

孩子们的书包到底有多重?

新学期伊始,在一些小学的上学时段出现了这样一幕:导护老师站在门口,不时提醒背着书包的家长:下次让孩子自己背书包上学。记者注意到,“代背书包”已是常规操作,有的爷爷奶奶甚至等孩子走进校门才把书包递过去,恨不能一直送进教室。

是孩子们有些懒惰,还是家长们过于矫情?2月26日至3月1日,记者就此采访了多名学生、家长及老师,探究现象背后的原因。

书包重量不一

连日来,记者走访南通多所小学,分别针对低、中、高年级学生进行了随机采访。有不少孩子表示“书包不重”“还可以”,也有一些孩子说“有点重”“背得肩膀酸”。

记者从多所学校不同年级段随机抽取5~6名学生的书包进行了称重。测量结果显示,一、二年级学生书包平均重量2.7公斤,相当于5瓶矿泉水(每瓶500毫升)的重量,其中最轻的1.2公斤,最重的3.5公斤。

“看他背得挺吃力的,每次放学我都赶紧把书包接过来。”家长王女士说,儿子读一年级,现在体重24公斤左右,书包有3公斤多。

随着年级增长,书包的重量也呈上升趋势。记者的测量数据显示,三、四年级学生书包平均重量4.3公斤,最轻2.8公斤,最重6.2公斤;五、六年级平均5.1公斤,最轻3公斤,最重6.5公斤。“书包里除了课本和练习册,还有课外书、文具盒、保温杯和一些做手账的材料,塞得满满当当。”五年级学生家长朱女士说,女儿每天都是弓着腰进校门,因为这样背书包会省点劲儿。

记者还发现,即便是同一班级的书包,重量差距也十分明显。在某校一年级某班的放学队伍里,有的书包看起来就很“单薄”,单手提起也毫不费力,而有的书包则鼓鼓囊囊,就连两侧的口袋都满满的,拎起来也有些费劲。

为何会这么重

学生的书包重,并不是一个新鲜话题。有些人习惯性地将此全部归咎为“课业负担过重”,然而,事实并非如此。

在征得王女士和学生同意后,记者打开书包一探究竟。一年级语文课本、补充读物、口头作业记录本,一年级数学课本、两本练习册,一本道德与法治课本、四本课外书,再加上文具袋、保温杯、乒乓球拍、24色马克笔、一套餐具和一次性雨衣,小小书包里乾坤尽藏,全部

重量是3.3公斤。

随后,记者对这些物品进行了分类称重。教科书等学习资料0.9公斤,保温杯等生活用品0.85公斤,而课外书籍、乒乓球拍加上马克笔达到了1.1公斤。“球拍和画笔是体育课和美术课上要用的,读课外书是他自己喜欢的,每天都要带几本。”对于这样的数据,王女士直呼没想到。

除了“丰富的课程用具”和“学生自身的喜好”占了不小分量外,“缺乏整理书包的意识和能力”也是书包过重的原因。有学校班主任表示,“一些低年级学生不会按照课表整理书包,不管有用没用全部装进去。也有些学生不敢把书册放在学校,怕万一要用耽误作业被家长批评。”

有些学校储物设施不足、配套服务滞后,也导致书包过重。有家长反映,学校的书桌可以放书本,但老师要求学生每天必须把书桌清空才能离校。而老师则表示:出于安全和整洁的考虑,要求教室不能留学生个人物品,以防丢失。

“‘双减’后学校的作业少了,但部分家长的焦虑未减,仍会买很多教辅资料。”有些班主任表示,还有一些家长会给孩子带牛奶、点心甚至果盘,这些都增加了书包的重量。

家长忧娃驼背

在记者的本次随机调查中,最重的书包达到6.5公斤。担心个子长不高、害怕变成驼背……不少家长表示,正是这些担忧,成为代背书包的主因。

针对家长的上述忧虑,市第一人民医院脊柱外科主任徐冠华表示,从目前临床病例看,学生因为“书包太重”导致脊柱发育不良或弯曲的现象非常罕见,而且绝大部分孩子由家长接送,短时间负重很难影响脊柱发育,这一点家长可以放心。

而针对网上“书包的重量不宜超过孩子体重的10%,否则会对身体造成伤害”的说法,徐冠华表示这一观点可以作为参考。但每个孩子体型不同,最终造成伤害的,是在书包重

量超过体重的10%后,可能引起的脊柱长时间处于不当姿势,进而影响脊柱发育这一原因。“控制书包重量的同时,家长更要注意纠正孩子单肩背包、身体前倾、书包两边背带长短不一等错误的背包方式,督促孩子养成正确的行姿。”

