



不做『小胖墩』，不当『小豆芽』 体重管理要刚刚好

今年全国两会期间，体重管理再度成为热点话题。从2024年16个部门联合发起“体重管理年”，到2025年全国两会“国家喊咱减肥了”引发热议，这项专项行动已经步入第三个年头。

大家都变瘦了吗

问：这两年我妈妈经常喊着减肥，是不是大家都在变瘦？

答：在南昌师范学院体育学院副院长程丽芬代表看来，大家的身体指标在变好，观念也在转变——以前大家觉得“胖点没关系”，现在开始主动关注体重了。

海南省白沙黎族自治县医疗集团牙叉社区卫生服务中心副院长韦小丽代表表示，当地会对0-6岁学龄前儿童实行每月体重监测，农村孩子前几年过胖的比较多，这两年好很多了。

是不是瘦就等于健康

问：网上很流行“漫画腿”“A4腰”，是不是越瘦就越健康？

答：程丽芬代表呼吁，体重管理必须建立“健康标准”而非“审美标准”。健康标准一是要符合医学指标，即男性腰围小于90厘米、女性小于85厘米等；二是看心肺功能、肌肉力量、柔韧性等。

体育课是不是更重要了

问：我们的体育课比以前有所增多，是不是体育课更重要了？

答：在国家体育总局运动医学研究所前所长谢敏豪委员看来，体育在解决肥胖等问题上，有着积极的作用。

针对儿童青少年群体的“小胖墩”“小豆芽”，程丽芬代表表示，体育绝对不是“副科”，而是塑造健康身体和健全人格的“基石”，要让胖的孩子“动起来”消耗热量，让瘦的孩子“练起来”增强肌肉。

身边有不少胖同学，学校会管吗

问：身边有一些同学比较胖，学校会管吗？

答：当然会管。比如，江西省6-17岁孩子中超重和肥胖患病率接近19%，6岁以下孩子中也有9%左右。为此，当地明确“校园及周边500米内避免售卖高盐、高糖及高脂食品”。



青少年问两会

两会关注中小学生学习什么课吗

问：代表委员们来自各行各业，他们会关注中小学生学习哪些课程吗？他们知道我们需要什么吗？

答：西南大学副校长赵玉芳代表认为，加强中小学科技教育是深入实施创新驱动发展战略、夯实国家未来科技人才基础的关键举措。为此，她建议构建贯通式科技课程体系。

北京中医药大学教授张其成委员，关注当前青少年心理健康问题。他建议，将心理健康课列为中小学必修课，并将中医情志理论系统融入教材体系。

面对我国未成年人青春期启动年龄提前的现实，四川省雅安市教育考试院院长庾庆明代表建议，将生理卫生与性健康教育列为义务教育阶段必修课程。

北京外国语大学教育学院教授王定华委员，则担心青少年“学太多”。他认为，要让教育回归育人本质，减掉无谓冗余的学业负担，让孩子满怀兴趣、自由舒展、主动成长。他建议，打破校园围墙壁垒，将博物馆、科技馆、乡村田野、企业车间等纳入育人资源体系。

高考要增加启发性、开放性试题占比吗

问：我们都很关注高考，听说有人建议要增加启发性、开放性试题，为什么呢？

答：中国科学院院士潘建伟委员建议，推动教育范式从知识传播转向素养养成，系统培育学生的科学思维与探索能力，显著增加高考等关键考试中启发性、开放性试题占比，引导教学从知识传授转向问题

探究与思辨。

在潘建伟看来，科学精神与创新文化两者相辅相成，是实现高水平科技自立自强不可或缺的文化基础。但当前对学生开创性精神的系统培养还有欠缺，支撑科技自立自强的人才根基有待夯实。为此，他认为要以教育改革筑牢科学精神根基。

高校为啥“砍掉”16个专业

问：中国传媒大学“砍掉”16个专业，上了热搜，怎么突然这么大变化？

答：全国两会期间，中国传媒大学党委书记廖祥忠委员表示，中国传媒大学去年一口气砍掉了翻译、摄影等16个本科专业和方向。未来是“人机分工时代”，教育变革迫在

眉睫，课堂教学需进行彻底重构。在AI浪潮中，中小学教育不可能“两耳不闻窗外事”。AI时代，大学所需要的专业，是将传统“手艺”的创造力，与智能技术的高效生产力紧密结合，以此培育能够驾驭AI工具、跨领域、跨学科作业的复合型人才。

校园餐会越来越好吃吗

问：平时经常在学校吃饭，我们都很关注校园餐能不能像饭店一样点菜，味道会不会越来越好吃？

答：全国两会期间，教育部部长怀进鹏代表表示，教育部将深入开展“校园餐”、教辅征订、校服选购等专项治理。

为了让孩子们吃的健康又可口，九三学社中央社史研究中心副主任许进委员建议，尊重学生的个体差异和口味偏好，将“配送

制”转变为“点餐制”，让“吃得好”成为“吃得安全”的自然延伸。

中国工程院院士孙宝国委员则关注到更深层的认知障碍问题。他指出，当前公众食品科学素养总体偏低，“谈食品添加剂色变”等谣言满天飞。为此，他呼吁将食品科普上升为国家行动，帮助公众特别是青少年，建立对食品的科学认知，为“吃得健康”扫清认知障碍。

为什么要给为青少年打造专门的“网络空间”

问：最近的新闻里，经常听到“为青少年打造专门的‘网络空间’”，这是什么意思呀？

答：当看到不少未成年人难以招架互联网上层出不穷的新型侵害手段，科德数控股份有限公司董事长于本宏委员建议，将十六周岁设定为未成年人注册使用社交类平台的“数字成年年龄”，建设未成年人专属网络空间。

在山西大学教授双少敏代表看来，16周岁以下的青少年自控能力和情绪调节能力仍在发展阶段，应构建未成年人网络保护“防火墙”。

河北齐心律师事务所主任齐秀敏代表发现，网络暴力开始呈现出低龄化的问题，她希望从源头上为青少年筑起一道更坚固的防护墙，依法遏制网络暴力行为低龄化趋势。

(本版文字由科普时报记者吴琼综合整理)