

“兴奋”“安心”“惊喜”“自豪”

四大关键词直击“小神兽”归笼首日

□见习记者 张叶荷

“老师，早上好！”“好久不见，长高了嘛！”……昨天上午7点30分，原先静谧已久的上海市长宁实验小学，在师生的互道问候声中，慢慢地“活”了过来。昨天，上海总计约60万名小学四、五年级、预备年级、初一年级和高一年级学生返校复学。他们是继4月27日高三、初三学生和5月6日高二、初二学生返校复学后，又一批重返校园的中小學生。飯怎么吃？体育課又该如何上？昨天上午，记者带着家长们最为关心的几个问题，来到上海市长宁实验小学寻求答案。记者发现，“兴奋”“安心”“惊喜”“自豪”几个关键词，串起了开学首日的快乐时光。

背着书包、戴着红领巾的孩子，蹦蹦跳跳地从车上走下，头也不回地说了声“拜拜”，便迈着愉快的步伐，向校门走去。随着“嘭”地一声，留下一句“在学校要好好听话”，家长也随即驾车驶离学校。这是昨日早上7:30，记者在上海市长宁实验小学看到的一幕，整个过程，没有多余的恋恋不舍，显得十分干脆。

昨天，长宁实验小学迎来了460名四、五年级学生。“终于开学了！早上六点钟，我就起床了。”难掩激动的心情，五年级四班的王子心同学一大早便来到了学校，她告诉记者，在家的時候，她就一直在倒数开学的日子。“虽然在家上网课可以睡到8点钟再起床，但是我更想回到学校，与老师、同学见

“早上好”“不要跑，慢慢走”“你的飯盒没拿”……记者发现，在老师们的叮嘱声中，静谧许久的校园重现生机，又“活”了过来。熟悉的是，老师亲切的问候及藏在口罩下的笑脸，不同的是，进校门时学生需要“过五关斩六将”。昨天上午，记者看到，长宁实验小学的“小神兽们”陆陆续续挥别家长，沿着地上的一米线指示分两路排队进入校园。在入校的过程中，学生的双脚需踏入贴有“小脚丫”标识的测温区测温，将小手伸进免洗手雾化消毒装置进行手部消毒。在上述步骤完成后，学生才可以按照地面标识箭头分流进入教学楼。

“从今天开始，我们学校老师需执行‘提前半小时’的工作制。本来老师上班时间是8点，现在都提前到了七点半。”长宁实验小学校长潘宗娟告诉记者，为了更好地守护“小神兽”们，学校根据疫情防控要求，全面升级了校园内护校执勤标准，全体教师每天提前半

“几个月不见，孩子们都长胖了不少，原先的校服不是紧了，就是短了。”宅家几个月，突然回归到正常的学习节奏中，孩子们能吃得消吗？天气越来越热，孩子们还需要戴口罩上体育课吗？

手臂伸直，充分拉伸……记者在操场看到，站在操场上的学生们并没有佩戴口罩，互相间隔一个手臂的距离，每个人手里都拿着一根很特别的绳子，正在做抬手、拉伸肩部、胯部旋转等动作。

“听我说，谢谢你，因为有你，温暖了四季；谢谢你，感谢有你，世界更美丽……”时隔4个月，上午八点半，长宁实验小学复学第一课开始了。曾驰援武汉雷神山医院的一年级学生陶奇的妈妈沈佳佳，在防护服的背后，写下对孩子们祝福；老师和后勤人员将一包包新书分装寄送到各家各户；孩子们一边看视频，一边认真做着笔记；自觉的“小神兽”们主动在家做起了家务……在悠扬的音乐声中，一个个画面镜头在大屏幕上出现，台下的学生们个个全神贯注地观看，在笑声中，勾起了在场师

咱要将开心的情绪“收一收”



踩着欢快的步伐，孩子们步入学校 本版摄影 记者 汪昊

面。”
“当刚一得知要开学的消息后，孩子就兴奋得不得了。孩子在家上课几个月，一下子去学校了，我还有点依依不舍呢。”五年级学生陈逸萱的家长陈女士告诉记者，孩子在家上网课也很自觉，但是对于学生来说，集体生活和校园生活也非常重要。

