

手机过度使用正在改变人类大脑,如何守护青少年的记忆

家校协同的幸福教育或是良方

“永远叫不对人名、永远记不住密码……”近日,在华东师范大学举行的第五届少先队幸福教育学术研讨活动现场,教育部青年长江学者、上海交通大学长聘教授李晓静一开口,便精准戳中许多人的“痛点”:智能媒体时代下,记忆健康面临严峻挑战。与会专家认为,当技术成为问题的一部分,家校协同的幸福教育可能是“破题”的一剂良方。

本报讯(记者 邵阳) 昨今两天,2025贵金属论坛在沪举行。本场论坛是腾冲科学家论坛举办三年以来,首次以专题活动形式走出云南开展的招商引资与招才引智活动。

记者从论坛上获悉,2025年前三季度,中国有色金属行业生产稳中有进——规上有色工业增加值增速同比增长7.8%,比全国工业增速高出1.6个百分点。10种常用有色金属产量6125万吨,同比增长3.0%。运行总体趋向向好。

“包括铂、钨、金、银在内的贵金属是有色金属产业不可分割的重要组成部分,是优化提升传统产业,培育壮大新兴产业和未来产业不可或缺的关键原料与材料。”中国有色金属工业协会副会长兼秘书长段德炳表示,“在新材料向结构功能复合化、功能材料智能化、材料与器件集成化、制备与应用低碳化绿色化的发展趋势下,贵金属的战略作用将愈加凸显。”

中国科学院院士、腾冲科学家论坛主席顾秉林介绍,稀贵金属被誉为“工业的维生素”,在新能源、高端芯片制造、生物医药、航空航天等领域的战略价值日益凸显,“一方面,人工智能与稀贵金属技术深度融合、数智化转型正重塑产业生态,为行业开辟新空间;另一方面,在‘双碳’目标引领下,贵金属资源循环利用与低碳生产技术成为行业转型的必然方向。”

“数字痴呆”非危言耸听

“普通人每一天的手机平均使用时长已达435分钟,占一天1/3的时间。”李晓静教授亮出一组惊人的数据说,手机的重度使用,正在改变人类的大脑。“神经科学研究表明,长期过度使用智能手机,会导致大脑负责记忆与认知的灰质体积减少。”

她解释,人的记忆分为短时和长时,从短时记忆进入长时记忆,关键在于“复述”和“精细加工”,手机的出现,让记忆被“外包”。“我们看到美景不再用心感受,而是忙着拍照。‘拍照举动’会减少我们的记忆容量。更严重的是,手机上的信息流不断涌入,会干扰原有记忆的巩固。而睡前使用手机会抑制褪黑素分泌,直接影响记忆的巩固。因此,德国学者提出的‘数字痴呆症’并非危言耸听,而是在警示青少年认知能力的下降风险。”

李晓静建议,减少手机使用时长,尤其是在中小学阶段加强对青少年无意识、自主性手机使用的管理,对保护和提升其工作记忆具有积极意义。“这其中,家校协同为孩子创造可体验的幸福教育机会或是让手机‘远离’的较好途径之一。”

AI技术带来新风险

智能设备和AI技术带来学习变革的同时,给青少年健康成长带来的风险与挑战也愈加凸显。上海市青少年研究会首席专家杨雄研究员说,幸福教育从社会学角度来说,就是主观幸福感。“通过开设幸福课程、组织自由活动,提升少年儿童的主观幸福感,其中,AI智能体通过识别少年儿童情绪,提供更贴合需求的幸福课程。”但是,杨雄也提醒,AI搞不好会带来新的风险。“AI能提升应试效率,可青少年价值观未确立,无节制使用会出恶果。在

AI应用上,必须建立注册和伦理审查制度,中国推进AI教育实验时必须做好正向评估与风险防控。”李晓静认为,这种幸福感的获得,必须直面智能媒体带来的认知挑战。

面对技术的冲击,幸福教育的根基在哪里?华东师范大学卜玉华教授提出要培养“家国儿童”。“不能仅仅讨论国家如何塑造儿童,更要讨论儿童如何在生活中成长,具有国家意识。少先队特有的情感传递、行动学习、社会协同三大机制,能实现国家教育与儿童生活的软链接。”

本报记者 马丹

桑榆与东隅

董纯蕾

“我如此爱你!”当科学家在领奖台上如是表达款款深情,台下除了被表白的妻子噙着眼泪,每一个人都笑成了花儿。这则视频迅速就成了10万+。

爱,不常成为科学获奖感言的主题。通常,科学家在领奖台上除了致谢,还会谈及“科学如何改变世界”“好奇心对科学研究有多重要”。

中国科学院院士、上海交通大学讲席教授、李政道研究所副所长丁洪,上周末在2025年未来科学大奖颁奖典礼上甜“出圈”的感言,其实也是致谢,感谢妻子用3次放弃来支持他事业上的重要抉择。“34年前,你放弃密西根大学的全额奖学金,陪我在芝加哥读书。17年前,你放弃在美国公司的高薪,坚定地支持我回国工作。3年前,你放弃北京的羽毛球圈,毫不犹豫地随我来到上海!”

