

午休课桌椅“国标”出台

上海已有试点, 中小學生有望告别趴睡

中小學生“在校午休”已是常态,由于传统课桌椅功能单一,不少學校的學生午休时只能“趴睡”。长此以往,一方面,孩子的颈椎、关节等容易受到损伤,不利于生长发育;另一方面,不舒服的午休也难以保障學生下午时段的学习效率。

最新,午休课桌椅“国标”来了,未来中小學生有望告别“午休趴睡”。



躺平午睡或可实现

近日,市场监管总局(国家标准委)批准发布《中小學生午休课桌椅通用技术要求》(GB/T 46016—2025) 国家标准,将于2026年2月1日正式实施。该标准根据學生身体发育特点,从设计、生产、检验、使用全流程作出规定,让午休课桌椅更舒适、安全、耐用。

标准要求午休课桌椅形态尺寸兼顾学习与午休的舒适。上课时,小学课桌高度在455mm—730mm之间,中学课桌高度在565mm—790mm之间,椅子的座面宽至少达到360mm,以保证坐姿端正。午休时,椅子能展开成躺姿,整体长度不少于1050mm,靠背能放倒到135°以上,头枕宽、长分别至少达到180mm、100mm,搁腿的地方宽、长不少于250mm、100mm,學生能舒展身体好好睡觉。桌子下方的空间也有讲究,小学的桌子净空高和座面的高度差不小于110mm,中学的不小于150mm,既能让腿活动自如,又避免午休时身体蜷缩导致不适。

标准对午休课桌椅的材料、性能和结构作出严格规定。在材料方面,要求桌面、椅面等塑料件抗冲击、耐老化,表面漆膜经得起水、潮气和摩擦,桌面沾了墨水、印泥之类的污渍,用普通橡皮就能擦干净。在结构和耐用性方面,要求午休状态下椅子能承受多重重量测试,挂钩挂5kg物品不损坏,搁腿部件用2万次不会断,调节、折叠等功能用1万次还能正常使用。

标准明确午休课桌椅从出厂到使用全链条质量保证要求。出厂前,每批产品都要抽样,检查外观、尺寸、结构安全等项目,防止不合格产品流入校园。如果产品的结构、材料、工艺有大改动,或者停产后半再生产,需要进行全面检验,确保核心性能达标。同时,产品上要标明名称、规格、用料、厂家等信息,使用说明里要写明安装、保养和安全提醒等信息,方便學校和家长正确使用维护。

上海已有区启用“可躺式”课桌椅

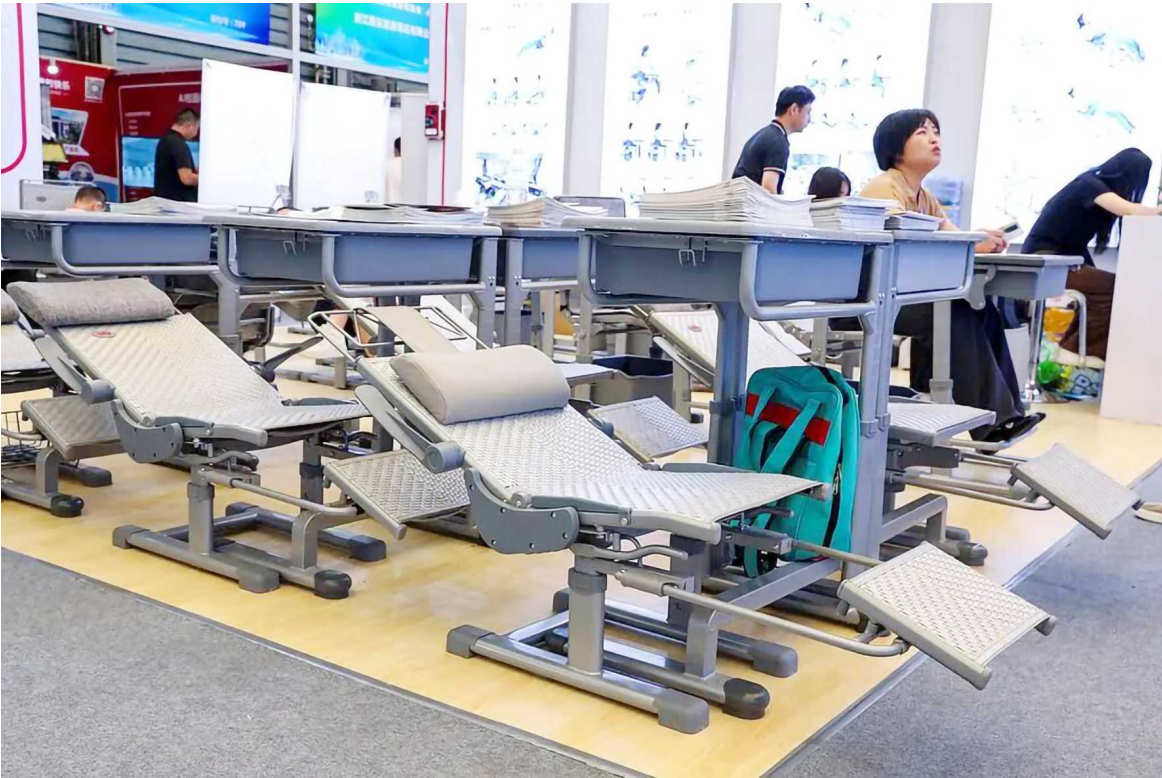
“国标”里的午睡课桌椅,到底什么样?

