

中小學生暑期掀拼豆熱 利弊并存引家校熱議

■本報記者 王菲娜 文/圖

這個暑假,繼手賬、咕卡之後,一款名為“拼豆”的手工DIY項目迅速“出圈”,成為中小學生喜愛的新晉“頂流”。拼豆又稱“熔融豆”,成品呈現像素畫風格,是一種將彩色塑料小豆子按圖案排列在單孔模板上,再用熨斗加熱定型的手工活動。

然而,隨著一則“10歲女孩每天拼豆三四小時,眼軸成倍增長”的消息引發熱議,拼豆的利弊之爭,正從原本小眾的手工藝愛好者圈層,迅速擴散到更廣泛的家長與公眾視野中。

拼豆“圈粉”中小學生 解鎖指尖治愈時光

暑期以來,拼豆因其操作門檻極低,零經驗、無繪畫功底也能照著圖紙輕鬆完成,受到不少學生追捧。即將升入小學六年級的學生欣欣告訴記者,拼豆是暑假期間學習之餘的主要消遣。“看著一顆顆小豆子變成完整的圖案,特別有成就感,拼起來容易上癮。”欣欣對拼豆的喜愛並非個例。這種即時可見的成果,契合了青少年渴望獲得成就感與掌控感的心理需求,有孩子甚至“一拼就是三四個小時”,不知不覺沉浸其中。

除創作本身的樂趣外,拼豆還自帶“社交貨幣”屬性。色彩明快、風格鮮明的成品天然適合在社交平台分享,學生之間自發形成“圖紙共享圈”;有人分享原創像素圖案,有人交流熨燙溫度控制技巧,還有人把拼豆掛件當成小禮物互贈。在不少班級裡,拼豆已成為學生之間新的社交語言。有學生坦言,拿起拼豆的那一刻,學業壓力和生活煩惱都能暫時拋在腦後,完全放空的状态让它成了專屬自己的解壓方式。

興趣切忌無節制 警惕視力作祟雙重壓力

過度沉溺拼豆暗藏作息、視力雙重隱患,讓家長們擔心不已。拼豆熱潮也引發了家校的利弊討論。隨著拼豆在學生群體中持續走紅,關於這項手工的利弊之爭,也從家庭餐桌蔓延



圖片來源於網絡。

到了校園課桌。

南安市第九小學教務副主任陳盼盼介紹,近期家校溝通反饋呈現明顯的兩極分化態勢:不少家長最初對拼豆持歡迎態度,認為它既能鍛煉孩子的專注力和動手能力,又能替代長時間刷手機的娛樂方式,是優質的親子互動道具。但隨著越來越多孩子出現過度沉溺的情況,更多家長開始表達擔憂。

北山實驗小學教師李婉瑜認為,適度制作拼豆具備良好的育人價值:擺放豆子的過程可鍛煉手眼協調與精細動作;長時間靜心創作,有助於克服浮躁;遇到拼錯、熨燙失敗等問題,能夠培養耐心與抗挫折能力;自主設計圖案、搭配色彩,更能激發審美素養與創造力。

但毫無節制沉迷拼豆的風險同樣不容忽視。部分學生為制作作品熬夜趕工,擠占睡眠時間;大量暑期學習、閱讀時間被占用,耽誤學習計劃。

尤為值得警惕的是視力負擔。長時間近距離緊盯毫米級小顆粒,加之不少孩子為查找圖紙、觀看教程頻繁使用電子產品,連續久坐不休息,對尚处在發育期的青少年眼睛造成

持續壓力。

陳盼盼建議,家長要做好陪伴引導,加強理性消費教育,引導孩子平衡興趣愛好與學業,實現全面發展。

“家長先接納孩子的愛好,不要一上來就全盘否定,再跟孩子講清楚取舍。”李婉瑜建議,要約定時間邊界,做好用眼管理。家長和孩子共同制定規則,把拼豆當作完成學習、家務之後的獎勵,每天限定固定時長,同時注意用眼衛生。

巧排碎片時間 平衡休閒、學習與運動

針對拼豆熱潮帶來的新問題,以及盛夏高溫天氣下青少年戶外文體活動開展受限的現實情況,南安一線教育工作者和專家,為家庭和學生給出了清晰的引導方案。

陳盼盼表示,學校倡導學生合理分配課餘時光,將拼豆作為學業之餘的休閒調劑,严控體驗時長,做到適度怡情、有度益智。其餘碎片時間可用於課外閱讀、錯題复盘、室內健體和护眼放鬆,多元充實課餘生活,平衡美育薰陶、學業提升與身心鍛煉。