仿佛有默契似的,本届未来科学大奖的多位获奖人——古生物学家周忠和、徐星、季强,物理学家戴希,半导体专家卢志远,都在领奖台上深情感谢爱妻。这年头人们爱磕CP,科学家伉俪的CP尤其引人注目。

评论区的网友留言,也颇有看头。“谁说理工男不懂浪漫的?”“这是什么神仙爱情,慕了。”

“如果是我女儿,我宁愿她放弃爱情,以科学家的身份站在领奖台上。”“人家有事业,又不是全职太太。看似都放弃了,实则在有实力的人面前,都可以重建。”

人们总把溢美之词送给站在聚光灯下的成功者,科技工作者为国担当、勇为尖兵,我们当然要向他们致敬,同时我们也要向牺牲小我成就大家的奉献者致敬。不过对个人和家庭来说,取舍本就是人生中必须不断面对的选择,没有唯一正确的选择,只有平衡和协调的最优解。有个成语叫“失之桑榆收之东隅”,放弃此地的玫瑰,或许能收获彼处的蔷薇。然而,不是每个人每个家庭每个地方每个年代都有这样的运气。一个好的时代,一个强大的国家,才能让平凡的个人和家庭拥有取舍的从容,拥有“失之桑榆收之东隅”的幸运。



城市多灾种早期预警智能体共建计划在沪首发

应对极端天气中国有“方案”

本报讯(记者 马丹)上海市气象局近日正式发布“城市多灾种早期预警智能体(MAZU-Urban)共建行动计划”,该计划为全球应对极端天气挑战、落实联合国全民早期预警倡议提供了重要的“中国方案”。

世界气象组织亚洲和西南太平洋办公室主任本·丘吉尔指出,上海在推动城市多灾种早期预警中心建设中发挥引领作用。

在2025世界人工智能大会期间,上海市气象局率先发布了一款名为“MAZU-Urban”的智能体,并向吉布提、蒙古国家气象局捐赠,迈出了城市气象服务技术

共享第一步。该智能体集成上海自主创新的人工智能气象模型,通过知识增强、多模态数据融合及深度推理技术,构建早期预警语料库,开发基于全球预报模式框架的特定区域定制化预报与预警制作分发功能,形成覆盖“风险知识-监测预警-预警发布-应急响应”的全链条预警体系。而MAZU-Urban“一体机端+平板端+手机端”三端联动架构,可实现“开箱即用”,既能满足气象、应急管理等专业部门的精准决策需求,也能为行业用户提供定制化预警服务,更能通过基于定位的信息推送,让公众实时掌握灾害风险。

未来,在中国气象局统筹引领下,上海气象部门将依托MAZU-Urban共建行动计划,与全国气象部门共享数据、模型及场景经验,进一步拓展跨区域、跨国合作,逐步形成“一国一策、一城一策”的智能预警输出能力,最终构建面向全球的城市多灾种早期预警智能网络。

记者了解到,MAZU-Urban计划明确了多项重点合作方向:与广西联合打造东盟台风早期预警智能体;与宁夏联合构建沙漠城市智能预警模型;与内蒙古携手构建蒙古草原火险预报预警模型等。

动起来! 小胖墩也来参加运动会

黄浦区七色花小学五年级男孩小徐胖乎乎的,跑得不快,跳得不高,但同样获得了代表学校参加运动会的资格。“只要有兴趣的孩子,都可以报名,经过训练来参加比赛!”一旁的班主任柳嘉怡边说边忙着热身——再过一会儿,她也要和同事们一起骑上巨型“毛毛虫”往前冲,和孩子们共享运动的快乐。

人人动起来!向明教育集团近日举行第14届秋季田径运动会。除传统比赛项目,运动会首次在卢湾体育馆设置小学组趣味竞技活动,卢湾二中心小学、七色花小学、巨鹿路第一小学、上海师范大学附属卢湾实验小学、上海交通大学附属黄浦实验小学等五所学校的孩子以团队形式,同场比拼。

“齐心协力”项目,孩子们要让U型球槽不断延续,考验彼此默契和平衡能力;“心手相牵”项目,10

名队员手拉手在篮球场半场连成一直线,比赛途中不松手,让呼啦圈穿过自己身体再传递给右手边队员,给身体协调性带来挑战;“投篮接力赛”,一名队员带球跑向中点,在2米距离内,将球投入伙伴手持的“呼啦圈”篮筐,“篮筐”的高度降低了,投篮距离也近了,可以让更多孩子参与进来。”

卢湾二中心小学体育大组长、向明教育集团秋季田径运动会小学组负责人沈蕾介绍,这些游戏,

来自各校老师的群策群力,鼓励同学们在协作中感悟成长,不少游戏已在校内玩了起来,受到孩子们欢迎。沈蕾介绍,由于地处市中心,黄浦区不少小学场地小、运动面积有限。老师们利用简单器材,因地制宜设计运动项目。比如,用嘴吹气球就是孩子们很喜欢的活动,肺活量和身体柔韧性都得到了锻炼。“目标就是让人人都参与。”沈蕾说。

本报记者 陆梓华