

深度评论

办好“关键小事” 提升教育获得感

杨三喜

福建省泉州市搭建均衡编班大数据平台，编班结果即时生成二维码，扫码可追溯原始数据；重庆市采取 双随机（学生随机分班、班主任随机派班）模式，邀请家长亲手操作分班程序，整个过程透明可见；江西省则在实施 阳光分班 过程中，邀请纪检监察员、人大代表、政协委员、家长及学生等共同见证，部分地区还通过网络进行全程直播，让广大家长足不出户即可 云监督 分班过程 新学期开始，全国多地推行义务教育 阳光分班，通过科学、公平、公开的方式，均衡分配班级学生和师资，有效促进教育资源均衡配置，遏制择校乱象。

近年来，为缓解择校焦虑，教育系统大力推进 阳光招生 行动，严格落实免试就近入学政策，从招生源头挤压暗箱操作空间， 择校 焦虑得到有效缓解。然而，择班的焦虑又随之而来。在一些家长眼中，即使进入了理想的学校，如果孩子被分到 普通班，而优质师资集中在 重点班，孩子依然难以享受到公平优质的教育资源。这种焦虑不仅让家长身心俱疲，更诱发了诸多家校矛盾。有的家长为了让孩子进 重点班 四处奔走，有的则因对分班结果不满而投诉学校

■ 提升公众对教育公平的获得感,不能仅停留在美好的政策宣示上,更需要落实到每一处教育细节中

■ 这些举措或许微小,却是让公众收获实实在在的教育获得感与幸福感的切实举措

择校、择班背后，本质上是家长和学生对优质教育资源均衡配置的渴望，对教育公平的期待。教育部多次划定红线，明确严禁学校组织入学考试分班、设立重点班和快慢班。然而，在部分地区、部分学校， 变相重点班 的现象仍未完全杜绝。这些做法看似是因材施教，实则违背了义务教育的本质要求。义务教育作为国民教育的基础，其价值在于保障每一名适龄儿童平等接受教育的权利。将学生人为分为 优劣，集中优质资源培养少数人的做法，不仅损害了大部分学生公平享受教育资源的权益，更在无形中给学生贴上了 标签，将影响其身心健康成长。

当下，各级各类教育的普及程度不断提高，教育资源短缺已不再是制约教育发展的主要矛盾。公众更期待的是资源均衡配置，是孩子在家门口享受到公平优质的

教育。在这样的背景下，提升公众对教育公平的获得感，不能仅停留在美好的政策宣示上，更需要落实到每一处教育细节中。

阳光分班 虽然只是学校管理中的一个小环节，却直接关系到教育公平的 最后一公里。它让教育公平可知可感。教师不至于因教 普通班 而缺乏动力，孩子也可以不因身处 普通班 而自卑，家长也不必因为孩子进入 普通班 而焦虑 这一细微改变，有助于激发全体学生的学习动力，进而重塑校内教育生态。而从 阳光招生 到 阳光分班，也反映了教育部门更立体、全面推进教育公平，办好人民满意的教育，提升民众教育获得感、幸福感的决心。这种决心，不仅体现在推动关乎公平的 大事上，更渗透在破解关乎学生成长与家长便利的 关键小事 中。

不仅仅是 阳光分班，新学期开始，我们看到，各地各学校从细微处发力，提升教

育获得感、幸福感的教育举措层出不穷。浙江杭州各个城区投入超8万套 躺睡 课桌椅，着力解决小学生躺着午休的问题。广东湛江积极推进校园定制专线服务扩容提质，进一步缓解学生上下学通勤难题。安徽铜陵明确义务教育阶段同一家庭多孩中的幼儿可随兄（姐）入读同一校区，不受现有学位管控刚性限制