此外,徐冠华建议,要加强孩子核心力量的训练,可以选择游泳、拉单杠等运动项目,增强孩子身体的负重能力和耐受性。

探索瘦身之道

“机械性、非必要的作业负担一定要减下去。”市紫琅一小课程建设中心主任宋悦波介绍,学校在优化延时作业设计方面花了很多心思,由年级备课组统筹分配各科作业量及作业时段,通过限时完成练习、当场批改评讲和及时修改订正,确保绝大多数学生能够在校完成作业,“带回家的自然而然就少了”。

紫琅一小还推出了“大小书包制”:大书包用来装主要学习用品,包括美术、体育、劳动

等课程的用具,平时放在课桌内或柜子里,一般不做挪动;学校统一发放的小布袋是每天带回家的,仅放水杯、阅读运动打卡本等当日所需物品,这样学生就可轻松往返学校。

帮助孩子做好“书包管理”,也是当务之急。通师二附一年级年级组长陆燕随机打开一名学生书包,语文、数学、综合学科用三个透明文件袋分隔得井井有条,文具袋、水杯等分别放在固定的夹层一目了然。“从上学期开学初,我们就把‘整理书包’作为教学内容和亲子作业布置下去,确保每个孩子都能学会定期清理、坚持按课表配书。”记者注意到,放学后,陆燕还提醒孩子们把水杯里的水倒掉,尽量减轻负重。

通师二附还利用教室边墙、后墙、课桌下方、椅子底板等空间,为每个孩子专设小书柜、小挂篮,固定放置常用物品,以减轻书包重量。

“给书包瘦身也需要家长的配合。”徐冠华建议,家长应选购自重较轻且大小尺寸合宜的书包,可以把较重的物品放在贴近身体的一侧,并尽量让书包每个夹层的重量平均分配。本报记者高阳 张烨



小书包“减肥”需要大智慧

小小书包,不仅是压在学生肩头的重量,也是窥探学生课业负担、衡量时代教育质量的微观视角。

很多人的思路是,通过进一步减负来达到书包“瘦身”的目的。然而,减负不代表“减质”,上几门课就要背几门课的书本,必要的练习和巩固也不可或缺,还有学校为提升学生综合素质增设的艺术、科技、体育类社团课程,都需要占用书包的空间和分量。

这样看来,“书包太重”问题就无解了吗?也不尽然。在相关部门管理、学校制度、教室规划、课程设计等方面,还是有很多提升和改进的空间值得探索。此外,家长也需端正心态,改变观念,真正把孩子的健康快乐成长放在首位。倘若学校的作业减下来,家长的作业加上去,孩子永远也写不完,书包又怎么会变轻呢?高阳



我市一名家长替孩子背书包。
记者高阳

更俗
剧院

最新演出信息

动画《熊出没·逆转时空》

阮经天、袁富华主演《周处除三害》

达科塔·约翰逊主演《蜘蛛夫人：超感觉醒》

雷佳音、马丽、赵丽颖主演《第二十条》

3月17日19:30——黄梅戏《祝福》



扫二维码关注更俗剧院微信公众平台,获取更多电影演出信息。

更俗剧院新官方网站 <http://www.ntgsjy.cn/>

售票热线:85512832 服务监督:85528668

福彩直通车

南通福彩热线电话:85286795

新年“开门红”南通购彩者喜获42万奖金

2月20日晚,中国福利彩票双色球游戏第2024018期开奖,南通市一购彩者凭借一张“7+2”复式票喜中4注二等奖,24注四等奖,奖金总计422248元。

中奖的幸运站点是位于南通市崇川区江通路674号桥鸿建设的32060142号福彩投注站。据了解,中奖者钟女士购买双色球游戏已有多,一直保持着对双色球的热情,是

一位地道的福彩老粉丝。对于购彩经历,钟女士讲道:“很多年前就开始买双色球,无论是机选、守号、胆拖还是复式等多种选号方法都尝试过,最常用的还是复式投注法。基本上我会买组复式票号码守个10期,如果没有中奖我就再换组号码继续守号,这次的中奖号码我才守了8期,没想到一过完新年就中了个二等奖,真是好运当头啊!”

福彩双色球 2元可中1000万