一班两教室 一米距离的“爱”



唱国歌、敬队礼也不忘保持安全距离

小时上班，确保学生上学放学、课间休息和午间用餐的安全。此外，为避免人群聚集，学校还把第一道防疫线延伸到了校外，由家委会组织家长志愿者，学校所属街道派出所和居委派出护校志愿者，上下学时协助学校一起疏导人流，组织学生分年级、分时段错峰、有序进出校门。

那么，学生的用餐及课间休息的问题，又该如何解决呢？记者了解到，长宁实验小学重新规划、安排了四、五年级教室，设立相邻

的“一班两教室”。在课间休息时，学生可以在教室、备用教室或走廊等区域活动；午间用餐时，一半学生则会分流

不戴口罩的体育课

孩子们驼背等不良习惯。
记者了解到，与长宁实验小学有所不同的是，上海市浦明师范学校附属小学的体育课则是针对学生久宅家中缺乏锻炼的体能状态，调整了体育课的运动项目和教学方案，请学生们自带“一根绳子一个毽子”，专人专用，避免运动器械成为交互感染源。

“开学了，我内心很激动，但是，我不能表现得很明显，得把开心情绪‘收一收’，不能让孩子有挫败感。”与陈女士有所不同的，五年级学生赵乐宜的家长赵文杰，则显得有那么点“小心机”。他告诉记者，在家里，自己最担心的还是孩子的作息与学业两个问题。“在家里，孩子能坐着就不站着，能躺着绝不坐着。每天要等我们到家了，才肯动一动，和我们一起做亲子体育课。”

喜爱的图案、搞笑的表情、加油的文字让单一的“蓝白口罩”有了色彩……与强压内心激动有所不同的是，普陀区武宁路小学的学生们则用“心情口罩”的创意，尽情表达了内心的兴奋之情。各式各样的表情涂鸦，让老师、同学隔着口罩也能拉近彼此的心。

到备用教室用餐，保证学生用餐的舒适和安全；如遇学生发生呕吐等情况时，老师则会迅速将学生转移至隔壁的备用教室，保证消毒、教学两不误。

除了硬件上的准备，帮学生们做好“心理体操”也十分重要。“我们召开了线上家长会，提醒家长要调节好自己的情绪，要学会理解和沟通孩子。”潘宗娟告诉记者，五年级的学生面临着升学、毕业、和好友分别等各种心理压力，学校已在三月和四月底分别组织每位教师与任教班级学生进行全覆盖“视频家访”，了解学生在家情况，并对学生在复课后继续进行个别化关心、辅导。

此外，记者了解到，普陀区金洲小学也已迎来了600多名学生返校复课。该校采用分班制，四、五年级每个班级分为AB班，在两个教室上课。学校教导老师吉冰表示，“教室内每个学生的座位交错安排，间隔1米，对于学生来说就像是小班教学。”



体育课上只要保持距离就不用戴口罩

抗疫英雄来讲课



支援武汉的学生家长在教七步洗手法

生们的一个个回忆。
“在我们学校，一年级学生陶奇的妈妈沈佳佳是六院的医生，曾支援过武汉，还有五年级学生寿之然的爸爸寿宋波，一直在浦东机场防控第一线工作。因此，在开学第一课，我们特意请他们来学校上第一课，希望通过他们的讲述，让孩子对疫情有一个更深刻的了解。”此外，潘校长也表示，通过这样一种形式，也想告诉孩子

们，在共同抵抗疫情的过程中，在家好好听话、完成作业的孩子们，也是“棒棒哒”。

在疫情中，通过自己的方式，为战胜疫情作出贡献，记者了解到，神兽们作出的贡献可不小，“爸爸，你放心，今天学校布置的任务，我会乖乖地完成。”时刻奋斗在疫情一线，寿宋波最担心的还是孩子的学习问题，然而，令他没想到的是，自己二年级的孩子竟然十分懂事，在自己每天出门前，会“叮嘱”自己好好上班，并主动完成老师交代的作业。

兴奋

安心

惊喜

自豪