过作业完成情况了解学生的学习情况。对于不够自律的学生而言，“作业熔断机制”可能助长其做事拖沓、回避作业难点、“摸鱼”等不良行为。

学生的个体情况、学习能力等不尽相同，无法及时完成作业的原因也不同，需要根据具体情况选择相应措施。

## “作业熔断机制”能否解除学生“困”境？

“作业熔断机制”，能否改变目前一些孩子睡得晚的现状？近期，“作业熔断机制”冲上微博热搜榜后，有媒体对此发起了一项调查，3500余名家长参加。调查结果显示，68%的家长支持“作业熔断机制”。

在中国人民大学附属中学三亚学校校长宓奇看来，“作业熔断机制”的初衷是美好的。一方面，实施“作业熔断机制”的出发点，是为了减轻学生的作业负担，保障学生的睡眠质量，促进其身心健康发展；另一方面，还可以推动教师们对课堂教学进行优化提质，关注不同学生的学习进度，精选课后作业，这也是确保“双减”政策更好落地的有力举措。

“学生拥有充足良好的睡眠，才有可能精力应对学业挑战。良好的睡眠是确保高质量完成学业的前提。”海口市秀英区长滨小学校长王先云表示，从这个角度看，“作业熔断机制”有其积极意义。

但是，也有不少家长对“作业熔断机制”表示担忧，平时学习效率较低、拖延症严重的学生，可能利用机制“漏洞”，不完成作业也有了“正当”的理由。在此机制下，学生未完成的作业也无须补写，长此以往，无疑将影响学习效果。

三亚市第二小学校长王迎春认为，“作业熔断”绝不能简单地“一刀切”。课后作业的目的是巩固课堂教学知识点，教师可通过作业完成情况了解学生的学习情况。对于不够自律的学生而言，“作业熔断机制”可能助长其做事拖沓、回避作业难点、“摸鱼”等不良行为。

学生的个体情况、学习能力等不尽相同，无法及时完成作业的原因也不同，需要根据具体情况选择相应措施。

## 家校合作，管理“作业熔断机制”开关

有专家表示，落实“作业熔断机制”，既要注重质量，也要防止太过刚性的规定带来负面影响，家校应形成合力，共同管理“作业熔断机制”的开关。

王先云认为，热搜中的“作业熔断机制”要发挥积极作用，需要关注三点：一是教师和家长都要充分认识到保障孩子充足睡眠时间的重要性；二是教师要提高课堂教学质量，让作业在校内尤其是在课内解决；三是“作业熔断机制”不应“一熔了之”。如果孩子前一天晚上9点没有完成作业，教师第二天应针对这部分作业进行辅导，做到因材施教。

作业数量要“熔断”，质量必须提上来。质量提升包括学生、教师和家长的同步提升。王迎春认为，家长要通过科学方式帮助孩子养成时间管理好习惯，引导孩子规律作息，提高自主学习、自我管理的意识与能力；学生要养成“今日事，今日毕”的好习惯，从小事做起，做到不拖拉、不磨蹭；教师在课堂教学上要“向四十分钟要质量”，不要让学生盲目使用题海战术，要培养学生的独立思考能力、自学能力。当家长、教师、学生“三股绳拧成一股劲”，学生无需熬夜“加餐”做作业，学习成绩和质量也能提升。

义务教育学校控制作业总量后，仍有部分家长对孩子学业存在恐慌心理和成就焦虑。宓奇建议，家长要改变观念和习惯，留给孩子足够的健康成长空间。挤压孩子的睡眠时间，让其完成额外课后作业的做法不可取，不仅会影响孩子第二天的在校学习效率，还可能形成恶性循环，让孩子对学习产生厌恶心理。这也与家长想提高孩子学业成绩的初衷背道而驰。

## H 焦点时评

### 优化学科专业调整机制不宜迟

■ 熊丙奇

教育部等五部门近日印发《普通高等教育学科专业设置调整优化改革方案》（以下简称《方案》），提出到2025年优化调整高校20%左右学科专业布点，新设一批适应新技术、新产业、新业态、新模式的学科专业，淘汰不适应经济社会发展的学科专业。基础学科特别是理科和基础医科本科专业点占比将进一步提高。