目前,可以平躺或倾斜的各式午休课桌椅已经在多地學校投入使用,这种桌椅最大的特点就是“变形”功能——上课时,它是标准的课桌椅;午休铃声一响,它就能轻松切换形态,让學生舒适地躺下休息,校园午休从“凑合趴睡”变成“舒适躺睡”。

2024年下半年以来,上海崇明区多个學校对硬件设施做了升级改造,启用“可躺式”课桌椅,让學生告别“趴睡睡”,为孩子们舒适校园午休提供了新选择。2024学年,崇明区15所小规模學校作为试点率先启用了“可躺式”课桌椅。

在崇明区竖新小学,教室里一张张“可躺式”课桌椅摆放整齐,从外表上看,这就是一张普通的课桌椅,实际上却“暗藏玄机”。到了午休时间,只需要简单操作,课桌椅便会变成一张可以躺着休息的“午休神器”。

“一摞,一仰”,仅需两步,學生轻松实现“一键躺睡”,椅背还可调节角度和高度,满足學生不同需求。仅需几秒钟就能完成“学习场景”与“午休场景”的自如切换。



据崇明区教育局体卫艺科相关负责人介绍,15所小规模學校试点“可躺式”课桌椅的项目,是崇明区教育局推进的“舒心躺睡”工程。“可躺式”课桌椅使用操作比较简单,但对教室空间仍有一定要求,一间教室最多只能容纳25张,因此,此次崇明区第一批试点的都是小规模學校。若要大面积推广,现阶段也存在一些客观困难。比如城区的學校,一个班的學生普遍在40人左右,而且教室数量比较紧张,基本没有空余的教室,因此推广“可躺式”课桌椅客观存在场地上的限制。据悉,试点情况良好的话,崇明区后续也会进一步探索“可躺式”课桌椅在城区學校推广的可能性。

各地因地制宜做尝试,网友:让教育更有温度

此类的午休课桌椅,正在各地逐渐推广,今年新学期伊始,安徽合肥一六八玫瑰園學校北校区的孩子们发现,午休时间可以在教室里躺着睡觉了。

在福建泉州东星实验小學,学生们只要转动旋钮,椅子靠背放下,腿托升起,就变成一张午睡床,针对高年级的午休课桌椅,还可以把后排的桌子变成靠背的一部分,教室很快就成了可午休的临时宿舍。

东星实验小学校长张桂英介绍,随着课后延时服务的推广,在校午休就餐學生的比重上升至85%,迫切需要让孩子们吃好睡好,这样的新式午休课桌椅,非常有效。

参与标准制定的某公司负责人陈超峰向记者介绍,这种新式桌椅因为增加了躺睡功能,结构和部件都比传统桌椅更复杂。因此,新国标在原有标准上,针对这些新增的功能和部件作出了规范。

陈超峰告诉记者,目前主流的午休课桌椅有3种形态,简单来说就是桌子变床、椅子变床和桌椅一起变床,入围标准的,是后2种形态,而且每种形态的尺寸、设计都有明确要求。

中国教育科学研究院研究员储朝晖表示,这一标准的推广,并非等于未来所有桌椅都将变成午休课桌椅,各地可以根据实际情况决定是否采用这一新式桌椅。

国标的设计主要还是从學生角度出发,让學生午间能够休息得好。在实施的时候要注意各个地方的实际情况,短期内可能还很难实现全国范围的推广——新课桌对于教室的大小有没有要求?对班额的大小有没有要求?要整体考虑这些因素,再去推广使用。

午休课桌椅新国标的发布,一来填补了相关空白,方便未来企业生产与學校采购,二来也有助于扩大“躺睡”學生的数量和比例。可以说,这是对中小學校办学过程中普遍出现的新问题、新情况的及时回应。

对于此次新标准的发布,大多网友表示支持和期待:
@咕噜肉乐园:希望早点全国各个中小學校推广,执行安排。
@热烈又谦虚的小熊:趴睡改躺睡,孩子午休舒服多了。国标把关,这下家长更放心。

@Irene:这下孩子们午休舒服多了,坐躺两用真贴心,学习休息都照顾到位。

但也有网友提出了他的顾虑:
@青空一樹:想法很好,但产品不切实际,很多教室,一个班50多号人,桌椅摆满哪有这么大的空隙给你空出来躺的。高铁二等座都是挤占后排乘客空间的,别说还加个课桌中间挡着。

国标的制定,为學生的健康午休画下了基准线。但如何将这条线,稳稳地铺进全国成千上万间教室,还需要各地用因地制宜的智慧和实实在在的行动来作答。相信在未来,会有更多对教育细节需求的回应持续涌现,通过一次次精准、持续的进步和努力,让教育变得更有温度。

晨报記者 崔翼琴 綜合報道

