

# 考生及家长如何应对 推迟返校

——市教委新闻发言人李奕答记者问

本报记者 安京京

“五一”后推迟返校，初高三学生如何备考？“双职工”家庭如何看护？在5月3日下午举行的北京市新冠肺炎疫情防控工作新闻发布会上，市委教育工委副书记、市教委新闻发言人李奕就相关问题逐一进行了解答。

**问：目前作出推迟返校的安排，有些家长反映孩子的课本、学习资料等个人物品还没带回家，在这方面如何安排和交接呢？**

**李奕：**可能会有一些学生把学习工具、个人物品放在学校。针对这一情况，各校和班主任会负责把孩子的东西认真整理、打包，通过快递、家长自行领取等多种方式确保将其及时交还给孩子。

**问：孩子居家，家长面临着护压力怎么办？**

**李奕：**作出推迟返校的安排，是当前最大限度筛查风险隐患、遏制病毒传播、减少在学校疫情放大扩散的有效措施，会在一定程度上给老师、学生和家长的教、学和生活带来变化。班主任和任课老师会与孩子和家长保持紧密联系和

沟通，认真指导好孩子的居家学习和生活。对于家长来说，特殊时期的特殊安排，会自己的工作和对孩子的看护带来很多影响，希望父母能与学校一起，为了孩子的健康、平安，克服困难，作出相应调整，同时也呼吁家长所在单位、全社会给予教育更多理解、支持和关照，服务保障孩子们的健康安全和快乐成长。

**问：推迟返校对于学生来说面临身心的调整适应，心理健康、身体健康都需要关注，尤其是初三的学生还有一个多月就面临考试了，本市在这方面有什么建议和安排？**

**李奕：**这些调整对初高三的学生来说是一个挑战，这个时间段已经进入冲刺复习、查漏补缺。由于各区安排不同，有些区还涉及初三“一模”、高三“二模”的安排，在这方面对学生有以下提醒和建议：

一是要认真做好在线模拟和适应性测试等学习环节。过去两年的抗疫经验让各校，特别是针对初高三的复习阶段，有了相应的策略、技术和方法，可以做到线上、线下的有机结合，尤其要发挥线上针对性复

习和问题诊断的作用，建议学生多和老师沟通，即便是在线上也要多答疑、多问问题，提高复习效率。

二是在冲刺阶段，多关注学生的身心状态。建议学生健康饮食、营养均衡，同时要注意居家的生活规律，保证睡眠充足，劳逸结合，适度运动，增强抵抗力。另外，还要关注调节心理和情绪。在这个阶段，考生可能会为复习备考不充分而担心焦虑，在这方面老师和家长需给予特别关注。老师会做好引导，同时希望家长也能够引导孩子放松心情，在居家自主学习情况下，多和老师、同学交流，在交流中发现问题、诊断问题，提高复习效率。

最后再次提醒，不仅初高三年级，其他各年级也要做好孩子和共同居住亲属的防疫工作，主动配合学校做好健康监测，配合社区等做好核酸检测。家长要尽量少带孩子到人群密集的地方，共同居住的家庭成员也要尽量减少外出、聚会，包括出差。如工作确有需要，注意做好防范、隔离，避免对孩子产生更大影响。

# 国家智慧教育平台 新增三大专题

本报讯(记者 邱乾谋) 国家智慧教育平台新上线三大专题，包括抗击疫情、心理健康、冬奥精神专题资源。这是记者日前从教育部举办的新闻发布会上了解到的。

国家智慧教育平台新增的“抗击疫情”专题共包括九大板块：第一板块“政策导航”；第二板块“抗疫公开课”；第三至七板块“五大战役”，包括“校园战役”“民生战役”“医疗战役”“科技战役”“心理战役”；第八板块“地方动态”；第九板块“影像记录”。

“心理健康”专题按照分阶段建设，成熟一个上线一个的思路，第一阶段建设“精品课程”“心理微课”“心理驿站”和“援助热线”四个板块。该专题下设的“精品课程”目前有4门课程，包括国家级课程《大学生心理健康》、清华大学课程《大学生心理健康》、北京航空航天大学课程《阳光心理》和西南交通大学课程《心理育人》。

“心理微课”按学段划分，包括中小学心理微课和高校心理微课。中小学心理微课内容包括情绪调适、人际交往、学会学习、生命与成长，共66节。高校心理微课包括时间管理、未来规划、感情指导等，共150余节。

“心理驿站”包括“心理树洞”“暖心贴士”和针对防疫抗疫的“心战役”专栏等3部分。“心理树洞”为学生提供情绪宣泄的窗口，也是了解学生心理健康动态的窗口。“暖心贴士”主要是根据学生关心的心理健康问题进行线上互动，未来将进

一步拓展其功能，包括在线公开私密咨询、咨询案例展示和检索功能。“心战役”部分，更有针对性地为师生提供疫情形势下有效自我调适、缓解不良情绪的指导。

“援助热线”由教育部与华中师范大学和华东师范大学两所部属高校联合建立的心理援助热线平台构成，可通过平台提供的热线电话、二维码、小程序等方式联系高校的心理专家进行心理咨询服务。

“北京冬奥精神”专题分四个板块，分别为“冬奥精神冠军说”“冬奥精神师生说”“冬奥精神志愿者说”和“走进冬奥冬残奥”，旨在向广大学生讲好冬奥故事、传播冬奥声音、弘扬“胸怀大局、自信开放、迎难而上、追求卓越、共创未来”的北京冬奥精神。

教育部体育卫生与艺术教育司司长王登峰表示，下一步，国家智慧教育平台“心理健康”专题将增加高校心理咨询服务矩阵和心理专家两个模块；建立“2+N：心理援助热线平台+高校心理咨询服务矩阵”模块，整合全国高校心理咨询服务资源，更好地为学生心理健康服务；邀请全国有志于学生心理健康服务的专家，加入心理专家库，为心理专家提供登录入口，根据助理咨询师、咨询师、督导师等不同资质水平和擅长咨询领域，进行分工并提供相应工作权限；呈现心理专家工作动态和荣誉墙，定期展示心理专家简介，根据咨询质量和评价情况展示明星一线咨询师、心理专家风采。



北京考试报社公益广告