全国多地中小学推迟到校

安徽多所学校“保留早读，不搞一刀切”

11月8日，“延迟到校取消早读”登上微博热搜第一。第二天，皖北家长就收到了更具体的消息：11月9日，临泉三中、临泉十一中两所学校发布上学时间延迟安排。立冬前后，从江苏江阴到四川成都，从浙江宁波到重庆巴南，全国多地中小学陆续调整到校时间。

多地优化晨间作息 落实睡眠管理要求

11月1日起，江苏多所初高中陆续发布作息调整通知，同步缩短晚自习；11月5日起，江阴中小学含高中统一调整，小学8:00、初中7:40、高中7:20到校。

成都蒙彼利埃小学在《十月致家长的一封信》里写下“自11月7日立冬起，学生到校时间调整为8:40”，通知里面提到，我们希望孩子们能拥有更充足的睡眠，不用在天色未亮、寒气袭人的清晨匆匆奔波。

宁波前湾新区初级中学取消了7:30至7:50早读；重庆巴南区鱼洞第二小学一二年级9:00到校、第一节课9:45。

政策依据并不新。2021年教育部办公厅《关于进一步加强中小学生睡眠管理工作的通知》明确，小学上午上课时间一般不早于8:20，中学一般不早于8:00，学校不得要求学生提前到校参加统一的教育教学活动。

安徽多所学校调整 保留早读，不搞一刀切

11月9日，临泉三中通知：根据阜阳市教育局10月10日专题会议部署，为进一步规范办学行为、落实“健康第一”理念、扎实做好中小学生睡眠管理，学生早上到校时间不早于7:30，“到校即认真早读”，请家长合理调整接送时间。临泉十一中通知：早上7:20前进班即可，也可以让孩子早点到校跑跑步、锻炼一下身体。

两份通知都把“到校”与“上课”分开处理：早读保留，但不再要求学生清晨提前到校。对县城家庭而言，这样的分寸或许比一纸“取消”更实用：既守住8点上课的底线，也给路途远、起得早的孩子留出缓冲。

在合肥，配套动作已先行一步。庐阳、包河、瑶海、蜀山区多所小学的第一节课均不早于8:20，统一早读退出早晨时段；课间从10分钟延长到15分钟，上下午各安排不少于30分钟大课间，每天综合体育活动不少于2小时；单节课仍是40分钟，不加时也能把教学和活动装下。

家长感受喜忧交织 利好之下藏现实难题

作息调整在家长群体中形成两种截然不同的声音。合肥市包河区的张女士说，孩子不用早起赶早读，每天能多睡近一小时，早饭不慌了，上课明显坐得住。家住政务区的赵先生却有着另一番顾虑，他坦言起初十分担心“觉得孩子少了早读的时间，记东西、背课文会落下，每天都揪着心”。

不少网友也就此展开热议，评论区里，一半人在欢呼终于多睡二十分钟；另一半在发愁，自己八点半打卡、孩子八点四十到校，谁来送？也有家长直言，比起推迟上学，更盼着延时放学能早些结束。

“推迟到校”是维护孩子身心健康的积极举措，却不是缓解睡眠不足的根本之道。有业内专家认为，部分学生睡眠不足的本质是学业压力挤占休息时间，若只调到校时间而不推进课业减负，难免陷入“推迟到校但熬夜依旧”的困境。但要让“多睡一会”的感受成为常态，仅靠校门口那块钟远远不够。作业总量如何统筹、晚自习时长如何压减、课后服务几点结束、双职工家庭的接送缺口如何补上、睡眠状况如何纳入考核，哪一环不动，压力都会从清晨流进深夜。

记者 王玮伟

2026年长三角自行车精英赛安徽淮北站“鸣枪”



星报讯（记者 江锐）11月8日，2026年长三角自行车精英赛安徽淮北站在淮北市烈山区四季榴园文创街区鸣枪开赛（如图）。来自长三角地区及全国各地的骑手齐聚龙脊天路，在秋色如画的山野赛道上展开竞速。赛事设男子公路组、男子山地精英组、男子山地大师组、女子山地精英组4个组别，共300名选手展开竞逐。

作为本次赛事的核心赛道载体，龙脊天路因山路蜿蜒盘旋、沿线风光壮美，被骑行爱好者称为“必打卡线路”。该赛道沿线经过四季榴园景区、中国石榴博物馆、明清石榴园、龙脊山风景区、南庄野杏林等节点，连续起伏与密集弯道对选手的爬坡能力和控车技术形成不小考验。

“一条赛道，不只承载竞速。”淮北市烈山区文化旅游体育局相关负责人表示，赛事坚持“跟着赛事去旅行”的办赛思路，把专业竞技、山水风光与石榴产业串珠成链，让选手在比赛之余走进榴园、住进民宿、带走特产。

