

# 环湾生活周刊

宗元中国  
海丝泉州

19版 温陵志/  
明朝宰相叶向高的泉州情

20版 温陵志/  
与李贽交情颇厚的三位麻城人

21版 创意/文创赋能蚝壳新生 22版 养生/秋季日常多排毒 23版 食疗/九制熟地润秋燥 24版 茶道/长假到安溪品茶韵

## 电子教辅成开学季“新刚需”



智能学习设备已成为重要的学习辅助工具(李菁 摄)



电子学习产品正加速成为孩子的课后“辅导老师”(CICP)

本报讯(融媒体记者李菁)新学期伊始,电子学习产品市场迎来销售热潮。各大商场专柜前围满了前来咨询的家长,学习机、词典笔、听力机等产品成为新学年的“标配”。拥有课本同步课程、作业辅导、作文批改、错题整理等强大功能的电子学习产品正加速走进寻常家庭,成为孩子们课后的“电子老师”。

市民林女士对电子学习产品已十分熟悉。2020年,她为刚上幼儿园的孩子购买了第一支点读笔。这种电子学习产品可以用来听中英文绘本,也能帮助孩子认

字。2023年,孩子升入小学,她又被学习机的同步课堂、作业批改功能吸引,入手一台中高端学习机。到了2024年,为应对孩子的英语学习和数学错题整理,她又陆续添了词典笔和错题机。短短4年,林女士的家中已经有了4种电子学习设备,和她一样按孩子年龄“囤”电子学习产品的泉州家长可不少。据悉,除了学习机、点读笔、词典笔外,可随身携带的单词机、听力机等产品也备受青睐。这些电子学习产品的价格从几百元到数千元不等,并不便宜,但为了“不让孩子输在起跑线上”,不

少家长仍愿意为此买单。

智研咨询今年6月发布的报告显示,2024年中国AI学习机市场保持强劲增长,全年全渠道销量达到592.3万台,同比增长25.5%;销售额达190.6亿元,同比大幅增长37.6%。进入2025年,市场增长势头依旧显著,第一季度全渠道销量为126.5万台,同比上涨29.4%。有分析指出,随着技术迭代和需求扩大,未来,AI学习机市场的整体销售额有望突破千亿元规模。

电子学习产品的热卖,缓解了部分家长的教育焦虑,但诸多问题也在使

用中凸显出来。对不少家庭而言,这类设备确实带来便利,AI作业批改、同步课程、智能答疑等功能,在一定程度上减轻了家庭辅导压力。然而过度依赖设备、虚假学习、娱乐化使用等现象也随之出现。一些学生用搜题功能直接获取答案,用AI生成作文抄写,不仅没养成独立思考习惯,反而让学习流于表面,不少家长因此陷入“买与不买”的纠结中。

面对电子学习产品,家长需理性对待。选购时应结合孩子学习阶段和实际需求,

避免盲目跟风。在使用过程中,需引导孩子科学利用工具,重视独立思考而非依赖现成答案。同时,要严格控制使用时间,即便设备有护眼功能,也要提醒孩子注意休息,保护视力。唯有合理选购、科学使用,才能让电子学习产品真正成为学习帮手。

(相关报道见第十八版)



### 航标

(中国晚报优秀专栏)

□本期执行:融媒体记者 洪娜娜

## 泉州饮食文化蕴藏营养智慧



余秀丽,中国注册营养师、首都保健营养美食学会配餐专委会理事、健康中国工程管理中心委员会营养慢病管理中心委员,近期来泉举办科普讲座。

作为一名营养师,我始终相信,科学的饮食观念是送给孩子一生重要的礼物。此次有幸受邀来到泉州,在东海科普大讲堂为学生和家长们带来饮食营养与健康知识,助力他们构建科学的饮食认知体系,将健康理念融入日常生活。

当前,我国中小学生面临复杂的营养健康问题。一方面,体现为“营养不良与过剩双重负担”,即营养不足与超重肥胖并存,且超重肥胖检出率持续上升,同时维生素和钙等微量营养素摄入不足、缺铁性贫血等也较为常见;另一方面,近视、龋齿等常见病高发,全国儿童青少年总体近视率已突破50%,并呈上升趋势。此外,高血压、高血脂、糖尿病等慢性非传染性疾病也出现低龄化趋势,这与超重肥胖率升高密切相关。因此,普及科

学营养知识刻不容缓,这直接关系到儿童青少年的健康成长和全民健康素养的提升。

讲座现场,家长和孩子们的热情超乎预期,大家积极提问、讨论热烈。更令我欣喜的是,小朋友们展现出良好的健康素养,对营养学关键概念理解清晰、反应积极,这份求知热情与认知潜力,正是科普教育推动健康未来重要动力。

首次来到泉州,我特别关注本地饮食文化对学生健康的影响。泉州依山傍海,物产丰饶,饮食传统中蕴藏着不少营养智慧。例如,海蛎富含钙、铁、锌等矿物质,有助于骨骼发育、提升免疫和改善食欲等,清蒸石斑鱼、白灼小管等其他海产品的做法实现低脂高蛋白,有助于身体生长;四神汤等药膳适宜本地气候,有健脾祛湿之效;永春白番鸭

是滋补佳品,有助于增强体质;主食中常加入地瓜、芋头等粗粮,富含膳食纤维,实现粗细搭配,是良好的饮食习惯。善用这些本地食材,能让孩子们吃得既营养又健康。同时,家长也需要注意,烹饪方式和摄入量,以免影响营养均衡。

营养改善是一项系统工程。除了家庭餐桌,学校食堂也是关键环节。食堂食材采购应注重多样与均衡;增加全谷物和杂豆类,多选深色蔬菜和当季水果,稳定供应富含优质蛋白的食材,并严格控制油、盐、糖用量。同时,务必建立可靠的供应商体系,从源头上保障食品安全。

除了饮食,运动、作息和心理状态同样重要,且与饮食相互影响。运动能促进胃肠蠕动和营养吸收,合理运动有助于避免营养过

剩和肥胖;规律作息可维持代谢平衡,熬夜则会干扰胰岛素分泌和激素水平,影响营养吸收;长期压力或焦虑可能抑制食欲或引发暴饮暴食,破坏饮食结构,阻碍营养吸收。

此次泉州之行,让我深刻体会到营养师科普工作的价值与意义。希望通过我们的努力,让更多学生和家长们了解科学营养知识,为孩子们的健康成长奠定坚实基础。

余秀丽