



幸福“躺睡”进行时

——金华高质量实施义务教育段“健康午睡”工程

□本报记者 张纯纯

“人之初，性本善。性相近，习相远……”午休时段，随着音响里富有韵律的诵读声渐渐变小，金华市志和小学一年级教室里安静下来。学生们平躺在抽拉式折叠床上，盖上自己熟悉的小被子，怀抱喜欢的陪睡玩偶，进入甜甜的梦乡。这样的场景，与他们在家里午休几乎没有区别。

和志和小学一样，躺下来睡，正在成为金华越来越多学校的午休新风尚。自2021年起，金华市金东区、义乌等地便开始午休躺睡改革试点工作，并积极推广。2024年，午休躺睡工程成为浙江教育民生实事之一，金华市教育局也将实施义务教育段“健康午睡”工程纳入2024年十方面教育民生实事。

截至目前，金华已累计投入4500万元左右经费推行午休躺睡改革工作，覆盖义务教育段学生达48万人，近70%的学生可以在学校里拥有舒心幸福的躺睡时光。

躺得下来——

因地制宜解锁花式躺睡

在一所学校，午休躺睡可以有多少种睡法？拥有3个校区，共计8000多名学生的义乌市实验学校教育集团有一定的发言权。作为义乌市午休躺睡改革工作首批试点学校之一，该校于2022年就实现了午休躺睡全覆盖。

一抬课桌、二拉踏板、三调靠背，可躺式座椅让学生一键开启午睡模式；将部分桌椅推到走廊，教室整理打扫后，铺好午休垫、自备枕头与小被子，实现普通教室到午睡室的转换；艺术教室在午休时段转变为大型休息区……该教育集团党委书记楼曙光说，学生人数较多的学校想要真正做好午休躺睡工作，不能是简单的“一校一策”，必须挨个班地去破解躺睡难题。

以午休垫选购为例，楼曙光告诉

记者，午休垫本身因材质、厚薄、功能等不同就有着多种选择，加上不同教室地面材质不同、不同年级学生身高不同等因素，购买时不能“一刀切”，必须多方对比、细心选择，才能确保每一名同学都睡得舒服。“学校管理者需要充分了解校内现有资源，才能最大化利用校园空间，并因地制宜地选择午休装备。”

今年4月，金华特地向县(市、区)部分学校校长和午休装备生产企业召开了一次座谈会。现场，琳琅满目的午休装备样品给了校长们不少新的思路。同时，“午休垫购买之后不能配备定期清洗服务”“躺睡座椅能不能减去扶手，让学生更好出入座位”“一年级的孩子能不能自己拉动折叠床”等来自一线最真实的需求也让企业有了新的改进方向。

金华市教育技术和信息中心主任傅得臻介绍，午休装备在满足《浙江省中小学午休躺睡装备技术指南》参数要求的基础上，学校可以根据自身需求选择，有较大的自主权。“让需求方和生产方面对面，能够真正打通午休躺睡改革的‘最后一公里’。”

如今，走进金华的各个校园，除了可躺式桌椅、折叠翻靠床、午休垫等常见的午休模式，越来越多的新模式也在被逐步解锁——金华市外国语实验学校利用闲置的宿舍床，拆掉其两侧扶手，组合成大通铺形式，学生在校就能够睡在真正的床上午休；义乌市赤岸镇尚阳小学创新采用书包柜门躺平作为床板的形式，既节省空间，又满足躺睡要求……

睡得更好——

做好细节保证午休质量

金外实验学校党委书记胡志奎的手机相册里，保存了很多学生鞋子沿着教室外墙整齐摆放的照片。在他眼里，类似的管理细节正是一所学校午休躺睡工作中的“大事”。

“躺下来，仅仅只是躺睡工作的第一步。”胡志奎说，在具体的午睡管理中，会涉及各方面的问题，例如少数学生入睡困难、夏天脱鞋有异味、空调温度是否合适等，都需要学校认真解决，“午休躺睡工作是学校管理者面对的一道考题，学校的用心程度决定了躺睡工作效果如何”。

