

# 为了让孩子多睡一会 全面取消晨读

老师:时间减少,提高效率就成为首要课题

家长:晨读是一个缓冲,有助于孩子快速进入上课状态

□本报记者 黄诚成

学生一天的学习从早读开始,很多老师和家长都十分重视,早读也给孩子们养成了一个学习的好习惯。

这学期以来,教育部规定推迟上学时间,早读也遭到了全面取消。“双减”计划落实之后,为了给学生减轻压力,保证学生的睡眠,制定了统一的上学时间:小学生早上上课时间不早于8点20,初中生早上上课时间也不能早过8点,如果按照这个时间上课,学校早读就会被取消,这就意味着曾经80后、90后,甚至是大部分00后年少时的校园回忆——晨读,将正式与这些孩子们告别。

老师:  
有赞成有忧虑

取消晨读,学校老师是什么看法呢?

岳阳楼区朝阳小学老师方西河认为,如今,孩子们上课的课程多,学习任务重,太累了,让他们多睡一会儿,这是很好的事情。有的孩子一大早起来,背起书包便出门,赶到学校进行晨读。因此,取消晨读,作为一名小学老师,我是赞成的。只不过,孩子们的学习任务是没变的,时间减少了,提高效率就成为首要课题。

站前小学老师漆挺则持不同观点。他认为,为减负而要减掉学生的早读是不可取的。原因有二:一是现在提倡全民阅读,学生时代就要多读书,书香校园就要体现在学校的朗朗书声上。学生到校时间不可一刀切,也一刀切不了,提前到校的学生要养成自觉读书的好习惯。二是读书不是减负的硬性指标。相

反,我们一方面要减负,坚决减掉学生不合理的作业负担,确保学生充足的睡眠时间;另一方面也要鼓励学生增加阅读量,养成读书的好习惯。学校推迟到校时间,家长就应在确保学生睡眠时间的基础上,督促其早起床,呼吸新鲜空气,学生在家可自行进行诵读。

市九中老师葛志明对取消晨读也有自己的看法:“我们学校每天都有早读,为的就是督促孩子们利用黄金时间记忆最好的时段来读一些书。现在语文必背的文言文越来越多,应该利用早读去读背。如果取消晨读,对于一些不太自觉的学生,他们的背诵会达不到目的,无疑会影响到学习。”

家长:  
看法不一

全面取消晨读这件事情,很多家长也抱着不同的态度,有的家长赞成,有的家长反对。

家长郭琼认为,取消早读,对孩子的身心和学习是有很大的好处。她介绍,如今,青少年睡眠不足现象日趋严重。其中13-17岁的孩子睡眠不足的比例达到了81.2%。对青少年来说,小学生应保证10小时睡眠,中学生则是9小时,否则会影响未成年人人格和神经的发育,引起免疫、内分泌系统混乱,导致肥胖,还会导致注意力、记忆力、自控力下降。取消早读可以保证学生睡眠充足,在家吃个营养早餐。不仅可以达到减负的效果,还能促进学生身心的健康发展,可谓是一举两得。作为家长,她认为,孩子们应该先有强壮的体魄,健康的心灵,才能认

真学习。

李青是一名5年级孩子的母亲,长期以来,她对孩子的学习要求严格。她认为,一日之计在于晨,晨读对于学生来说是很重要的,早晨学生的记忆力最好,语文和英语如果不读不记,那一切都是空谈。晨读时间其实也是一个缓冲,有助于孩子快速进入即将开始的上课状态。如果晨读被取消,孩子连瞌睡都没醒就来上课,课堂效果可想而知,更不要谈什么高效课堂。而且晨读只有30分钟,又不会很久,不会耽误学生多少睡眠时间,只要学生晚上早一点睡觉,就怎么都不会耽误睡眠时间的。她个人认为,学生的睡眠时间其实已经很充实了,关键在于是否能合理安排时间。

家长姚维对于取消早读,有自己的看法,他认为减负是一项需长期坚持的工作,减轻负担固然是很好,但是需要社会、学校,家庭相辅相成,一起落实,坚持。目前许多的学校都在采用多种形式落实双减政策,旨意减轻学生负担。希望所有的家长老师,清楚国家政策实施的意义,能够实实在在减轻学生负担。他将配合学校减轻孩子的负担,让孩子在健康快乐中成长,少使用电子产品,加强睡眠,保护视力,注重孩子的身心健康发展。

对于农村孩子,取消晨读,家长还是有些顾虑。家长方振斌认为,全面取消晨读,旨在让孩子多睡一会,出发点固然是好的。但对于农村孩子来说,家长需要早出到城镇务工,孩子多由老人接送,取消晨读,推迟上学时间,对农村家庭来说是一个不小的考验。



图说  
我们的  
价值观

友诚敬爱法公平自和文民富  
善信业国治正等由谐明主强

