精神文明报

精神文明报社出版　全国发行代号 61—19　国内统一连续出版物 CN 51—0055

向上向善 创建创新

社长 总编辑 张文艺

值班编委 王惠蓉

2019年3月26日 星期二

今日 8 版

中国文明在线　报社官方微信

（第164期）　总第4758期

未成年人

思想道德建设专刊

全国精神文明建设战线 全媒中心 独家报纸

如何让孩子们吃得安全又健康？

——有关部门负责人解读《学校食品安全与营养健康管理规定》

学校食品安全与营养健康事关师生身体健康，事关亿万家庭幸福，事关社会和谐稳定。将于4月1日起施行的《学校食品安全与营养健康管理规定》有哪些实质性举措，将如何让孩子们吃得安全、吃得健康？教育部、国家市场监管总局等部门有关负责人近日作出了解读。

建立集中用餐陪餐制度

为保障学生在校用餐的质量，管理规定提出，中小学、幼儿园应当建立集中用餐陪餐制度，每餐均应当有学校相关负责人与学生共同用餐，做好陪餐记录，及时发现和解决集中用餐过程中存在的问题。管理规定同时提出，有条件的中小学、幼儿园应当建立家长陪餐制度。各校可根据本校实际情况，酌情建立相应工作机制。

有关部门负责人我表示，陪餐制度将有助于推动学校校领导更加重视学校食品质量的日常监管，及时发现问题、反馈问题和解决问题，更好地保障学生用餐安全与营养健康。鼓励家长参与陪餐，有利于家长和社会更好地了解学生用餐情况，减轻不必要的疑虑，结合实际提出各类改进建议，推动学校集中用餐相关工作良性发展。

针对学校用餐人员相对集中、学生体质较为敏感等特点，结合近年来学校食品安全事件发生原因，管理规定对学校提出了一些特殊要求。如学校食堂不得采购、贮存、使用亚硝酸盐。中小学、幼儿园食堂不得制售冷荤类食品、生食类食品、裱花蛋糕，不得加工制作四季豆、鲜黄花菜、野生蘑菇、发芽土豆等高风险食品等。

严防严控食品安全风险

有关部门负责人介绍，管理规定结合学校特点，专设一章，规范食堂加工制作全过程控制，对学校食堂设施设备配备、布局流程、从业人员管理，以及食品采购、进货查验、食品贮存、加工制作、餐饮具清洗消毒、食品留样等各环节作出详细规定，力求建立贯穿采购、贮存、加工制作、供应全过程的学校食品安全风险防控体系。

管理规定强化了学校食品安全社会共治。除提出有条件的中小学、幼儿园应当建立家长陪餐制度外，管理规定还要求，学校建立集中用餐信息公开制度，及时向师生家长公开食品进货来源、供餐单位等信息。学校在食品采购、食堂管理、供餐单位选择等涉及学校集中用餐的重大事项上，应当以适当方式听取家长委员会或者学生代表大会、教职工代表大会意见。有条件的学校食堂应当做到明厨亮灶，通过视频或者透明玻璃窗、玻璃墙等方式，公开食品加工过程。

加强食品安全与营养健康教育

管理规定在总则中明确提出，学校应当开展食品安全与营养健康的宣传教育。

据介绍，为明确健康教育的各方责任，管理规定要求，教育部门指导和督促学校推进健康教育，提升营养健康水平；卫生健康主管部门对学校提供营养指导，倡导健康饮食理念，开展适应学校需求的营养健康专业人员培训，指导学校开展营养健康知识教育。

管理规定要求，学校将食品安全与营养健康相关知识纳入健康教育教学内容，通过多种形式开展经常性宣传教育活动，并根据有关标准，因地制宜引导学生科学用餐。中小学、幼儿园应当培养学生健康的饮食习惯，加强对学生营养不良与超重、肥胖的监测、评价和干预，利用家长学校等方式对学生家长进行食品安全与营养健康相关知识的宣传教育。有条件的中小学、幼儿园应当每周公布学生餐带量食谱和营养素供给量。　（新华社 胡浩）

新闻播报

教育部、财政部 中小学幼儿园教师『国培计划』

日前，教育部办公厅、财政部办公厅联合发布《关于做好2019年中小学幼儿园教师国家级培训计划组织实施工作的通知》，就做好2019年“国培计划”组织实施工作进行部署。