因此，不少学校都形成了一套行之有效的管理机制。东阳市吴宁第七小学专门成立了午睡管理专班，在确保午睡制度顺利实施的同时，对学生进行个性化关怀。针对部分入睡困难的学生，教师会与之进行沟通，了解原因，并提供相应的解决方案。例如安排学生在午睡前进行安静阅读、听轻音乐等放松活动，以缓和过于兴奋的情绪，逐步引导他们养成午睡习惯。

志和小学则利用数字化手段为学生午休保驾护航。通过学校的“智慧乐园”智能化管理系统，教师可以在午睡前一键播放学生喜欢的童谣或者诗歌，同时利用环境感应与调节系统，智能化调节室内温度和光线强度，帮助学生更快地进入睡眠状态。在午睡过程中，管理教师也能通过该系统，以拍照、文字等形式，对学生的午休情况进行评价，在一段时间后，根据生成的数据，对能够坚持良好午睡习惯并在日常细节中展现出自律的学生给予表彰。

“智慧化的管理手段能有效地减轻教师的午休管理负担，家长们也可以更好地了解学生的午睡情况，更有利于家校沟通。”志和小学副校长丁蕾说，后续学校也会根据平台的各方面数据制订详细的日常习惯培养指南。

推得更实——

持之以恒护航身心健康

在志和小学的“智慧乐园”数据分析界面，记者看到，其中显示着学校学生总

人数为180人，午休人数也为180人。

作为今年秋季学期刚启用的新学校，目前志和小学只有一年级5个班的学生。开学后不久，志和小学就面向家长和学生开启午睡申请，允许家长在中午时段将学生带回家进行午休。

全员选择在学校进行午休，正是家长们对该校午休条件最大的肯定。据悉，志和小学在建校之初，就对午休躺睡工作进行了规划。一百平方米的教室让学生不用移动任何桌椅，就能打开墙边的收纳柜，并得到一张可自由伸缩折叠的四折午睡床。每天中午，学生们两两一组自行拉出午睡床，在这个过程中锻炼自理能力、团队合作能力等。

在丁蕾看来，更重要的是，这样的午休方式无形中促进了幼小衔接，“能够完全躺平午睡跟在幼儿园的午休状态没有太大差异，学生就能够更好地过渡到小学生活”。

在采访中，不少校长都表示，变趴睡为躺睡，对于学生身心健康的帮助是毋庸置疑的，必须持之以恒去做好。与此同时，他们也能够日常的生活中，感受到学生变得更加精力充沛。胡志奎就有着自己的观察体会。他发现，只要学生在午休时间休息得好，他们在晚托或者晚自习的时候精神就很好，不容易犯困。

在日常调研中，傅得臻发现，部分学校特别是一些主城区的老学校，由于校园空间的客观限制，没有办法实现午休躺睡。对于这样的学校，他认为，首先要确保好午休时间，再逐步推行躺睡工程，“午休躺睡工作不能一蹴而就”。

金华教育局相关负责人表示，接下来，将继续通过加大资金投入、学校新建改扩建、购置午休装备等多项举措，努力改善学生午睡条件。同时，加强中小学生学习管理，精简书面作业，并利用家长会、家访等多途径普及科学睡眠知识。

全国26所医学院校在杭结盟

本报讯(通讯员 陈素萍)12月20日，润心·首届高等医学教育研讨会在杭州医学院临安校区举行。会上，由杭州医学院牵头发起的应用型本科医学院校全科医学素养教育联盟正式成立。

蚌埠医科大学、长治医学院、杭州医学院等全国26家应用型本科医学院校为联盟成员单位，未来将以联盟为纽带开展合作互鉴，促进师资队伍、课程教材、实践教学资源等的共享、共通、共荣，为高等医学教育改革贡献智慧力量，为基层医疗卫生人才培养的模式创新和路径优化提供卓识良策。

近年来，杭州医学院紧紧围绕健康中国战略，立足学校服务基层和面向卫生健康一线培养人才的办学定位，聚焦“未病善防、小病善治、大病善识、重病善转、慢病善管”的全科知识和能力图谱，在国内率先提出“全科医学素养教育”并创建了面向全体医学生的全科医学素养教育创新体系。