课桌椅升级，是落实 健康第一 理念的生动写照，是教育理念的升级。教育不能仅关注学生的成绩，更要回应孩子成长中的各类需求。 定制化 交通服务，让教育服务延伸到了校园之外，提升了上下学安全度，真正做到了 想家长之所想，急家长之所急。支持多孩家庭的子女在同一所学校就读，避免家长因子女分散在不同学校而奔波，直击多孩家庭痛点，贴心又暖心。

从大规模更换课桌椅，让孩子躺着午休，到定制校园公交专线，破解学生上下学安全与校园周边拥堵难题，再到完善 长幼随学 政策，支持多孩同校就读，助力家长解决子女接送难题 每一项都聚焦民生关切，充分彰显了教育的温情、温度。这些看似细微的教育变革，编织出了更有温度的教育生态。这些举措或许微小，却是让公众收获实实在在的 教育获得感与幸福感的切实举措，也将汇聚成推动教育高质量发展、办好人民满意的教育的强大动能。

微言

以身作则 引导学生强健体魄

王静

近日，广东深圳一位校长连做71个俯卧撑的视频引发关注，赢得不少网友点赞。视频显示，在校园内，一男子正在做俯卧撑，孩子们则齐声为其数数 67、68、69、70、71，现场气氛热烈。视频发布者评论区留言说，（校长做俯卧撑）是为了鼓励师生们既要学习好，也要身体棒！

年届五十的校长一口气完成71个俯卧撑给学生上了一堂别开生面的 开学第一课。如果不是长期坚持体育锻炼，很难做到。校长的71个俯卧撑，既从侧面反映其本人对于体育锻炼的坚持，也生动诠释了 既要学习好，也要身体棒 的教育理念，这一幕在师生心中留下的，不仅仅是一个数字，更是一种心灵震撼。

当下， 小眼镜 小胖墩 等现象依然普遍，成为制约学生健康成长和未来发展隐忧。教育不仅关乎精神与知识的滋养，更关乎身体的成长与健全。规律的体育锻炼能够增强心肺功能、肌肉力量，提升体能与运动技能，还能有效提高注意力、学习效率和心理承受力，促进良好心理品质与社会情感的发展。学校是青少年身心发展的重要场所，近年来， 健康第一 理念逐渐落地，学校层面普遍更加重视体育工作的开展。但从现实来看，引导学生形成规律、持久的体育锻炼习惯还面临不小的挑战。

青少年时期正是体魄、意志力与行为习惯形成的关键阶段。学校教师 and 校长作为施教的关键力量，其一言一行对学生具有不可替代的示范作用。如果教师都能够像这位校长一样在坚持体育锻炼上做好榜样，不仅能够提升课内外体育锻炼氛围，还能促进学生在模仿与实践中形成规律运动的习惯，引导学生养成锻炼习惯，让经常参与体育锻炼真正成为学生一生受益的生活方式。

校长连做71个俯卧撑引发的讨论也启示我们，学校应充分发挥教师的示范引领作用，让教师与学生共同参与体育锻炼。比如，通过开展师生同场的跑操活动、阳光大课间、班级体育联赛等方式，让学生在日常运动中感受到集体荣誉感与体育精神。同时，还要不断创新锻炼形式，兼顾多样化与趣味性，使不同兴趣、不同身体素质 的学生都能找到适合自己的运动项目。与其空泛强调 体育的重要性，不如用这种具体、可参与的方式，让学生在体验中自然养成锻炼习惯，在体育锻炼中实现 享受乐趣、增强体质、健全人格、锤炼意志 的目标。

身体力行是教育最质朴却最有力的表达。校长的71个俯卧撑，不只是一次身体展示，更是一次教育宣言。体育只有落实到行动中，才会真正触动学生的心灵。正是这种身体力行，让抽象的教育理念变得可感可触。我们期待更多教育者能够 动起来，以身作则激发学生的锻炼热情，让身体力行成为教育者最有温度、最有感染力的教育方式。

