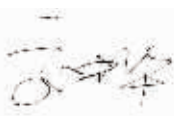


名笔视线

学习好的孩子是个宝，
学习不好的呢？

有一种幸福叫睡到自然醒；有一种痛苦叫在闹铃中醒来。

缺觉分两种。一种是失眠，让你睡你睡不着，白岩松是此类；另一种是想睡没时间睡，按照教育部的标准，大半中学生都属于这种。教育部啥标准呢？2021年教育部下发的《加强中小学生睡眠管理的通知》明确规定，小学生睡眠时间要达到10小时，初中生9小时，高中生8小时。

能做到吗？多数做不到。晚上10点老师在群里公告，某某同学作业被打回。家长总不能回复，老师请稍等，孩子达到睡眠时间我就喊他起来完成啊。

小学生还好点。几个初中生能在晚上10点前入睡、早上7点才起床？更别说高中生了。那为什么做不到？不是不够重视。上面可以说是三令五申。在2018年，教育部等九部门还专门印发了《关于印发中小学生减负措施的通知》，要求严控书面作业总量。也不是老师和学校不想做。老师比学生起得更早睡得晚，人家也想多睡会儿，也想少批点作业。学校呢？其实也不想安排那么满，搞得老师家长和学生都一肚子怨气。

可没办法。因为要最大限度提高学生的学习成绩。学习成绩，已经成了考察一个学生一个老师一个学校的核心指标，某些时候甚至是唯一指标。在这个标准下，学习好的孩子是个宝，学校重视，老师表扬，同学羡慕，其他家长眼馋，各种荣誉和赞誉纷至沓来。即使其他方面有不足，也是小问题，可谓“成绩优秀，天下我有”；可成绩不好的孩子呢？哪怕是其他方面都可以，或者某个方面很突出，也基本上是和“优秀”无缘的。

大多数属于不拔尖也不打狼的。那就得使劲提高他们的成绩，拼命上课，拼命写作业。于是，睡眠就不足。总睡不够，心情就糟糕，精神就萎靡，智力也会下降，成绩更上不来。就得继续加大作业量。如此循环。

这对不对呢？当然不对。评价一个孩子的教育是否成功，要等30年后回头看。看看我们身边的人和事，不难得出结论，学习成绩特别是基础阶段的学习成绩，并不能决定一个人成功与否，更不能决定人生的幸福与否。起码在义务教育这九年，更应在意的，是孩子能否有健康的身体和健全的人格，能否有感知快乐进而创造幸福的能力。

所以，2019年国务院才会下达《关于新时代推进普通高中育人方式改革的意见》，明确提出“扭转不科学的教育评价导向，引导学校更加注重学生综合素质培养，改变重智育、轻德育体育美育和劳动教育的现状，改变片面应试教育倾向。”

德智体美劳，都很重要。学习成绩再重要，也不该占99%。转变会很难。再难，还是要转变。因为不管是学习好的，还是学习差的，或者不好不差的孩子，都是我们的未来。

背景

近日，上海某家商场的女装店使用“壮硕模特”展示服装引发热议。拍摄者朱女士表示，逛街时看到一家运动女装店的模特极具冲击力，胳膊上的“拜拜肉”、腹部的“小肚腩”，一改以往刻板印象中纤细苗条的模特身材，反而有些壮硕。

据央视网

网友评论

网友：贴近现实，才有参考价值！

网友：我感觉这种身材不是不美，是正常健康，不需要焦虑。

“壮硕模特”传递的信号：
不必为身材不完美而焦虑

有网友表示，这才是衣服穿在大多数普通人身上的样子，非常友好。也有网友表示，体型完美的模特没有参考价值，拒绝身材焦虑，以后自己也可以称作“模特身材”。

网友的评论反映了现实中大多数人的心声。以往橱窗里，标准模特展示出来的服装效果，虽然“好看”，但远非大多数人的穿着效果，现实中也并没有那么多俊男美女、模特身材，绝大多数人可能永远不会像橱窗里的“精装模特”那样，每一寸肉按“模子”长出来。该女装店启用“壮硕模特”，能让消费者看到真实的穿着效果，而不用让消费者比着“标准模特”，对照自己身上哪里又需要减肥。

“壮硕模特”传递出了一个信号，人们不必为身材不标准而焦虑，只要是健康的，就不用为自己不够瘦而自卑。需要看到的是，“壮硕模特”看似是对“标准模特”形象的一个颠覆，背后其实是观念的变化。现实中也有越来越多的女装店启用“大码模特”，生产“大码女装”，虽说是“大码模特”“大码女装”，但按照现实的标准来看，模特的身材和尺寸不过是现实中的普通人罢了。

曾经“以瘦为美”的审美给很多人带来身材焦虑。社交平台上，就能看到有不少人痛苦地减肥，甚至有人为此患上厌食症。可按现实标准来看，他们的身材并不是肥胖，但是在“纤瘦”的审美标准下，普通人也就有了焦虑感。