会议还举行了全科医学素养教育冬令营启动仪式。该项目将为全国医学生提供一个深入基层医疗、提升全科医学素养的实践平台，助力医学生深入了解基层医疗需求与挑战，从而在未来的职业生涯中更好地服务基层、服务百姓。

温州发布产业引才地图

本报讯(通讯员 王艳琼)近日，温州发布产业引才地图，通过对全国高校人才数据的搜集、分析和应用，将海量学科专业、人才信息数据化，为温州人才招引提供支撑与参考。

该地图精准锁定目前温州着力打造的“5+5+N”产业集群专业人才培养的目标院校285所，集成化学、材料科学与工程、电气工程及其自动化等与温州产业契合的优势专业212个，茶学、土木工程等特色专业256个，累计468个专业。通过搜索“关联产业”“院校专业”“所在地区”“办学层次”等关键字段，可获取院校学科概况、优势专业、专业人数、联系方式等具体信息，动态掌握意向院校专业人才培养数量、类型和结构。如位于温州市瓯海区的中国基因药业企业目前可提供岗位4400余个，该地图通过匹配相关专业，可帮助追踪浙江大学、华中科技大学等31所高校的生命科学专业人才。

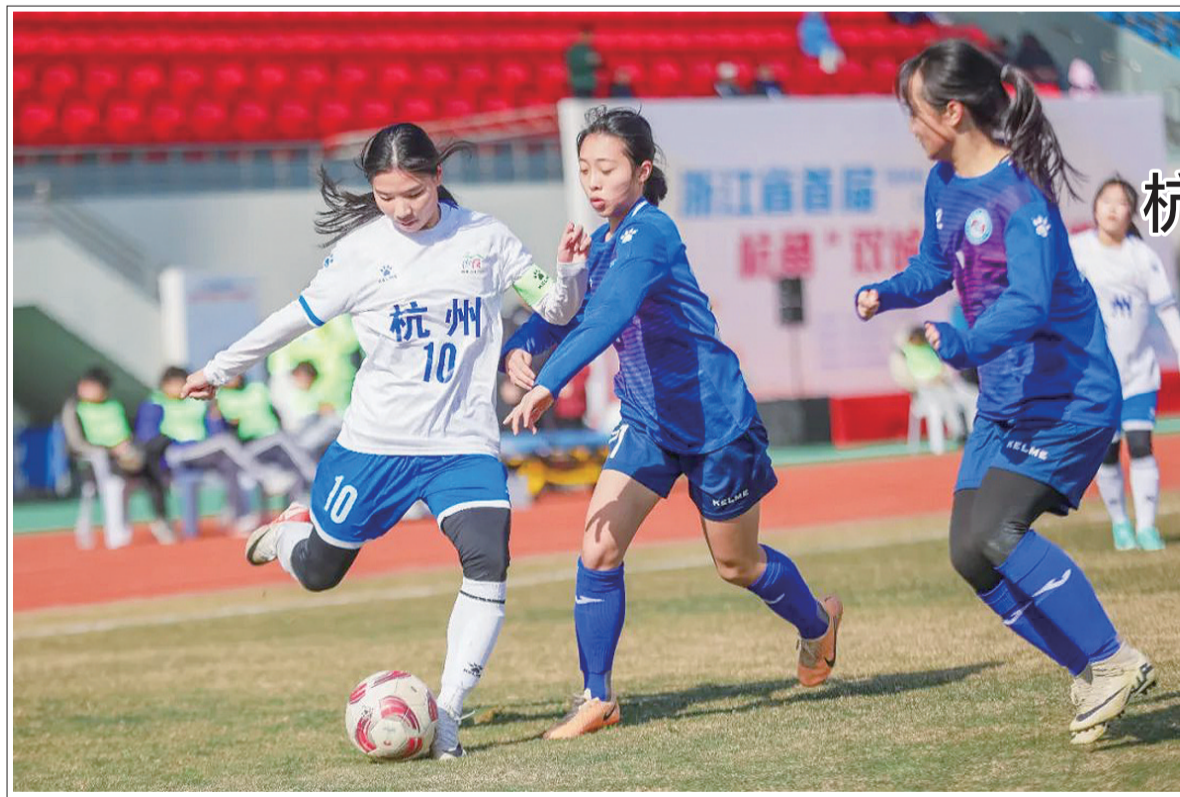
温州市人力资源和社会保障局相关负责人介绍，该地图为企业和人才构建起联通网络，也将助力人力资源服务机构、高能级平台、产业园区等单位精准掌握人才信息。下一步，结合产业引才地图，温州市人社局将积极引导企业开展实习见习、订单班等多形式引才聚才行动，进一步推动产才精准匹配。