在3年内对高校学科专业进行20%的优化调整，这一力度前所未见，也凸显出优化调整学科专业的紧迫性。我国高等教育下一步改革和发展，面临着来自内外部的双重挑战。在内部，高等教育已经进入普及化时代，要求学校从重视规模发展转向重视质量提升，要淘汰掉那些质量不佳、缺乏特色的学科专业。在外部，随着人工智能的快速发展，社会对人才的需求发生重大变化，高校培养人才必须解决供需“两张皮”的问题，培养适应社会发展需要的创新人才。

因此，在3年内完成对高校20%学科专业的调整，颇受关注。如何实现真正的调整优化，而非走过场？或如一些担忧的声音所言，如何防止学校“新瓶装旧酒”对旧专业进行包装或改名？这些问题都值得特别关注。另外，还要避免高校为完成调整优化任务，盲目新设看似对接新产业、新技术、新业态的学科专业，实则难以保障专业质量，出现某些专业增设过热过多的问题。

调整优化学科专业，要强调质量。要让新设专业办出质量和特色，需要落实和扩大学校办学自主权，建立现代学校制度，发挥学校教授委员会、学术委员会的作用。由教授委员会、学术委员会根据国家宏观战略，结合学校办学定位和办学条件，对新设专业进行严谨论证。对于推进学科交叉以及人才培养模式改革，也需要实行以教育与学术为本的管理与评价，避免由行政部门单一主导推进，否则很有可能会沦为形式主义，难以取得实际效果。

有统计数据显示，过去20年，我国高等教育办学规模增加接近一倍。高等教育本科、高职（专科）学生招生规模从2002年的542.82万人扩大到2021年的1001.32万人。为扩大招生规模、办学体量，不少高校选择开办一些办学成本相对较低的人文社会科学专业，这不仅导致人文社会科学专业的人才培养超过社会需求，也影响了这些专业的人才培养质量。这种“重规模轻质量”的专业设置思路必须摒弃。

之所以存在这一问题，一是由于缺乏办学自主权，有的大学没有形成明确的办学定位，盲目跟风设置专业；二是有学校在设置学科专业时，倾向于选择能快速扩大规模的所谓热门专业。由于同一时间开设该专业的学校多，有的学校甚至并不具备办好这一专业的条件，于是该专业很快出现人才培养大于社会需求的问题，近年来撤销较多的专业，多属此类。

因此，应以此次优化学科专业调整为契机，进一步优化学科专业调整机制。要深入推进教育领域“放管服”改革，落实和扩大学校办学自主权，改革对教师的考核评价体系，切实提高专业教育质量。如此，才能避免高校在新一轮学科专业优化调整过程中，出现一哄而上设置同类学科专业的问题，也才能发挥高校的能动性，诞生一批一流水平专业点。

（据《光明日报》）

## H 资讯

### 2023年“职教国培”示范项目启动

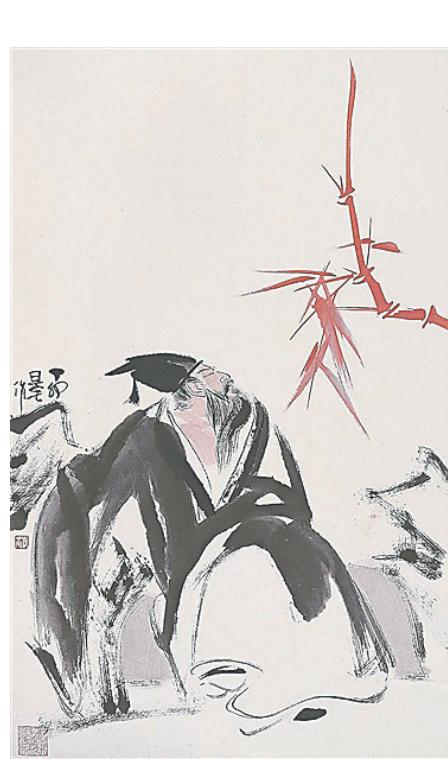
近日，国家级职业教育“双师型”教师培训基地专题研修班暨2023年“职教国培”示范项目开班活动在北京交通大学举行。该活动旨在加强“双师型”教师队伍建设，打造一批国家级职业教育教师培训样板和标杆。

“职教国培”示范项目是教育部自2022年起设立的示范培训项目，旨在发挥国家级职业教育教师培训的高端引领和示范作用，推动健全职业教育教师培训体系。今年的“职教国培”示范项目重点围绕电子与信息、交通运输、医药卫生等国家急需、紧缺专业领域展开。在国家级职教“双师型”教师培训基地，由高水平高校、优质高职院校、企业等单位组成培训共同体，探索建立高校引领、职校示范、企业助力的职教教师培训新机制。