通知提出了7个“突出”，即突出服务大局，示范引领新时代教师发展；突出扶贫攻坚，集中支持边远贫困地区教师培训；突出分层分类，遵循成长规律系统设计项目；突出模式创新，发挥培训品牌示范效应；突出应用导向，生成高质量培训成果；突出管理效能，切实落实“精细实”服务；突出制度保障，不断完善支持服务体系。

在突出扶贫攻坚方面，通知提出，各省（区、市）要落实党中央“坚决打赢脱贫攻坚战”要求，实施乡村教师培训扶贫攻坚行动，优先支持集中连片特困地区县、国家级贫困县、“三区三州”等深度贫困地区县，通过国培、省培等各级培训，确保2020年前完成对贫困地区乡村教师培训全覆盖。各省（区、市）贫困地区乡村教师校长国培任务完成情况将纳入教育部、财政部“国培计划”项目绩效评估体系，作为下一年度专项资金分配的重要依据。

在突出应用导向方面，通知提出，各省（区、市）要强化应用驱动、实践导向、能力本位，开展项目式、任务式、体验式培训，解决教学实践中的实际问题，确保每个教师深度参与国培，培训成果能用、管用、好用。

（据教育部网站）

3月22日，四川省崇州市廖家镇打造的崇州古建艺术博物馆正式开馆，并成为青少年活动体验基地。当天，一群学生来到博物馆体验泥塑。图为学生们在泥塑匠人的指导下制作泥塑“吉祥猪”。　李尚维 摄

超六成青少年儿童睡眠时间不足8小时

日前，中国睡眠研究会发布《2019中国青少年儿童睡眠指数白皮书》（以下简称《白皮书》）。《白皮书》说，调查显示，中国6到17周岁的青少年儿童中，超六成睡眠时间不足8小时，课业压力成为影响孩子睡眠的第一因素。

此次发布的《白皮书》涵盖了近7万人的线上调查结果，其中学生65648人，家长1916人。数据显示，中国青少年儿童普遍睡眠不足，睡眠时长的年龄差异显著。

对6到17周岁的青少年儿童大数据调查显示，睡眠不足8小时的占比达到62.9%，13到17周岁青少年儿童睡眠不足8小时的占比达到81.2%，6到12周岁的这一比例仅为32.2%。

调查还显示，56%的青少年儿童是起床困难户，而起床后一身轻松、精力充沛的只占到18%。

研究人员从睡眠时长、睡眠障碍、醒后状态三个维度评估中国青少年儿童睡眠状况，平均分值只有67.14分。

什么原因导致青少年儿童的睡眠时间被剥夺？

《白皮书》分析，课业压力成为影响孩子睡眠的第一因素（67.3%），其次是3C产品（27.1%），噪音、声、光等睡眠环境占24.8%，家长的睡眠习惯占19%。

调查显示，周一到周四晚上23点，仍有8.64%的学生在忙于作业。

此外，睡眠状况差的青少年儿童41.9%睡前会接触3C产品，睡眠状况优的孩子中，这一比例仅有7.4%。（据中国新闻网）

新观察

让孩子早一点关灯睡觉

张凡

近日，教育部办公厅发出《关于开展2019年“师生健康中国健康”主题健康教育活动的通知》，要求树立健康第一的教育理念，深入实施健康中国战略，培养学生健康意识、观念和生活方式，把健康教育融入学校教育教学各环节，关注师生生命全周期和健康全过程。

早在2008年，教育部印发的《中小学健康教育指导纲要》就已要求，小学生每天睡眠时间10个小时，初中生9个小时，高中生8个小时。但从实际看，中小学生睡眠时间无法得到充分保障。《2019中国青少年儿童睡眠指数白皮书》显示，中国6到17周岁的青少年儿童中，超六成睡眠时间不足8小时。睡眠不足、身体素质下降、“小胖墩”“小眼镜”越来越多，成为教育领域的重点问题、难点问题。

当下，“一个学期做半尺多厚的卷子”“一个假期上七八个补习班”是不少学生的常态；升学的压力，学校之间的竞争，父母的教育焦虑，施加到学生身上，也让他们难言轻松。而这些因素共同作用，导致孩子们房间里的灯总是亮到深夜，孩子们的世界，也少了点云彩、花朵、鸟叫虫鸣。

一位中学老师曾如此说道，如果学生睡眠得不到满足、体质在下降、近视在增加，那我们的教育就难言成功。的确，教育不仅要“文明其精神”，也要“强健其体魄”，如若体质健康无法保证，又何谈知识之精进、文明之培养、思维之修炼？近年来，从不断增加优质教育资源供给，到改变“一考定终身”的选才模式，再到出台各种细致的“减负令”，我们在增强学生体质健康、减轻学生学业负担上下了不少功夫。但也应清醒看到，让学生从熬夜、刷题、补课中解放出来，还有很长的路要走。

