

# 教育强国建设需夯实教育高质量发展基石

教育承载着无可替代的全链条人才培养和初始人力资源批量供给的重任,同时又以科学研究等重要功能的发挥,扛起国家重大科研平台建设和科研成果产出的半壁江山,因而是“科教兴国战略、人才强国战略、创新驱动发展战略”深入实施的工作母机和重要基石。在“开辟发展新领域新赛道,不断塑造发展新动能新优势”的新征程上,教育必须优先实现高质量发展,如此才能发挥支撑科技强国、人才强国建设的基础性、支撑性战略基石作用。

建设教育强国,在发展方向的基本遵循上,需要立足当下,着眼长远,充分体现目标导向、需求导向、发展导向。新世纪以来,我国各级各类教育在规模、结构、质量等方面取得了长足发展,但相较于2035年达到中等发达国家水平、进入创新型国家前列的目标,我国创新型高素质人才的自主培养尚任重道远。全民文化和科学素养的提升、知识结构和技能水平的迭代升级、劳动年龄人口平均受教育年限的增长等,都需要整个教育系统坚持不懈努力,尤其在优化提升人才培养结构和质量方面创新作为,以充分发挥教育在人才培养

中的基础性作用。

建设教育强国,在发展理念的持续革新上,需要更加注重公平基础上的卓越和优异。教育公平是社会公平的基石,是教育高质量发展的首要价值。而教育的卓越和优异程度,决定着一个国家、一个民族可能达到的高度。在坚持以人民为中心发展教育、促进教育高水平公平发展的同时,需要更加注重教育资源配置和教育教学质量,培养造就一批学有专长的拔尖创新人才,走好人才自主培养之路,引领创新型国家建设。

建设教育强国,在发展机制的具体落实上,要进一步统筹协同创新,推进职普融通、产教融合、科教融汇。学校需进一步打开办学的围墙,积极寻求社区、产业界、科技界的支持,让教育更多地在真实世界中发生。例如,多方面创设条件,让中小学生通过真实体验形成初步的职业认知和生涯规划;职业教育和高等教育学校将产业界、科技界的真实需求转化为学校人才培养的资源,并发挥学科专业所长,为在职人员知识结构和技能的迭代升级提供增值性的继续教育培训等。

建设教育强国,在核心功能的全面发挥上,还要在人才培养的主阵地外,进一步激活国家科技创新重要平台和高层次人才蓄水池的作用。教育机构,尤其是高等教育机构,在人才培养的主体功能之外,还承载着科学研究、社会服务、文化传承、国际交流合作等多种功能。长期以来,教育系统尤其是高校在国家科学研究项目、科技创新平台建设、重大科研成果产出等方面撑起了半壁江山。在科技强国建设进程中,教育系统尤其是高校需聚焦高水平科技自立自强的目标,进一步瞄准国家重大战略需求,在承担重大科研项目、探索全新科研机制、强化有组织科研攻关等方面有更大作为。

在充满各种不确定性的国际大环境下,高校有必要进一步发挥作为国家和区域高层次人才集聚的蓄水池作用,敞开胸怀接纳来自五湖四海的优秀人才,为不同类型、不同层次、不同发展阶段的人才提供良好的发展环境,成为人才安居乐业的驿站和人才集聚的新高地,更好地服务支撑科技自立自强、人才引领驱动战略的实施。

(作者董秀华,原载于《中国教育报》)

## 透视

### 期待午休“躺睡”走进更多校园

“推行‘躺睡’,保证学生高质量午休,是不少家长和学校的共同期待。”全国两会上,多位代表、委员建议加快推进中小学生在“趴睡”变“躺睡”,引发各方支持点赞。

大部分人在学生时代都有过趴在课桌上午睡的经历,“越睡越累”是普遍感受。据专家介绍,趴着睡觉不仅影响后续听课效率,更会给眼睛、大脑、脊柱等身体部位生长带来不同程度伤害。前些年,为了实现睡眠达标,教育部曾发布“睡眠令”,提出有条件的地方和学校应保障学生必要的午休时间。如何让更多学生“睡得好”,显然成了当下新的现实关切。

午休“躺睡”很必要,但操作中的现实困难也要正视。从各个学校探索来看,要想让学生躺着睡,大概有两类方案,要么更换新式课桌椅,要么利用学校闲置空间改造男女分区的“午睡吧”。然而,不同地区不同学校,各方面条件千差万别,或资金不足,或场地有限……因而,除了学校层面要把“躺睡”这件事真当回事,也需要相关部门给予切实的政策引导以及资金支持,帮助不同条件的学校因地制宜做好这项工作。

以更大视野看,学生午休引发高度关注,折射的也是教育观念之变。勤奋学习与健康成长是一体两面,二者之间不能“偏科”。如今,从睡眠质量到心理问题,从加强近视预防到鼓励户外活动,一件件关乎孩子健康成长的“小事”正贯穿教育始终,丰富着教育本身的内涵,引导学生们更好整装出发。

“教育首先是‘人学’”。社会在进步,教育理念也要不断升级,多从改变午休睡姿这类具体“小事”上着手,转变思路、看见细节,就能为孩子成长提供更多阳光雨露。

(作者高源,原载于《北京日报》)