湖州实施普惠性人力资本提升“五大行动”

本报讯(通讯员 张璐)日前，湖州发布提升普惠性人力资本实施方案，明确将大力实施农业人才培育、学历技能提升、科教助农增收、老年教育提质扩容、数字终身教育“五大行动”。

方案充分结合湖州农民学院办学、社会人员学历提升和农科教项目实施等特色经验，明确重点实施农业人才培育行动，加大农民大学生、高素质农民等培养力度，培养一批留得住、守得住的本土农业人才；大力实施学历技能提升行动，持续开展成人“双证制”教育培训和职业教育培训，帮助有意愿的社会人员提升学历层次和技能水平。此外，着力推进科教助农增收行动，深化“项目带培训”，培育更多有文化、懂技术、会经营的现代职业农民，带领群众走好共同富裕之路。

根据规划，从今年开始到2027年，湖州市每年将新增成人初高学历提升8000人、大专及以上学历提升1.8万人；每年完成职业教育培训6.2万人次，开展老年人智能技术培训10万人次以上，为地方产业发展输送一大批高素质劳动者和技术技能人才。



杭甬少年绿茵争胜

由浙江省体育局、省教育厅共同主办的浙江省首届杭甬“双城记”足球赛近日在杭州、宁波两地举行。图为青少年女子甲组比赛现场。

(本报通讯员 王慧娟 摄)

龙泉：办好随迁子女的入学实事

本报讯(通讯员 韩宇)“来龙泉来对了。”说这话的是龙泉市盛和刀剑有限公司员工陆容飞，来自贵州，2014年起便在龙泉工作。让她感慨的是，龙泉近年来不断完善对非本地户籍随迁子女入学权益的保障，3个孩子入学都挺顺利，并且享受到了营养餐等优惠政策。

据了解，截至目前，龙泉市已超额完成2024年浙江省民生实事项目——持证义务教育段随迁子女就读公办学校比例达90%以上的任务，占比达到

97.28%，在丽水各县(市、区)中位列第一。今年秋季学期，待安置的510名非龙泉户籍随迁子女也都顺利入(转)学到龙泉市义务教育段学校。

位于大沙社区的江南小学，是龙泉随迁子女占比比较高的学校。近年来，该校积极响应教育政策，接纳和教育外来务工人员子女。目前外来务工人员子女占到了全校学生的四分之一。

“在这里，每位老师都结对帮扶一定数量的学生，并根据学生的特点进行有针对性的教育。”江南小学党支部

副书记邹鹏飞介绍，学校秉承“和而相融，融美致远”的办学理念，逐步形成并积极践行“融文化”理念，让来自不同民族、不同省份的学生在学习、生活上相互融合。来自贵州的学生潘俊意说：“我在这里交到了很多朋友，老师很爱我们，在这里很开心。”

“孩子入读学校有了着落，我们的员工都很安心。”浙江博威汽车空调有限公司技术副总经理刘剑表示，龙泉经济开发区会主动帮助公司有需求的外来务工人员，让他们不必担心子

女的上学问题。

据了解，龙泉市教育局于2023年发布义务教育段随迁子女入(转)学实施办法。该办法以居住证为主要依据，简化了入学条件，降低了门槛，使得来龙泉市就业创业的非龙泉户籍随迁子女能够轻松到公办学校就读。

龙泉市教育局相关负责人表示，将继续完善随迁子女入(转)学政策，进一步加强与企业沟通协调，确保每一个符合条件的孩子都能享受到公平、同等的义务教育基本公共服务。



近日，新疆阿瓦提县鲁迅小学迎来一场别开生面的迎冬至活动。绍兴援疆教师与学生一起动手包饺子，并介绍节气民俗文化。

(本报通讯员 朱彬 魏海娟 摄)