当然，真正为学生减负，还需要整个社会教育价值观念的转变、教育科学精神的提高。当所有人都要求孩子必须跑步前进的时候，教育就不再是“一朵云推动另一朵云”的心灵唤醒，而完全成了一场你追我赶的竞争。每个孩子都是独一无二的，都有自己的特长。如果只以谁分数高来贴标签，就难免泯灭了一些孩子身上的闪光点。让每个孩子的禀赋、才能、爱好都能被发现，让每个孩子都能够按照适合自己的节奏成长，才能让他们体会到学习的成就和成长的快乐。

孩子的成长，需要我们点亮一盏灯，但也要让他们可以早一点关灯睡觉；孩子的前行，需要树立一个目标，但也要允许他们以适合自己的方式去抵达。只有如此，成长才不只是埋头赶路，而是一段精彩的旅程。

多管齐下守护孩子们的睡眠

谌涛

日前，中国睡眠研究会发布了《2019中国青少年儿童睡眠指数白皮书》，数据显示，中国6到17周岁的青少年儿童中，超六成睡眠时间不足8小时。《白皮书》分析，课业压力成为影响孩子睡眠的第一因素（67.3%）。

教育部2017年颁布的《义务教育学校管理标准》中提出：“家校配合保证每天小学生10小时、初中生9小时睡眠时间。”我国的绝大部分青少年儿童睡眠时间远远低于这个标准。现实中中小学生课业负担重是较为常见的现象，也是造成睡眠不足的主要原因。补足青少年儿童睡眠时间，需多管齐下、共同参与。

通过引入第三方机构，对学校布置的家庭作业量进行监测很有必要。对家庭作业量进行监测是一项专业性很强的工作，教育主管部门所管辖的学校多、专业人员少，承担对于学生的课业负担的监管操作起来的确比较困难。同时，教育主管部门还应避免在作业量监测上既当“运动员”又当“裁判员”。可以通过政府购买服务的方式，由教育主管部门提供标准，由第三方专业机构来进行独立调查监测，结果向社会公开，并纳入教育主管部门对学校的考核。

学校方面要协助督促学生的课外补课数量。为避免陷入“学校课内减负，家长课外补课”的怪圈，学校可以根据学生在校学习、生活情况，通过个别交谈或调查，了解学生参加课外补习班的数量和时间。如果发现学生参与课外补习的时间影响到了学生的身心健康，学校可以向家长下发建议书，并督促其调整学生课外补课数量。同时，学校也可以通过开办家长学校传递正确的家庭教育理念。

与此同时，应将儿童青少年体质健康状况纳入政府绩效考核，将儿童青少年身心健康、课业负担等纳入国家义务教育质量监测评估体系，对儿童青少年体质健康水平连续三年下降的地方政府和学校依法依规予以问责，从而形成政府主导、社会各界参与的关爱未成年人身心健康的管理格局。

本期导读

浅谈我在语文教学中教学模式的转变

我教的班有些孩子基础知识比较差，学习自觉性和行为习惯也大多较差。如果把学优生和学困生编在一个组，会不会之后连学优生也变成学困生了呢？

经过一段时间的摸索试验，我慢慢地接受并喜欢上了这种教学模式，彻底地转变了以前陈旧的看法。（第3版）

安徽安庆：让戏曲艺术之花在校园绽放

去年，通过政府购买服务的方式，安庆市各地广泛组织专业戏曲院团进中小学校演出，并加强“进校园演”与“进剧场看”相结合，首次举行“戏曲进校园”剧场演出周，选择新创黄梅戏《邓稼先》演出时机，邀请市直7所高中5000名高中生免费走进黄梅戏艺术中心（剧场）。2018年全市完成戏曲进校园演出近700场，覆盖学生近30万人。（第5版）

传承好家风 美德伴成长

家风，承载着一个家庭长期以来所崇尚的人生理念、生活态度与价值观等。家风是一家之风范，也是铸造子女的熔炉。良好家风的熏陶，对于孩子的成长成材有着不可忽视的作用，而好家风的延续，既让美德代代相传，更为营造和谐的社会氛围与良好的道德风尚贡献着举足轻重的力量。本期话题就来分享几位读者的家风故事吧！（第8版）