

别让孩子被电子屏幕包围

中青报·中青网记者 李雅娟

小龙上小学后,妈妈林歆注意到,孩子频繁眨眼,还总眯眼睛疼。

作为陕西省西安市某小学一年级新生,上课期间,小龙几乎整节课都盯着教室前方的电子白板。这块电子白板安装在两块黑板正中间,孩子们上课时,电子白板都在视线范围内。

随着教育科技不断进步,电子白板已成为当前中小学教室的通用配置,由此带来的学生近视防控问题备受关注。2018年,教育部等八部委发布《综合防控儿童青少年近视实施方案》,要求学校教育本着按需的原则合理使用电子产品,教学和布置作业不依赖电子产品,使用电子产品开展教学时长原则上不超过教学总时长的30%,原则上采用纸质作业。

中青报·中青网记者了解到,如今在部分中小学,课堂教学大量使用电子白板,课后作业也需借助手机、平板电脑等各类电子设备。中小學生面临被电子屏幕包围的挑战,视力健康问题亟待引起重视。

今年全国两会期间,全国人大代表姚明在接受媒体采访时表示,北京姚基金公益基金会会对未成年人使用电子产品现状进行调查,在1.6万余份有效问卷中,超过八成的教师赞同学生减少使用带屏幕的电子产品,96.4%的家长担心孩子过度使用带屏幕的电子产品。姚明希望发起一项倡议,在每个学期选定一天,24小时内所有人都不使用手机,让孩子们脱离电子化环境,去体验真实世界。

上小学的孩子眨眼越来越频繁

北京家长韩梅发现,上小学三年级的女儿刚戴上近视眼镜,又开始频繁地眨眼睛,她身边不少家长反映自己的孩子“眼睛干涩、爱眨眼睛”。

在小龙就读的小学,老师有时会在家长微信群分享上课照片,林歆每次查看,都能看到教室前方的电子白板亮着,而黑板上除了日期和课程表,很少有其他书写内容。在她看来,“黑板已经成了辅助”。

近日,中青报·中青网记者走进某小学教室,体验电子白板的使用情况。当坐在教室最左侧窗边时,阳光直射而入,电子白板上播放的课件,在记者眼中呈现灰黑色,屏幕中间被一团模糊的白光占据,根本无法看清课件内容。记者换到教室中央的后排位置,反光问题虽得到缓解,但课件字号过小,辨认起来仍然比较吃力。

小龙的校园生活中,上课高度依赖电子白板,课间孩子们跟随屏幕上的示范视频做课间操,上室内体育课时老师借助电子白板播放课件开展教学……

电子白板表面光滑,当室外光线投射进教室,极易产生反光,在业内,这种现象被称作“眩光”。2024年4月刊发于《中国卫生标准管理》的《小学教室多媒体白板 and 显示屏的眩光状况分析》一文中,来自江苏省无锡市卫生监督所学校卫生监督处、无锡市疾病预防控制中心学校与食品卫生科的几位作者写道:“眩光会使人的视觉功能降低,教室中的眩光会导致某些位置的学生看不清,降低教学效果。长期作用则会造成心理不适感和视觉疲劳,进而引发烦躁、注意力不集中、偏头痛、眼部疾病等生理不适现象。”

如今,中小学里电子白板的使用极为普遍,不少幼儿园教室也安装了这类设备。北京家长赵茵的孩子在幼儿园大班就读,

近日有网友在人民网“地方领导留言板”向陕西省西安市市长建言,建议学校取消用电子屏上课,认为教学用电子屏使得学生们用眼疲劳现象普遍,导致视力下降。西安市未央区政府回应称,恰当使用多媒体手段有利于提升教学效果,目前校方采取了改进措施,比如非必要不使用电子屏,必须使用时单节课电子屏开启时间不得超过10分钟等。

如今,电子屏幕正深度渗透课堂内外。今年3月是我国第10个近视防控宣传教育月,主题是“抓早抓小抓关键,更快降低近视率”。如何在推进教育信息化的过程中做好学生的近视防控,成为社会普遍关注的话题。



4月7日,浙江省湖州市德清县三桥幼儿园,孩子们在检测视力。

视觉中国供图

孩子眼睛对光照比较敏感,看电视10分钟就会频繁眨眼。在幼儿园,老师讲授英语、拼音等课程,都会借助电视屏幕,尽管每次时长控制在15分钟内,但孩子放学回家后,眨眼的频率明显增加,“还很用力”。赵茵不免担心:等孩子进入小学,电子屏幕的使用会更频繁,该如何保护稚嫩的双眼?