（作者系杭州师范大学体育学院副教授、美国春田学院访问学者）



图说

守护青少年用网安全

木亦

当下，青少年触网年龄持续下移，手机、平板成为不少孩子的 日常伴侣。网络世界的缤纷多彩，既为他们打开了探索知识、连接世界的窗口，也潜藏着多重风险。不良信息、网络诈骗、个人信息泄露等风险所在多有。而青少年社

会经验尚浅，对网络风险的辨别能力、抵御能力较弱，很容易成为网络风险的 易感人群，守护他们的用网安全，已成为学校、家庭乃至社会共同面临的重要课题。

把具有丰富网络安全防护经验的民警请到教室，通过真实案例，带领孩子们直观认识到网络风险，并传授可操作的防护

方法，能让网络安全意识 入脑入心。民警是专业的安全防护力量，将法律知识、安全技能带入校园，弥补了学校在网络安全实践教学中的短板，是协同育人的鲜活实践。期待未来能有更多类似的协同举措，让家庭、学校、社会形成更紧密的联动，为青少年打造一个清朗的网络成长空间。

学生宣传普及网络安全知识

在江苏省如皋市小学开展网络安全教育

网络安全课

网络安全课

网络安全课

网络安全课

网络安全课

网络安全课

网络安全课

网络安全课

网络安全课

网络安全课

网络安全课

网络安全课

网络安全课

网络安全课

网络安全课

网络安全课

网络安全课

网络安全课

网络安全课

网络安全课

网络安全课

网络安全课

网络安全课

网络安全课

网络安全课

网络安全课

网络安全课

网络安全课

网络安全课

网络安全课

网络安全课

网络安全课

网络安全课

网络安全课

网络安全课

网络安全课

网络安全课

网络安全课

网络安全课

网络安全课

网络安全课

网络安全课

网络安全课

网络安全课

网络安全课

网络安全课

网络安全课

网络安全课

网络安全课

网络安全课

网络安全课

网络安全课

网络安全课

网络安全课

网络安全课

网络安全课

“玩梗”招生帖何以走红

当导师不再“端着”，学生也就能卸下“仰望”的负担，真正以合作者的身份参与科研探索

的老好人，这种 俯身对话 的姿态，恰恰击中了年轻群体对平等交流的渴望。正如他在后续回帖中指出的： 无论是学生还是患者，首先要将他们视为平等的对象。

其次，这种招生方式还精准契合 Z世代 大学生的关注热点。当前在校大学生以 Z世代 为主，受多元网络文化影响，他们拥有独特的生活方式与价值取向。只有用年轻人的语言，说年轻人听得懂的话，才能实现同频共振，真正走进 Z世代 大学生的内心。一般而言，在导师的官方介绍中，大多是关于课题、论文、著作等学术成果的罗列，满屏的专业性文字，显得 晦涩难懂。而主动以人格测试、星座分析等年轻人熟悉的 梗 自我介绍，瞬间勾起了学生的兴趣，在无形中增加了亲切感，由此赢得众多好评。

值得关注的是，赵志明老师的简历并非哗众取宠和刻意引流，自身的硬实力才是真正的底气所在。国家公派德国哥廷根大

学的骨科博士，湖北省重点联系专家，湖北省楚才卡A卡专家，湖北省临床重点专科学科带头人 这些 硬核 实力成为其招生创新的坚实后盾。

亲其师，才能信其道。看似轻松的幽默背后，实则是部分导师群对传统权威形象的主动解构。 玩梗 招生帖走红，更反映出年轻一代对平等、真诚师生关系的集体呼唤。当导师不再 端着，学生也就能卸下 仰望 的负担，真正以合作者的身份参与 科研探索。

在高等教育中，导师和学生的关系被称为 导学关系。亦师亦友、和谐平等的导学关系，既是护航研究生学术成长的坚实底座，也是推动导师事业发展的强劲动力。我们欣喜地看到，90后 95后 导师群体开始崭露头角，这些导师自身就生长在数字时代，思想更加开放，思维更加活跃，更愿意尝试和接受新事物、新技术，敢于撕掉身份中一些不合时宜的刻板标签。一些年轻导师毫不违和地在网络