近年来，淮北以龙脊天路为轴线，串联沿线乡村节点与生态资源，重点发展自行车、徒步越野、机车自驾等户外运动业态，先后落地长三角汽车（房车）集结赛、全国城市精英重机巡游等特色活动。烈山区聚焦“体育+文旅”深度融合，立足龙脊山、四季榴园等特色生态资源，构建“高端赛事引流、本土特色赋能、群众赛事普及”的多层次赛事体系，赛事数量、质量、影响力持续提升。

一句话新闻

11月9日，合肥市瑶海区长淮街道长淮社区在辖区广场开展“小微权力监督一点通”平台集中宣传活动，有效破除了基层监督信息壁垒，畅通基层群众监督渠道，也引导居民主动参与基层监督，规范基层小微权力运行。 吴涛



11月6日，在热闹的花鼓灯表演中，怀远县拉开了第四届沿淮糯稻产业集群建设大会序幕。大会以“发展糯稻产业、建设江淮粮仓”为主题，举行了成果发布、战略签约、招商推介、主旨演讲等系列活动。 王旭东

上周我省居民生活必需品市场价格稳中略有波动

星报讯（记者 章沁橡）记者从安徽省发展改革委价格监测局获悉，上周我省居民生活必需品市场供应充足，价格稳中略有波动。

粮油价格总体稳定。特一粉、早籼米、中晚籼米、粳米4种成品粮全省零售均价每500克为2.5元，与上周、上月同期持平。桶装大豆油全省零售均价为56.78元/5升，与上周持平，较上月同期下跌1.54%。猪肉价格弱势运行。生猪价格低迷，带动猪肉价格弱势运行。猪肉（精瘦肉、后座统货、肋条肉）全省零售均价每500克分别为14.05元、9.41元、12.56元。与上周比，精瘦肉价格上涨0.5%，后座统货、肋条肉价格分别下跌1.57%、0.55%；与上月同期比，精瘦肉价格上涨0.29%，后座统货、肋条肉价格分别下跌0.53%、0.79%。牛羊鸡肉价格略有上涨。牛、羊、鸡肉全省零售均价每500克分别为40.58元、34.81元、10.6元。与上周比，分别上涨0.74%、0.67%、0.19%；与上月同期比，分别上涨3.02%、1.66%、0.47%。蔬菜价格继续回落。蔬菜市场供应充足，推动价格连续三周回落。青椒、青菜、黄瓜、大白菜、西红柿、芹菜、土豆、白萝卜、冬瓜全省零售均价每500克分别为2.35元、2.13元、2.75元、1.23元、2.95元、2.55元、1.9元、1.21元、1.26元。9种蔬菜平均价格为2.04元，较上周下跌0.97%，较上月同期下跌5.99%。鸡蛋价格逐步企稳。鸡蛋全省零售均价每500克为5.14元，较上周上涨0.39%，较上月同期下跌6.72%。淡水鱼价格以降为主。鲫鱼、鲢鱼全省零售均价每500克分别为12.05元、5.76元。与上周比，分别下跌0.99%、0.17%；与上月同期比，鲫鱼价格下跌2.03%，鲢鱼价格持平。

宿州市埇桥区宿徐现代产业园：

5家企业入选省拟入库科技型中小企业名单

近日，安徽省科技厅公示2026年第4批拟入库科技型中小企业名单，宿徐现代产业园科创工作再获新成效，安徽文君自动化科技股份有限公司、安徽国鑫半导体科技有限公司、安徽众品机械科技有限公司、宿州市九洲龙环保设备制造有限公司、安徽德美新材料科技股份有限公司5家企业成功入选。

科技型中小企业是培育新质生产力的重要主体，是构建“科技型中小企业 — 高新技术企业 — 专精特新企业”梯度培育体系的基础。本次上榜企业覆盖自动化装备、半导体配套、高端机械制造、环保设备、新材料等重点领域，贴合园区主导产业发展方向，创新活力突出，展现了园区中小企业强劲的创新潜力。

一直以来，宿徐现代产业园聚焦企业创新需求，做实科创服务。通过政策宣讲、申报辅导、材料预审、上门帮扶等举措，主动下沉企业，指导企业规范研发管理、挖掘知识产权、归集研发费用，持续降低企业申报成本，引导企业加大研发投入，深耕技术创新。

下一步，园区将持续健全科创培育链条，对入库企业实施跟踪培育，精准推送惠企政策，助力企业加快科技成果转化。积极推动入库企业向高新技术企业、专精特新企业梯队进阶，持续壮大创新主体队伍，赋能先进制造业集群发展，为区域高质量发展积蓄科创力量。 余孜强