教学离不开的电子屏

贵州某县英语教师李慧是电子白板的忠实用户,在她的教学中,每节课都要使用。李慧介绍,电子白板展示的课件很生动,动画、音频、课堂游戏应有尽有。此外,在白板上绘图,能轻松实现拖动、旋转操作,在展示立体效果方面更具优势。

李慧从教6年,课堂游戏是她电子白板上使用频率最高的功能。她将小学五年级学生分成小组开展比赛,让学生选单词、句子,比拼答题的正确率。有些不好意思开口读英语的学生,也积极主动参与到课堂游戏中。

在她看来,电子白板不仅能营造活跃的课堂氛围,还能替代传统教具,让知识的呈现更加直观。讲解人体部位的单词时,李慧用“小猪佩奇”来示范,她一边拖动“小猪佩奇”的身体部位,一边念相应的单词。过去,她用的是自己做的教具,“一会儿这里折了,一会儿‘胳膊’断了”,使用起来不太方便。而在电子屏上,学生可以“无限玩”——刷新一下,就能重新开始。

此外,电子白板有时还能充当“助教”。

李慧要在课堂上讲授新内容,无法抽出时间带学生复习、听写,她会提前将听写单词录入电子白板,并设置好时间,让班长届时开启白板,学生们就能顺利完成听写任务。

李慧记得,有一次某班级电子白板出现故障,学生们说只听老师讲课比较枯燥,学校将这个班的学生转移到其他教室,继续借助电子白板上课,直至原教室的设备修好。

北京市朝阳区某学校数学教师易淑将同样认可电子白板的教学功能。他提到,数学“新课标”大力强调“信息融合”,要求学生使用使用几何画板、教学辅助软件等

工具,电子白板在教学中应用更加普遍。

林歆曾做过小学教师,她理解低龄儿童需要靠直观的方式来学习。林歆记得,她讲授“把12个兔子分到3个笼子里”的题目时,为了更生动,她给每个小组都做了“兔子”和“笼子”。“有了教具,孩子们可以自己动手摆放。动手多了,能加深孩子们的直观印象。”

在一些教师看来,电子白板减轻了老师师作、布置教具的负担,课件色彩丰富,能吸引孩子注意力,复杂内容通过视频展示,讲解效率高、孩子理解快。对此,林歆表示认同,但她仍期盼能找到更好的

让学生动起来,让眼睛亮起来

中青报·中青网记者 李雅娟

科学护眼需要多方协同发力。除了限制电子屏使用时长、升级硬件设施外,培养学生良好的用眼习惯至关重要。

2023年,国家卫生健康委印发《防控儿童青少年近视核心知识十条》,指出长时间近距离使用电子视屏类产品,易消耗儿童远视储备量,是儿童青少年近视早发、高发的重要原因。文件给出了分龄管控视屏时间建议,其中,中小學生非学习

目的使用电子屏幕单次时长不宜超过15分钟,每天累计时长不宜超过1小时。使用电子屏幕学习时,屏幕中心位置应在眼睛视线下方10厘米左右,距离为电子屏幕对角线长度的4—6倍,观看30—40分钟后,应休息远眺放松10分钟。

户外活动是预防近视的“天然良方”,对放松眼睛、防控近视起着关键作用。如今,各地学校纷纷开展创新实践,将户外活动融入近视防控体系。湖南省衡阳县金溪镇中心小学开展系列爱眼护眼活动,推行课间15分钟常态化活动,鼓励

中青报·中青网见习记者 刘胤衡
记者 黄 冲

今年春季开学以来,北京市门头沟区清水学校、大峪中学分校附属小学等5所学校的同学们,迎来一堂全新的科学课:糖水绘制的“气味彩虹桥”上,几只蚂蚁蜿蜒前行。孩子们屏息凝神地观察,实时记录这些微小生命的轨迹,并在AI工具的辅助下,探索破解蚂蚁回家的秘密。

如今,全国多地正系统性推进AI教育。3月28日,教育部启动人工智能赋能教育行动,推出4项具体行动,旨在用人工智能推动教与学融合应用,提高全民数字教育素养与技能,开发教育专用人工智能大模型,同时规范人工智能使用科学伦理。

AI来了,有学校把课堂搬进大自然,有学校课堂上出现智能“导师”,人工智能赋能教育的场景不断上演。

蚂蚁觅食路线,变成数学公式里的优化函数

在今年春季“迷你”研学实践活动中,北京市门头沟区清水学校、大峪中学分校附属小学等学校的学生来到百花山自然风景区。这群“小探险家”俯身观察岩石缝隙时,发现了数十只体长近两厘米的巨型弓背蚁。

“它们搬着比自己身体还大的食物碎屑,却总能准确找到巢穴入口。”清水学校五年级学生常兴展的发现,引发了研学小队关于蚂蚁回家方式的热烈探讨。

清水学校生物教师曹学慧没有急于揭晓答案,而是引导孩子猜一猜蚂蚁怎么回家。

清水学校五年级学生杨玉洁指着蚂蚁头顶的两根触须,认为这是让它们回家的关键:“触须不停摆动,就像车载导航的天线。”

大峪中学分校附属小学四年级学生袁铭泽说:“姥姥家菜园的蚂蚁总是沿着糖渍



北京市门头沟区清水学校学生在观察蚂蚁。

受访者供图

路线走,是用气味做标记吧。”