社交平台打造自己的专属IP，敢于坦诚表达自己的观点。他们不会刻意 端着，而是能以学生喜闻乐见的方式进行学术上的指导，与学生共同成长。

眼下，高校陆续迎来新生入学期，一批新生即将开启期盼已久的研究生学习生涯。为了帮助研究生和导师 完美匹配，学校一般都会以学科专业为单位，组织一次导师见面会，邀请导师分享自己的科研领域与专长，帮助新生结合自己的研究志趣，遴选合适的导师。这虽是导学关系的起点，却至关重要。期待更多导师以真诚平等风范吸引学生，让师生在双向奔赴的价值互动中真正实现 教学相长。

人生之路，道阻且长。若能得到良师指引，无疑是人生的一大幸事。在研究生求学阶段，一位好导师对于推动学生的科研进步和心智成长更是至关重要。 玩梗 招生帖的走红，恰似一面镜子，映照出年轻一代对教育温度的渴求。当越来越多的导师愿意以真诚平等的姿态 俯身倾听，学术之路才能成为智慧探索与温暖相伴的旅程，教育就能真正实现其育人育才的使命。

（作者系浙江师范大学高质量发展研究院研究员）

热评

参加大学社团 贵精不贵多

倪佳琪

新学期到来之际，加入学生社团 百花园、收获成长、愉悦精神，是不少校园萌新 的愿望和目标。但学生如何选择学生社团，如何在第二课堂提升综合素质，备受关注。

当下，大学新生即将从 Z世代（指出生于1995年至2009年之间的人群）的后期逐渐过渡至 α世代（指的是2010年及之后出生的人群），从小就生活在一个高度数字化、全球化、智能化的环境中，思想行为呈现出碎片化吸收、个性化表达、圈层化交往、网络化生存等趋势。学生社团无疑是新生探索兴趣、发展友谊、体验和融入校园文化的重要平台，能够帮助新生们更好地适应校园社会活动，在更接地气、更有气的社团活动中提升自我。

高校的学生社团按照功能类型普遍分为思想政治类、学术科技类、创新创业类、文化体育类、志愿公益类、自律互助类等。其中，学术科技类的学生社团是高校平均保有量最大的社团类别，是专业学科从第一课堂向第二课堂的延伸。这类社团可以弥补传统课堂中 重知识灌输、轻动手操作 的不足，帮助学生跳出 纸上谈兵 的局限，将课堂上抽象的理论知识转化为具象的实践项目，提升学生的实践能力和创新素养。很多的学术科技创新项目就诞生于此。

此外，越来越多的高校通过校地合作、校院对接、校企联动等，为文化体育类、志愿公益类、创新创业类的社团引入广阔平台和高质量资源。这些学生社团不仅可以为大学子提供更加丰富多彩的校园文化体验和技能训练。这些社团既是找到校园活动搭子、创

在江苏省如皋市小学开展网络安全教育

网络安全课

网络安全课

网络安全课

网络安全课

网络安全课

网络安全课

网络安全课

网络安全课

网络安全课

网络安全课

网络安全课

网络安全课

网络安全课

网络安全课

网络安全课

网络安全课

网络安全课

网络安全课

网络安全课

网络安全课

网络安全课

网络安全课

网络安全课

网络安全课

网络安全课

网络安全课

网络安全课

网络安全课

网络安全课

网络安全课

网络安全课

网络安全课

网络安全课

网络安全课

网络安全课

网络安全课

网络安全课

网络安全课

网络安全课

网络安全课

网络安全课

网络安全课

网络安全课

网络安全课

网络安全课

网络安全课

网络安全课

网络安全课

网络安全课

网络安全课

网络安全课

网络安全课

网络安全课

网络安全课