

# 每天有几分钟在认真听课 不专注时又在干什么 连上课时啥表情都一目了然

昨天记者在杭十一中见识了这款校园神器,你还敢不认真读书吗

本报记者 沈蒙和

昨天一早,钱报记者去杭州第十一中学参加“未来智慧校园的探索与实践”研讨活动,本来是想亲身感受一下“无卡校园”的——该校现在已经实现了刷脸吃饭、刷脸购物、刷脸借书……

也就是说,但凡校园内要用到卡的地方,几乎都可以刷脸。

没想到,记者却被教室里的这双“慧眼”吸引住了:它正是杭十一中正在试行的另一项校园黑科技——智慧课堂行为管理系统。

有什么用?简单说,高中生每天8节课,一共320分钟,学生有几分钟是在专注听课的?不专注的时候在干什么?一个班45个人,平均专注度是多少?课堂专注度与成绩有什么关系?孩子在学校过得开心吗?统统一目了然。

简单来说,这套系统就是通过安装在教室里的一个组合摄像头,捕捉同学们的面部表情和动作,然后进行一系列大数据分析,最终计算出课堂实时考勤数据,课堂专注度偏离分析、课堂行为记录数据以及课堂表情数据,并及时反馈。相当于刷脸技术的最新应用。

记者花了一上午时间,仔细研究了一下这几项神奇的功能。

第一项是考勤功能,又称“无感点名”。现

在高中实行走班选课,每堂课都要点名,费时费力很是麻烦。之前有不少学校在教室门口安装了考勤机,学生进教室前打卡。“无感点名”则将考勤机都省了,当老师喊“上课,起立”时,教室里那双“慧眼”,就将学生们的脸“刷”了个遍,悄无声息完成点名,真是1秒钟都不浪费。

第二项是课堂行为记录。“慧眼”会记录学生们阅读、书写、听讲、起立、举手和趴桌子6种行为,并进行统计,而且可以具体到每个人。

第三项是课堂表情记录。“慧眼”可以识别害怕、高兴、反感、难过、惊讶、愤怒和中性6种表情,实时进行统计。

第四项是专注度偏离分析。即对课堂上学生的行为进行统计分析,并对异常行为实时反馈,通过这个系统,我们可以看到哪些同学是在专注听课,哪些同学是在开小差,再结合他们的面部表情是高兴、伤心,还是愤怒、反感等,就可以分析出这个学生在课堂上的学习状态。如果有学生的不专注行为达到一定阈值,系统就会向显示屏上推送提醒,任课老师可根据这个提醒对该学生进行教育管理。

目前,这套系统只在该校高一(3)班、高一(4)班两个班安装试用,计划接下来全校推广。

高一(4)班男生小汪说了下自己的感受:“有‘慧眼’在,我上课比以前认真了,也不再随便做小动作。而且不止我,全班纪律都比以前更好,尤其是自习课。”

## 杭州新东方家庭教育中心启动

本报讯 5月12日,新东方杭州学校家庭教育中心启动仪式暨家委会成立大会在之江饭店举行。中国家庭教育学会副秘书长、家庭教育杂志社社长周俊宏致辞时说,当下社会越来越重视家庭、重视家教、重视家风,新东方杭州学校此次成立家庭教育中心,顺应了广大家长的需要,也希望新东方为杭州家庭教育事业做出更大的贡献。

新东方教育科技集团家庭教育研究与指导中心主任应光介绍,家庭教育研究与指导中心是面向社会的公益性部门。家庭教育的基本点是“以孩子为本,以家长为主体”。集团此前组织的多项家庭教育相关活动,如“百日行动派”等均收获了圆满成果,还将心理学方法“箱庭疗法”创新性地引入家庭教育当中。通过集团助力,杭州新东方家庭教育中心成立,未来将把更多优质的家庭教育资源带来杭城,让更多家庭教育项目在杭州落地实施。

杭州新东方学校校长说,以后将举办各类有针对性的公益活动,为学生和家长带来大量“干货”,实地帮助家长解决家庭教育困惑,宣传普及先进的家庭教育理念和方法,推动杭州家庭教育不断向前发展。

本报通讯员 张磊 夏意意 首席记者 王湛

## 夏夜享美食,保护牙齿不能忘

五月的夜,冷热刚刚好,正是约上三五“吃货”好友小聚的好时节。伴着初夏的微风分享着美味宵夜、时令海鲜,再佐以啤酒、汽水,好不惬意。夜间美食虽好,可回家后千万不能忽略牙齿清洁。万一蛀牙上门,牙酸牙疼不期而遇,可就没法享受这等快乐了。