## 健康

### 用好儿童春季生长期

春季气温逐渐回暖,对处于生长发育期的儿童来说,是长个子的黄金时期。

“有研究表明,孩子的生长是有季节性的,在春季往往长得更快。”中国疾病预防控制中心营养与健康所研究员刘爱玲表示,春季气温回升,孩子户外活动增加,充足的光照能够促进体内维生素D的合成和钙的吸收,为孩子骨骼的生长提供充分的原料。此外,春季人体新陈代谢旺盛,生长激素分泌增多,也有利于孩子生长。

如何用好儿童春季生长期?合理的营养是儿童生长必需的“土壤”。刘爱玲介绍,根据《中国居民膳食指南(2022)》,每日膳食应包括谷薯类、蔬菜水果、畜禽鱼蛋奶、大豆类等,通过合理搭配,基本可以满足身体成长的需要。家长们要特别关注摄取优质蛋白质、钙、铁、锌等,这些元素都和儿童骨骼生长有密切的关系。每天300至500毫升的液体奶或相当量的奶制品摄入非常必要。红肉和动物肝脏是铁、锌的主要来源,可以每周吃1—2次动物肝脏。

“还要保持适度运动。”刘爱玲说,克服自身重力的运动以及纵向移动的负重练习可以刺激骨骼的生长。一般建议儿童每天至少户外活动2小时,其中中等及以上强度的身体活动不少于1小时,每周应进行3天强健骨骼的运动,如跑步、跳绳、篮球、排球等伴随较大地面反作用的运动,对促进生长非常重要。

“孩子的身高是遗传、环境因素综合作用的结果,发育也有先有后。”刘爱玲说,家长们应关注孩子的身高变化,注意营养均衡、适度运动、睡眠充足。

(作者杨彦帆,原载于《人民日报》)

## “歪读”

近来,不少传统名著长篇遭遇来自网络的“三观审查”,让人哭笑不得。  
(李嘉/绘,原载于《北京日报》)



## 家校共育

### 家校合力让孩子走出网游沉迷

当今社会,人们已经很难完全离开网络而生活,现在的孩子也是一出生就不由自主地成为“网络原住民”。而不少父母因为孩子的网络游戏(以下简称“网游”)成瘾问题困扰不已,这些孩子因为沉迷网游,伤害了身体,耽误了学习,对个体的正常社会交往及健全人格发展也带来了不利影响。

如何让孩子合理而有节制地使用网络,如何避免孩子网游成瘾,如何帮助他们建立健康的学习生活节奏?家长和教师应从以下三方面着手,即“家校合力、兴趣并举、疏导结合”。

家校合力,是指家庭和学校都要尽到自己的责任,共同配合,防止孩子出现沉迷网游的情况。一旦发现孩子已经出现了这种情况,也要保持家校之间的沟通,让孩子能及时得到来自家庭和学校的关注与帮助。

家庭在孩子的人格形成和习惯养成中发挥着最重要的作用。家长自身要在日常生活中以身作则,给孩子做好自律的榜样,不要一边让孩子远离网络游戏,一边自己却抱着手机不撒

手,这会大大降低自己在孩子心中的权威性,也让孩子觉得不公平。学校也可以适当开展一些主题活动,让学生了解网游成瘾的危害。另外,家长和教师需要用心观察和发现孩子对网游上瘾的原因,再对症下药来帮助孩子走出困境。比如有的孩子是因为学业成绩不理想,而网络游戏可以带给他现实中难以获得的成就感,那么家长就可以和学校加强联系,和老师一起帮助孩子在学业上取得进步,获得自我价值感。

兴趣并举,是指通过培养孩子的兴趣爱好,丰富孩子的生活体验,让孩子有更丰盈的内心和更广阔的视野,他自然就不会过度沉迷于网络游戏的世界。

家长要多让孩子参加体育运动,一方面可锻炼身体增强体质,另一方面还可通过运动来释放青春期的躁动,宣泄内心的情绪和压力。学校也应多创造一些让孩子到户外活动和锻炼的机会,让孩子的青春活力得到充分的展示和迸发。对学生也不要只采用学业成绩这一个评价标准,多去发现每个孩子身

上的特长和亮点,让每个孩子都能有展示自己获得自信的机会。

疏导结合,是指帮助和引导孩子建立规则,合理地使用网络。在现实生活中,“一刀切”不是解决问题的办法。为防止沉迷网游而让孩子完全不接触网络,是不现实也是不理智的做法。

可以和孩子约法三章:定时、定量、守约。定时,即约定可以玩游戏的时间段;定量,即每次使用手机或玩游戏的时间长度;守约,即按照事先约定执行,如在不需要使用电子设备的学习时间,手机等电子设备需要上交或放在学习房间之外的空间等。还可以制定一些奖惩措施,如果孩子控制在网游上有进步,可以有一定奖励,如果违反了规定,也要承担相应的惩罚。

在这个过程中,既要信任孩子,也不能撒手不管。要把握好这个分寸,的确不是一件容易的事情,但只要家长和老师有充分的爱心和耐心,掌握好的方法,一定能取得好的效果。

(作者李鹏飞,据《北京日报》)