李婉瑜進一步給出了可落地的時間分配指南:首先要劃分優先級,上午头脑清醒的小段時光優先用來完成背誦古詩文、閱讀課外書、練字等輕量學習任務;拼豆這類靜態手工要放在全部學習任務完成之後再安排,嚴格把控時長,每拼15-20分鐘就站起來走動、远眺放鬆,讓眼睛和颈椎得到休息;即便天氣炎熱,也不能完全放棄運動,居家可以完成跳繩、拉伸、室內操等輕量運動,同時利用清晨、傍晚的涼爽時段外出活動,累積日照時長,發揮戶外光照的近視防控作用;除此之外,碎片化時間還可以用來分擔家務、整理房間,提升勞動能力,或是收聽有聲讀物、科普故事拓寬眼界。

相關教育專家也補充了拼豆安全體驗的專業提示:日常體驗要遵循“20-20-20”护眼法則,每20分鐘就要看向6米外的物體至少20秒,建議每天拼豆總時長不超過2小時;選購產品時要认准CCC認證標志,選擇標註完整廠名廠址、明確適用年齡的正规產品;熨燙操作時要開窗通風,避免在密閉空間內操作,家長需全程做好監护。

取经蓉城 南安68名責任督學開展能力提升研修

本報訊(記者 王菲娜 通訊員 蘇立陽)近日,2026年南安市責任督學督導能力提升專項研修班(第一期)在四川成都順利舉辦。全市68名來自教育督導室、教師進修學校及中小學、幼兒園的責任督學跨越山海赴蓉研學。

本次研修匯聚成都多地省級資深督學、名校校長,開設系列專題講座,覆蓋義務教育、學前教育、健康育人、數字督導、創建迎檢全維度,理論與实操雙向賦能。

成都市錦江區教科院所長林銳分享錦江“1+1+N”常態督導、三支隊伍協同治理模式,解讀優質均衡指標核査邏輯,前瞻人工智能賦能教育治理發展方向;青羊區督導室梁妙博士系統梳理區域優質均衡發展脈絡,結合區域評估案例細化初中辦學質量督導標準,明晰從基本均衡邁向優質均衡的實踐路徑;眉山開放大學督學郭子

明圍繞學前普惠、義務均衡兩類創建工作,逐條拆解評估細則,梳理自查、台賬籌備、迎檢全流程工作要點。

成都市成華區總督學張英主講幼兒園“三級三化”內部督導體系,推出迎檢材料“五個三”標準化組建規範,詳解中小幼一體化督導閉環、權責劃分、檔案管理實操辦法,有效解答一線督學入校核査困惑。

電子科技大學附屬實驗小學校長康永邦以“健康第一”為核心,闡釋生理、心理、道德、社會適應四層健康育人內涵,對比“分數優先”與“健康第一”兩種辦學路徑,分享校園健康治理八大實施維度,為督導評價學生全面發展提供全新思路。

在學員們的筆記本里,密密麻麻的字迹記錄著講座的精華與個人的思考。有的學員繪制了思維導圖,將專家的觀點條理化、系統化;有的學員則

重點記錄了督導評估的指標體系與操作流程;還有的學員写下了自己的感悟與疑問,準備在後續的實踐中探索答案。這些筆記不僅是學習的見証,更是未來工作的寶貴財富。

本次研修還設置名校實地觀摩環節,組織學員先後走進成都市泡桐樹小學境界分校、成都市第十六幼兒園,沉浸式學習先進學校在優質均衡創建、校內診斷督導、數智化辦學、特色課程建設方面的成熟經驗。在泡桐樹小學境界分校,學員們聆聽該校副校長楊亞、方洪、宋琴三位分別帶來的干货分享,系統了解學校“三六模式”均衡育人體系、“一核三環”校內診斷督導閉環、“125+N”AI教育頂層設計的落地路徑。學員實地參觀AI科創教室、中藥特色課程室、智慧自習艙等特色場室,直觀掌握均衡創建可視化、可量化的實施辦法。

在成都市第十六幼兒園,學員們觀摩學前普惠創建工作,學習區域多部門協同督導、遊戲化特色課程、幼兒發展評價閉環等實操經驗,补齐南安市區學前督導工作短板。此外,研修班還組織全體學員走進四川博物院開展文化研學,深挖巴蜀傳統文化育人資源,探索將地域文化融入校園辦學、督導評價的新思路。