这与电影、电视、广告这些媒介中坚持使用纤瘦的模特有很大关系。这些在媒介上出现的形象是千挑万选、极度美化后的，并非现实中容易看到的普通人。因此，更多真实身材的模特出现在公众视野，真正有意义的是，能打破过去畸形单一的“以瘦为美”的审美标准，破除人内心中的身材焦虑。

据新京报

保价1.8万只赔500元，快递理赔不该这么难

9月19日，“顺丰保价1.8万的单子只赔500”登上微博热搜。据媒体报道，王先生在顺丰寄了一件价值1.7万元的手办，因为价值昂贵就花108元做了1.8万元的保价，在寄的过程中手办有破损，导致手办贬值，随后要求顺丰按照保价赔付或者赔付无损全新的手办，顺丰方面称只能赔偿500元。

此前，“顺丰寄丢1.1万元手机仅赔1000”话题，也曾登上热搜。在这一事件中，顺丰的理由是：消费者没有购买全额保价。这既是最常见的理由，也是最常见的纠纷争议点。问题是，全额保价就能得到全额保障吗？消费者购买保价服务，原本是希望掏钱买个放心，没想到买来的却是“闹心”。如此一来，保价服务似乎无法为消费者带来安全感。

在用户下单前，多数快递公司都会要求签订《快递协议》，其中，对于快递保价、赔偿的规则，不同快递公司往往有不同的解释。但所有不同的解释，最终都指向一个事实——无论遇到什么情况，照价赔偿都是快递企业赔偿的“上限”。民法典确定的一般赔偿原则是：“当事人一方违反合同的赔偿责任，应当相当于另一方因此所受到的损失。”在快递企业单方面责任事故中，消费者损失的不仅是快递物品，同时还包括时间精力等各方面损失，照价赔偿本应是最低要求，但在现实中却成了“最高标准”，这公平吗？

安全运送货物是快递企业的基本职责，保价充其量只是提供一种赔偿参考，但这绝不是赔偿的唯一依据。

据中青评论

同步有声讲述

综合广播 FM103.3
《1033有观点》
(周一至周五12:00—13:00)

微信扫一扫，登录喜马拉雅，关注《大连晚报》收听有声专辑《实力热评》



精读时间 1030

阅读的习惯对人究竟有什么好处

微博上有个话题：如何看待社科院女研究生休学待产？很多人都不理解，我也一样。

女孩是云南佤族，从贫困山区走出来，一路考上了中央民族大学，今年还考上了社科院的研究生，可入学没多久，她却选择了和自己家乡的一个理发师结婚生子。

关乎个人选择，本不该做过多评论，可想想张桂梅校长的多年坚持，又觉得十分难过。

想起经常有人问，“人读了那么多书，最终可能还是归于平凡，何苦折腾？”一个人之所以陷入困境，皆是因为认知

不足，而读书，是让你拓宽眼界，积累解决问题的能力的方法的最大捷径。

去读书吧，总有一天你会发现，所有的困惑、烦恼、痛苦，都只是你前行路上的一道迷障，跨过去的办法有很多。

某次，有人问梁晓声：“阅读的习惯对人究竟有什么好处？”他一连说了好几条，最后一条是：可以使人具有特别长期地抵抗寂寞的能力。

当年，木心蒙冤入狱，在狱中，他为了抵抗孤独，在纸上画出琴键来弹奏贝多芬的乐曲，用写检查的纸笔偷偷写下了六十五万字的手稿。孤独，是生命的常态，但读书，能把生活中寂寞无聊的时

刻，换成一种享受。在三毛看来，一个如能把独处时光安排得自在的人，境界想来十分高妙。

九月初，被李健的线上演唱会刷屏，他一身墨绿色衣服，安静唱歌的样子，太美好。在浮躁的娱乐圈，李健是一个另类，不爱炒作，爱读书，是很多人心目中的谦谦君子，腹有诗书气自华。

读书，会让你成为一个有情趣，有温度的人。读了书，爬到泰山顶时，你会说：会当凌绝顶，一览众山小，而不是“这座山真高”；看到天边飞鸟，你会说：落霞与孤鹜齐飞，秋水共长天一色。而不是：“啊，好多鸟”……

这是一个快节奏的时代，每个人都在奋力奔跑，披星戴月，为了六便士，反而忘了抬头欣赏月亮。但我们工作赚钱是为了生活，不要被无穷的欲望绑架，丢失热爱生活的能力。

有空，去读书吧，苏轼会告诉你，生活不必太慌，“人间有味是清欢”，汪曾祺教会你，怎样在烹煮煎炸中，自得其乐，王维在千年前的终南山里，把不痛快活成诗意的秘诀，娓娓道来。

日子是一天天过的，希望那个女孩不要辜负自己读过的书，无论做了哪种选择，无论去到了哪里，都能有富足的内

据“美物计”