### 为什么每天夜间的牙齿清洁那么重要?

古人有云:晨漱不如夜漱,这背后可是有大道理的。如果睡前不好好清洁牙齿,白天遗留在口腔中的食物残渣就会积存于齿缝和牙齿沟裂内,成为细菌生长繁殖的温床。再加上夜间的口腔咀嚼与语言活动停止,分泌的唾液大大减少,口腔自洁功能也相应减弱。<sup>1</sup>这种不健康的口腔状态会持续好几个小时,直至第二天起床。

而根据现代口腔专家的观点,导致蛀牙发生的因素主要有以下四点:易感的宿主(薄弱的牙齿)、致病的细菌、适宜的底物(容易产酸的食物)和足够长的作用时间(由致病的细菌和产酸的食物长时间地作用到牙齿),四者缺一不可。<sup>2</sup>对比一下,是不是差不多每一项都离你不远呀?长久以往,蛀牙找上门也就不足为奇了。

在了解了蛀牙产生的真正原因后,我们也可以发现,护牙得靠良好的口腔卫生习惯。当然一些护牙上的谣言和误区大家还要避免偏听偏信。这里就给大家举两个例子,看看大家是不是也被这些传言影响过:



### 误区1:吃醋会腐蚀牙齿

坊间传言,吃酸性较强的食物(例如食醋、柠檬等)会腐蚀牙齿表面导致蛀牙。其实这样的说法并不一定科学。我们的牙齿

由内部牙本质和作为牙齿保护层的外部珐琅质组成。珐琅质是全身最硬及化学性最安全稳定的一种组织,具有较强的抗酸碱腐蚀能力,并不那么容易被食物所破坏。而且唾液能够对酸进行缓冲,减轻对牙齿珐琅质的影响。所以在保持良好口腔卫生习惯和饮食习惯的前提下,适量吃些酸性食物并不会对牙齿健康构成直接威胁。<sup>3</sup>

### 误区2:喝汽水会毁牙

大家还记得之前提到过的蛀牙形成的“四要素”?里面一个很重要的条件就是“足够长的作用时间”。而一般情况下,汽水在进入口中后会马上离开口腔,在口腔中的停留时间很短。再加上唾液的缓冲作用,所以在保持良好口腔卫生和饮食习惯的前提下,适量饮用汽水不会直接导致蛀牙。

说了这么多,有什么实用的护牙妙招吗?这里就和大家分享两个夜间护牙的小贴士,希望可以帮助大家做到美食、健康护牙两不误!

### 1. 吃完饭后及时用牙线清理

很多人都爱在饭后用牙签剔牙,但锐利的牙签其实非常容易伤到娇嫩的牙龈。<sup>4</sup>所以建议大家可以用学正确使用牙线,这样不仅能清除牙齿间隙中的食物残渣碎屑,更能有效清除牙缝中的细菌斑、软垢。<sup>5</sup>所以,下次如果深夜赴饭局,记得备一盒牙线哦。



### 2. 温水刷牙最呵护

享用完美食回到家,可能你已经很累了。睡眠惺忪地挤好牙膏、拧开水龙头埋头就刷。但建议大家不要直接用冷水刷牙。冷水不利于牙膏内的氟化物和摩擦剂发挥作用,而且也会给本身牙齿就敏感的人带来额外的酸痛。<sup>37°C</sup>左右的温水是最佳选择。<sup>6</sup>

最后,祝愿爱吃的小伙伴们都能有一口好牙,可以与朋友们享受美妙的夏夜小聚时光咯!

- 1.《早上刷牙不如晚上刷牙》,39健康网,2009年
- 2.《健康那些事儿》,中央电视台科教频道,2015年
3. Academy of Nutrition and Dietetics. Position of the Academy of Nutrition and Dietetics: Use of Nutritive and Nonnutritive Sweeteners. Journal of the Academy of Nutrition and Dietetics, 112:739-758, 2012. 营养和饮食学会. 有营养和无营养甜味剂的使用.《营养和饮食学会杂志》112:739-758, 2012.
- 4.《牙签剔牙的危害是什么》,新浪河南,2015年
- 5.《使用牙线有困难,怎么办?》,凤凰健康,2014年
- 6.《揭穿刷牙常犯的6大误区 刷牙少于2分钟等于白刷》,新华网,2015年