為期6天的蓉城研學緊湊充實、干货滿滿,學員們打破傳統“迎檢式督導”固化思維,在機制創新、內涵督導、數字賦能、健康育人、閉環整改五大方面收穫可复制、可落地實踐經驗。參訓學員紛紛表示,要將專家傳授的督導理念與實操方法內化于心、外化于行,在未來的工作中堅持系統思維,聚焦核心任務,以更嚴的標準和更實的作風做好挂牌督導工作,切實把培訓成果轉化為推動區域教育高質量發展的督導實效。



高等教育自學考試 9月3日開始報名

本報訊(記者 王菲娜)近日,福建省2026年下半年高等教育自學考試報名時間確定了。

考生須本人於9月3日至10日登錄福建省教育考試院網站(https://www.eeafj.cn/)—數字服務大廳—自學考試—自學考試考務考籍管理系統,進行報名報考。考生須對所填報的個人信息和報考信息的準確性負責,禁止他人替代報名。若因他人替代報名造成信息有誤,責任由考生本人承擔。據悉,2026年下半年高等教育自學考試將於10月24日至25日舉行。

首次參加自學考試須先完成新用戶註冊,然後才可選擇課程報考。其中,新生網上報名時間(含證件照上傳)為9月3日9:00—9月10日12:00,網上報考課程時間為9月3日9:00—9月10日17:00。在籍考生選擇本次考試所需准考證進行報考。

開考專業考試課程及時間安排詳見福建省教育考試院網站(https://www.eeafj.cn/)—數字服務大廳—自學考試—公示公告—《福建省教育考試院關於印發2026年高等教育自學考試開考專業考試安排的通知》。

專科銜接本科和二學歷專業的新生在報名時,需進行前置學歷資格審查。學信網學歷認證未通過的考生須於2026年9月9日前,在系統上提交《教育部學籍在線驗證報告》并聯系所屬主考院校,經審核通過後方可進行報考;不符合條件的將取消其銜接類報名資格。福建省教育考試院將對報考中職(含技師技工)銜接專科考試的新生進行抽查,不符合條件的將取消其銜接類報名資格,考試報名費不予退還。

值得注意的是,有下列3種情形的考生,需到現場進行確認。1.持台灣居民居住證、台灣居民來往大陸通行證的新生;2.更改身份證號碼和身份證件類型的大陸居民考生(姓名、性別、民族、出生年月等個人信息可直接線上辦理更改);3.更改個人信息的非大陸居民考生。面向社會開考專業考生可到當地教育招生考試院進行更改;試點、銜接、二學歷專業考生可到所屬主考院校進行更改。各級教育招生考試機構、各主考院校應嚴格審核考生提交的材料,并拍照上傳系統。

親子共讀,童聲演繹 南安市第五小學讓暑期閱讀有聲有色

本報訊(記者 王菲娜)為讓孩子們遠離浮躁,浸潤書香,培養良好閱讀習慣,近日,南安市第五小學開展暑期繪本閱讀活動。

暑假期間,一年級學子與家長攜手開啟了一段段溫馨的親子共讀時光。無論是家中的居家書桌、清幽書房,還是城市里靜謐的公共圖書館,處處都能看到孩子們捧著繪本專注閱讀的身影。家長們陪伴孩子一同品讀《猜猜我有多愛你》《一園青菜成了精》《小種子》等經典繪本,家長輕聲導讀,孩子靜心品讀、大膽分享,在一幅幅精美圖畫、一段段溫暖文字的陪伴下,孩子們慢慢感知善意、收穫快樂、启迪智慧,在親子互動中拉近了彼此的距離,也讓閱讀成為家庭里最日常的溫馨場景。

為了讓靜態的閱讀變得更加鮮活生動,本次活動還特別設置了“小小故事主播”環節,鼓勵孩子們化身小主播,用童真之聲演繹繪本里的精彩內容。面對鏡頭,孩子們不僅自信大方、聲情并茂,還會結合靈動的動作、豐富的神態还原故事情節,大方分享自己的閱讀感悟。家長陳女士表示,孩子們在趣味演繹中進一步深化了對故事的理解,鍛煉了語言表達能力。

“本次暑期繪本閱讀活動打破了傳統閱讀的邊界,將親子陪伴、趣味演繹融入日常,不僅幫助孩子們在假期養成良好閱讀習慣,也讓閱讀真正從‘翻書’變成了‘走心’的成长體驗。”該校相關負責人表示。



防溺水安全知识

珍爱生命

防溺水六不准

- 不私自下水游泳
- 不擅自與他人結伴游泳
- 不在無家長或教師帶領的情況下游泳
- 不到無安全措施、無救援人員的水域游泳
- 不到不熟悉的水域游泳
- 不熟悉水性的同學不擅自下水施救