

上海中小学全面调整作息时间学生轻松迎开学 PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

[https://www.100test.com/kao\\_ti2020/251/2021\\_2022\\_\\_E4\\_B8\\_8A\\_E6\\_B5\\_B7\\_E4\\_B8\\_AD\\_E5\\_c64\\_251523.htm](https://www.100test.com/kao_ti2020/251/2021_2022__E4_B8_8A_E6_B5_B7_E4_B8_AD_E5_c64_251523.htm) 上学时间推迟了，早读取消了，课本变“薄”了，取而代之的是早间30分钟的“活动早餐”和一堂丰富生动、激动人心的形势教育课。上海百万名中小小学生今天迎来了轻松、快乐又有益的开学第一天。开学首日，申城中小学全面推迟了上学时间，其中，小学和初中上学时间由原来的上午7：45以后安排集体教育活动，分别推迟到了上午8：15以后和8：00以后，让学生们有了更多的睡眠时间。上学时间推迟了，体育锻炼时间却不能少。为保证学生们“每天锻炼一小时”，不少学校动起脑筋，开辟了操场外的“第二运动场”。延安初级中学的体育老师自编了一套课间操，让学生在课桌椅间动起来；上海一师附小则利用校园各种空地，画起格子，滚起圆环，玩起了弄堂游戏。这个开学日对于上海小学一、二年级的学生来说更是“快乐的一天”。一年级的的小学生在步入全新的学习环境时，迎来的是为期2周至4周的“学习准备期”。从新学期起，小学一、二年级的课程全面“缩水”，语文篇目减少35篇，识字量减少400字，原本两学年2000字的学习时间调整为3学年……同时，课文抄写N遍等重复、机械性的作业也将逐步减少。100Test 下载频道开通，各类考试题目直接下载。详细请访问 [www.100test.com](http://www.100test.com)