

文 大连新闻传媒集团记者一帆 图 冠生

《代表建议：让孩子们真正拥抱“课间自由”》，不久前，这篇新闻报道获评第32届全国人大新闻奖二等奖。记者在采访中得知，这件由辽宁省人大常委会推荐的作品，聚焦的正是大连市人大社会建设委委员、人大代表王官升提出的一条建议。这条建议得以最终实施，惠及数十万中小學生。



他提出的“课间延长至15分钟”惠及数十万中小學生

人大代表王官升

履职担当，一直在路上



建议

小学生课间延长至15分钟

事情还要从两年前说起，身为两名男孩父亲的王官升，在履行人大代表职责走访调研中得知，如今的孩子在校期间活动量太少，课间不出去，总是圈在教室里。他为此走访了市内多所学校，跟老师家长交流中发现，许多学校的课间休息时间都是10分钟，这一政策已延续了几十年。“现在的学校大多是多层楼，学生数量也多，光是上下楼就得占用七八分钟，有时候孩子刚到操场上就打上课铃了，跑趟卫生间都来不及。”这是很多孩子课间仍窝在教室的主要原因。

王官升还向医生请教课间休息与青少年健康的关系。“医生认为，一堂课下来，孩子们盯了40多分钟黑板，下课了到室外看看远处，呼吸新鲜空气，跑跑跳跳，有助于缓解视疲劳，对孩子的健康大有好处。”如今的青少年学业压力大，运动和体力劳动的时间越来越少，造成近视眼、小胖墩越来越多，不仅关乎孩子个体健康，更关乎国家的未来。

2024年大连市人代会上，王官升提出《关于大连市中小學生课间休息调整的建议》：“随着学校规模和学生数量的增加，10分钟的时间已经不足以满足学生的需求。”他建议因地制宜，根据学校的情况，将中小學生的课间休息时间调整为15分钟，让学生有更多的时间放松和活动，缓解压力，有助健康。

许多家长特意打来电话，对王官升表示感谢。多所学校围绕课间15分钟开展多样项目，跳长绳、丢沙包、打篮球、华容道、玩魔方、下象棋、健康操、杯子舞、乐器演奏……让学生们充分体会文体活动的乐趣。正如市教育局相关负责人说的那样，延长课间时长、优化课间活动是体现育人导向的变革，是遵循教育规律和学生身心发展规律的表现，是保障学生开展充分体育活动的重要举措。

采纳

家长打来电话表达感激

记者得知，大连市教育局对此建议高度重视。义务教育处在认真调研并征求部分中小学意见、代表意见的基础上，决定采纳，并在秋季开学时开展试点工作，同时要求各中小学落实好“小课间”“大课间”制度，确保中小學生的体育锻炼时间。

当年10月21日起，大连市率先在各中小学将课间休息时间由10分钟调整为15分钟，保证在校学生每天综合体育活动时间不低于两小时。

回顾与瞻望

4年间 20余份建议 皆涉热点

王官升是市人大社会建设委员会委员和安全应急专业代表小组成员，深知公共安全的重要。他多次随调研组前往金普新区、普兰店区、瓦房店市等地，实地考察地震监测站点运行，观摩多层次防灾减灾演练，深入医院、养老院等人员密集场所检查消防等安全设施，为精准建言积累一手资料；他坚持学习相关法律法规和专业知识，注重将调研发现转化为具体建议，围绕提升基层应急能力、加强群众安全教育、完善公共场所安全设施等积极发声。

4年间，他提交了20余份高质量的代表建议，涉及教育、医疗、交通、养老等民生热点，条条具备前瞻性和可行性。关于“延长大连市中小学课间休息时间”的建议，惠及数十万学子，产生了良好的社会反响；关于“加快建立儿童孤独症早期筛查及康复转介体系”的建议，已推动相关工作落实；关于“推行无陪护病房建设”的建议，已在部分医院试点……

“对照人民的期待，履职之路仍需不断攀登。”王官升表示，2026年大连市两会在即，他已经准备了10条建议，“持续聚焦民生关切和城市发展，以更实的调研、更高质量的建议、更有效的行动，履行好人大代表的的光荣职责！”王官升正以实际行动，书写着一名新时代人大代表忠诚为民、实干担当的履职答卷。

履职

对接资源帮助1600多名孩子

大连市人大代表履职平台的积分排名中，王官升连续两年位居榜首。他曾是一名家庭困难学生，从小受到希望工程的资助，立志长大后也要帮助他人。如今的他正在践行承诺，他是青年企业家，是投身公益17载的“中国好人”“全国最美志愿者”，更是一位将“人民选我当代表，我当代表为人民”的誓言牢记于心的市人大代表。“人大代表不仅是一份崇高的荣誉，更是沉甸甸的信任与嘱托，是服务父老乡亲的光荣使命。”王官升告诉记者，自履职以来，他始终不敢懈怠，用实际行动践行人大代表的忠诚与担当。

因为自己淋过雨，所以总想为别人撑把伞。出身困苦的王官升一有机会就为教育发展奔走呼吁，除了提出“中小學生课间延长至15分钟”的建议，他还在市委社会工作部、市文明办、市人大社会建设委等多个部门的指导支持下，推动“教育振兴·智绘未来”大型公益项目落地大连。这个项目联合山东省明日之星教育基金会、大连市小善大爱公益服务中心，向全市千余所幼儿园、中小学捐赠了价值1007万余元的物资，涵盖科学实验设备、编程智慧系统、人工智能辅助教学平台、云资源教学平台以及人体工学椅、体育器材等，特别是弥补乡村学校的资源短板。

王官升还带领爱心团队陆续资助了1600多名孩子、480多户困难家庭，公益足迹遍布西藏那曲、新疆石河子、大连本地等全国十余个省市。志愿服务17年来，他带领爱心团队发起百余个公益项目，联合公募基金会累计募集款物价值1.2亿余元，惠及群众约45万人次，充分展现了一名人大代表的履职能力。



贴心

让每一个“民有所呼”得到回应

作为瓦房店市推选出的市人大代表，王官升最挂记的就是老百姓的“急难愁盼”，这也是他履职的出发点和落脚点。

看到春节期间环卫工人、快递小哥、交警等一线工作者坚守室外岗位，非常辛苦，他积极行动，在市人大社会建设委和瓦房店市人大常委会的指导下，感召爱心企业捐赠价值30万元的电子随身空气净化器和数百箱饮品，送到“城市守护者”们的手中；了解到我市部分乡村小学图书资源匮乏，他主动联系对接，促成福建担当者基金会在瓦房店援建34个图书角，价值8.5万元，并推动成立了担当者行动东北分部，致力于构建可持续发展的乡村儿童阅读生态体系；针对乡村留守儿童周末无人看管的问题，他多方奔走协调，在王店村建立了“村儿童服务站”，引入志愿者力量，在周末免费提供辅导、文化、艺术等课程及托管服务，如今已经运行四年多，累计服务儿童超1.1万人次。

无论是第一时间组织志愿者为房屋意外焚毁的抗美援朝老兵、在党68年老党员重建新房；还是在得知8岁困境儿童美伊母亲身患绝症，面临家庭绝境时，积极联系各方资源，为其母亲办理后事，为孩子募集30多万善款并持续关爱，王官升始终以最快的响应、最实的行动，诠释着“民有所呼、我有所应”的代表本色，将温暖送到最需要帮助的群众心坎上。