

信阳市胜利路学校设立“周三无作业日”——

# 减轻负担,为孩子成长“留白”

本报记者 任 彤

周三下午,信阳市胜利路学校的下课铃声响起。与往常不同,孩子们整理书包的动作显得格外利落,脸上洋溢着轻松的笑容。这一天,他们的书包里没有必须完成的书面作业——这是因为该校近期设立的“周三无作业日”。

这项安排背后,是学校对教育本质的深刻思考与实践。该校负责人表示,设立“无作业日”旨在切实减轻学生过重作业负担,打破“教室-书桌”的单一学习循环,鼓励孩子从课本走向

更广阔的生活与实践天地。这并非简单的“减法”,而是教育视角的转换,希望通过一天的“留白”,激发学生内在学习动力与创造力,促进亲子关系和谐,实现学生、家长、教师共同成长。

该校新七校区苏娴老师说:“政策实行前她与孩子们都既期待又忐忑,实际成效也远超预想。”她观察到,孩子们在“无作业日”投入课外阅读、家庭劳动、科学探索或个人兴趣的时间显著增加,后续课堂分享中也展现出更活跃的思维与更饱满的情绪。

成效还体现在家庭中。家

长的关注焦点从以往的作业辅导,逐渐转向亲子共读、共同运动等温馨互动。有家长坦言,起初曾感到焦虑,但看到孩子在自主选择的编程项目上展现出前所未有的专注与热情后,也理解了这项措施的意义。

“无作业”不等于“无教育”“无成长”,而是学校对育人方式的积极探索,是对“五育并举”要求的校本化回应。它通过结构性调整,引导学生合理规划时间、发展兴趣特长、增进生活体验,对培育学生自主学习能力、创新精神与实践能力具有积极意义。

## 社会主义核心价值观

富强 民主 文明 和谐  
自由 平等 公正 法治  
爱国 敬业 诚信 友善



为弘扬中华优秀传统文化,丰富群众的精神文化生活,近日,信阳市戏剧家协会组织信阳市“欢乐行”剧社部分演员在平桥区金三角开展“戏曲进基层巡回公益演出”活动,为群众送上了一场丰盛的文化盛宴。图为演出现场。 本报记者 黄 锋 摄

# 寒潮中跃动的城市“热力”

见习记者 胡雪佳

连日来,冷空气持续南下,信阳的街头巷尾平添了几分凛冽。寒风吹过,落叶翻飞,行人步履匆匆。然而,寒意并未锁住城市的活力。从晨光熹微到华灯初上,在各个公园、广场与河岸,一个个不畏严寒、坚持运动的身影,汇聚成城市一股股可见的“热力”,勾勒出信阳冬日里充满生机的面孔。

清晨的浉河公园,薄霜未消,已有“银发”队伍随着悠扬乐声缓缓起势。他们步伐沉稳,动作舒展,在寒冷空气中划出一道道柔和而有力的弧线。年过七旬的赵大爷刚打完一套拳,面色红润。“天天如此,活动开了,身子暖,精神也好。”他笑着说,“练了10多年了,哪天不来,反倒不

自在。”音乐暂停的间隙,方才还凝神静气的“武林宗师”们迅速切换模式,三五成群,聊起家常,交流着买菜的行情与孙儿的趣事,严肃与活泼之间,尽是生动温暖的市井烟火。

当日光褪去,华灯初上,浉河沿岸的跑道与城市绿道便迎来了另一批挑战者。他们身着专业运动服,呼出团团白气,在夜色与灯影中奔跑。汗水从额角滑落,与周遭的冷空气形成鲜明对比。一位正在拉伸的年轻跑者坦言:“冬天跑步确实需要更大毅力,但跑完特别畅快。白天工作压力大,这一身汗,能把烦恼都甩在后面。”对他们而言,这寒风中的奔跑,不仅是追逐健康,更是释放压力、磨砺意志的独特方式。

若再细心探寻,还能在公园

一隅,看见几位大叔手中的健身球上下翻飞,划出灵巧轨迹;豪德天伦广场等开阔处,伴随动感音乐,舞蹈队伍翩翩起舞;即便在僻静的街头空地或旧厂区一角,也可能有踏着滑板轻盈掠过的少年。他们的运动并非为了竞技,只因一份纯粹的热爱与快乐,便足以驱散寒意,让生命在运动中绽放。

这些分布在城市各个角落的身影,无论年龄、无论职业,他们勾勒出冬日最具活力的图景。寒冷未能阻挡人们追求健康、拥抱生活的脚步。这份坚持与热忱,已超越了简单的身体锻炼升华成为一种热爱生活、不畏挑战的生活态度;这股冬日里的“热力”,是全民健身理念在基层的鲜活实践,构成了信阳乐观向上、积极进取的城市品格。

## 办好民生小事 筑牢幸福根基

本报讯(李倩倩 王丹)

“民生无小事,枝叶总关情”,平桥区平桥街道名吃城社区用实际行动诠释着这句民生箴言。近日,该社区为一位高龄老人居住的胡同加装照明灯,不仅照亮了老人夜间出行的“安全路”,更让民生温度直达群众心底。

名吃城社区工作人员在日常走访中得知,辖区一位高龄老人居住的胡同因基础设施薄弱,夜间缺乏照明,昏暗的环境给老人出行带来安全隐患。该社区迅速响应,第

一时间实地勘察地形,精确定位路灯安装点位,以高效行动完成了照明灯加装工作。

一直以来,平桥街道名吃城社区始终将高龄老人等群体的需求放在首位,从常态化的上门慰问、健康义诊,到此次的路灯加装,每一项举措都彰显着社区的责任与担当。未来,名吃城社区将继续以群众需求为导向,把为民办实事落到实处,让居民的幸福感在一件件实事中不断提升。

## 浉河区柳林村: 胡海鹏“红火”事业 点亮返乡致富路

本报记者 肖东

在浉河区柳林乡柳林村,提起火龙果,村民总会想起一个名字——胡海鹏。这位返乡创业的实干家,用一颗红彤彤的火龙果,不仅盘活了村里的闲置土地,更闯出了一条带动乡邻共同致富的新路子。

2021年,胡海鹏怀揣着反哺家乡的初心,回到柳林村牵头成立双柳种植专业合作社。他瞄准特色种植的商机,将村民闲置的菜园子改造成标准化种植大棚,引入改良品种的火龙果精心培育。经过几年的摸索与深耕,如今的柳林村火龙果基地已扩至8亩规模。

棚内的火龙果藤蔓爬满支架,沉甸甸的果实裹着红色外衣,绿色鳞片点缀其间,颜值亮眼;切开后鲜红果肉汁水充盈,咬上

一口清甜爽口,满满的自然果香让人回味无穷。

好果子不愁卖,柳林村火龙果凭借优良品质,不仅在本地市场收获一众好评,更吸引了周边游客慕名前来采摘体验。如今,双柳专业合作社火龙果种植基地年收入稳定在30万元左右,更重要的是,它为周边村民提供了实实在在的就业岗位。从大棚管护、花果采摘到包装销售,村民在家门口就能实现增收,曾经的闲置土地变成了“聚宝盆”。

胡海鹏的返乡创业路,不仅让柳林村有了特色产业支撑,更蹚出了“种植+采摘+农家乐”的农旅融合新路径。一颗颗火红的果实,映红了村民的笑脸,也点亮了柳林村乡村振兴的美好未来。