据了解，为进一步优化职业学校“双师型”教师培训基地布局，推进职普融通、产教融合、科教融汇，2022年，教育部确定并公布了170家由中央部门所属高校、优质本科院校、高水平职业院校牵头，行业组织、龙头企业等参与的国家级“双师型”教师培训基地，共同探索建立高校引领、职校示范、企业助力的职教教师培训新机制。

（综合新华网、教育部官网）

## H 跟着诗词读东坡



# 人生到处知何似 应似飞鸿踏雪泥

■ 甘生统

古往今来，感叹人生的诗文不胜枚举，从《庄子》的“人生天地之间，若白驹过隙”，到《古诗十九首》的“人生忽如寄，寿无金石固”，再到阮籍的“人生若尘露，天道邈悠悠”，这些耳熟能详的名句将人生短暂的生命感受描绘得形象又真切，给人留下难以磨灭的印象。但是，在同类的表述中，苏轼的“人生到处知何似，应似飞鸿踏雪泥”，却将这一主题表现到了“题无剩义”的地步，给读者的感受更是铭心刻骨。

这句诗出自苏轼的《和子由渑池怀旧》，全诗如下：

人生到处知何似，应似飞鸿踏雪泥。  
泥上偶然留指爪，鸿飞那复计东西。  
老僧已死成新塔，坏壁无由见旧题。  
往来崎岖还记否？路长人困蹇驴嘶。”

北宋嘉祐六年（1061）十一月，初出茅庐的苏轼出任凤翔府（今属陕西）签判，弟弟苏辙（字子由）送他到郑州后返回京城开封，写了一首题为《怀渑池寄子瞻兄》的诗寄给他。苏轼依照该诗的原韵，写下了这首和诗。苏辙诗的主题是怀旧，因为他曾被任命为渑池县主簿，“未赴而中第”。嘉祐元年（1056）夏天，他与兄长苏轼随父苏洵

同往京城应试时经过这里，在这里留下了访僧问道、寺墙题诗等美好回忆，即他在第三联中所说的“曾为县吏民知否？旧宿僧房壁共题。”苏轼的和诗，在苏辙诗的基础上将怀旧主题进一步开拓，境界也由此得以升华。

《和子由渑池怀旧》这首诗的前四句是人生感悟。诗一开篇就抛开具体的背景介绍，直接抒发议论，可谓别开生面。在苏轼看来，人的一生飘忽不定，充满了各种偶然因素，就像鸿雁飞来飞去，偶尔驻足在雪地上，留下深深浅浅的印迹，等鸿飞雪化后，一切就销声匿迹了。诗句中出现的“飞鸿踏雪”的比喻，据清代学者查慎行《苏诗补注》的记载，是化用了《景德传灯录》中天衣义怀禅师的话：“雁过长空，影沉寒水，雁无遗迹之意，水无留影之心。”善用比喻的苏轼巧用禅语，把人生的种种况味寄寓在雪泥、鸿爪这些可视觉化的意象中，通俗而不失雅致，形象又富有理趣。可以看出，年轻的苏轼对人生无常的感受略有迷惘，但更多的似乎是对他无常的释怀：人生的遭遇既为偶然，就应当以顺适的态度面对。果

能如此，怀旧时便可少些伤感，处世亦可少些烦恼。

后四句应和苏辙诗中的怀旧之情，用白描手法进一步深化人生感悟。该诗第三联说的是当年拜访过的老僧已亡，题过诗的墙壁已损坏，用人事变迁表现人生无常，是对雪泥、鸿爪感触的具体化。尾联追忆往事，同时也回答了苏辙的“遥想独游佳味少，无言骓马但鸣嘶”这一句。对当年人困驴嘶场景的回忆，实际还隐含着这样一层深意：当年的旅途艰辛也是人生的一种历练。人生虽充满偶然，但偶然中又存在必然。每一份艰苦的付出，都是未来收获的前奏！

苏轼写这首诗的时候只有二十多岁，还没有经历那个“梦绕云山心似鹿，魂飞火命如鸡”的阶段。他虽然本能地感受到人生的无常，但还没有形成应对无常的理性认识。不过，他的达观天性已在这首诗中得到呈现。诗中抑制不住的昂扬，以及对前尘往事的深情眷念，就是最好的注脚。

（作者系海南师范大学文学院教授、博士生导师，海南省苏学研究会副会长）