

护航高考不妨多做点“减法”

2023年高考进入倒计时阶段,考生和家长应当如何缓解考前焦虑,调整心态?记者咨询了台州市恩泽医疗集团(中心)恩泽医院精神卫生科主治医师尹世平。(5月27日《台州晚报》第2版)

高考是人生的一场大战,既要比拼智力,更要考量心理。在这个关键的时候,考生既有来自家长高分名校的面子压力,也有自我急躁烦心的焦虑表现。实践反复证明,如果考前思想包袱过重、压力过大,不仅对临考阶段的复习有弊无利,更会严重影响到临场的正常发挥。

诚然,通过专题讲座、热线咨询,能在一定程度上缓解备考压力,但这远远不够,护航高考,更需要全社会多做“减法”。

学校的氛围、家庭的环境,对孩子考前的精神状态影响很大。家长和教师要多一点鼓励,少一点唠叨。要用不多的话语点拨到位,以无声的行动感染孩子。

轻松备战,考生自我“减负”更是难能可贵。对每个考生而言,应以一颗平常心去面对人生的“搏杀”,既要用自我暗示建立必胜的信心,又要以恬淡之心排除一切杂念,放下思想包袱,轻装上阵赴考——“一颗红心,两种准备”,这一点至关重要。

再者,让考生休息好、营养好、备战好,还得创造一个舒适惬意的学习和生活环境。一方面有关单位要自觉遵守禁噪规定、做到有禁必止,另一方面环保、城管等职能部门要把强制性指令坚决落实到位,对噪声污染“摆脸色”,不给嘈杂的噪声留有丝丝缝隙。

同时,给考生一片宁静,更需要每个市民不断强化社会公德意识,多一份换位思考,多一点相互体谅,约束自我,管住自己,尽最大努力杜绝噪声源。比如,尽量把音量压得低些,尽可能减少海阔天空的闲聊等,事虽小,体现的却是对考生的一份关爱。

□ 徐剑锋



王斌

直言
微评

日前,市教育局发布《关于做好2023年义务教育阶段学校招生入学工作的通知》,就学校、学生、家长和社会各界比较关心的有关政策内容进行解读。今年我市义务教育阶段学校招生工作继续实行“公民同招”,进一步优化“长幼随学”服务,本着“自愿申请、公开公平、就便安排”原则,因地制宜,切实帮助解决因孩子在不同学校就读带来的接送不便问题。

微评/孩子入学问题事关千家万户,以透明的政策,提供便捷、人性化的服务,保障所有孩子方便就学,让群众放心满意,这一民生实事办得好!

今年以来,台州各地的人才公寓陆续开展申报。从2017年开始面向高层次人才租赁的台州市人才公寓(文景苑),于5月23日上午进行了2023年度第一批入住抽签仪式,33名来自五湖四海的新引进博士入住。市级人才公寓采取了“拎包入住”方式,户型为90平方米的公寓,房屋精装修,并配备必要的家具、家电和卫浴设施、橱柜等,一年租金5000元。

微评/如此优惠的人才住房政策,体现了对人才的厚爱,可谓诚意满满。包容大气、活力满满的台州,一定会给青年才俊们带来家一般的归属感,从此安心生活,激情创业。

美国当地时间5月19日,第74届国际科学与工程大奖赛(ISEF)在美国达拉斯落下帷幕。ISEF经过多年发展,已成为全球规模最大的9-12年级中学生科学竞赛,素有全球青少年科学竞赛“世界杯”的美誉,还有人把它称为“小诺贝尔奖”。台州市第一中学的高二学生吴抒阳《木质素基完全生物降解地膜对土壤微生物的影响》荣获“微生物组二等奖”,徐艺萌《紫苏提取液在厨房用品中的应用》获得“微生物组四等奖”。

微评/能在全球科学竞赛中获得“小诺贝尔奖”,不是一般的优秀,可喜可贺!荣誉的背后,是他们对科学研究的热爱与坚持,这个时代太需要这样的创新型人才。

近日,有热心市民拨打晚报帮帮团热线88516110反映,路桥区螺洋高架桥下仅有主车道,没有非机动车道及人行道,因此只能人车混行,加上桥墩阻碍视线、货车往来通行繁忙等因素,以致事故多发,存在极大的安全隐患。分管城建的副主任表示螺洋高架桥下东侧辅道建设已经启动,规划有非机动车道及人行道,西侧辅道预计今年下半年也会启动建设。

微评/只有主车道,没有人行道,人车混行、人车抢道就不可避免,事故发生概率就会大大增加。希望早日改变这种状况,尽快消除安全隐患,全力保障群众出行安全。

近日,国家文化和旅游部委托中国旅游车船协会,组织第三批全国自驾车旅居车营地质量等级评定,仙居县神仙居新吉奥开元芳草青青房车营地被正式认定为4C级自驾车旅居车营地,为浙江唯一入选营地。该房车营地位于神仙氧吧小镇内,自2022年开始投入运营,年营收额超千万元,总建筑面积约60000平方米,拥有房车100余辆,均带独立室外庭院。

微评/该房车营地推出“房车+露营”新的业态模式,以生态休闲理念、周到贴心的服务,带给游客美好的体验,丰富了旅游内涵,助推当地旅游业发展,这一创新思维值得点赞。



“负首付”

近期,有房产中介声称可以“负首付”买房,吸引了不少购房者。“负首付”看似是诱人的馅饼,实则为骗人的陷阱,隐藏风险,套路满满。所谓“负首付”,很大程度上属于偷换概念的文字游戏。表面看,该模式不需要购房者提供首付款,反而还能得到多余款项,用于装修及其他用途。实际上,开发商和中介要么通过首付分期、返首付等形式吸引购房者,要么通过抬高合同价格,帮助购房者获取更高额度贷款。无论采取哪种形式,购房成本和额外产生的利息均会转嫁到购房者身上。

漫画/沈海涛

让法律素养伴随青少年一起成长

“现在开庭!”一场模拟法庭在温岭市人民法院正式开庭。这场“特殊”的庭审选取了一起涉未成年人网络诈骗的真实案例,结合学生年龄阶段、认知水平等特点适当改编,由11名学生分别饰演合议庭成员、书记员、公诉人、辩护人、被告人、法警等角色……近日,温岭市城东街道团工委、妇联、阳光社区联合温岭市人民法院、温岭市第三中学九龙湖校区共同开展了“模拟法庭”普法教育活动。一场“沉浸式”学法体验、“互动式”法治教育,让普法教育零距离。(5月25日《台州日报》第2版)

温岭市城东街道有关部门、学校举办青少年模拟法庭活动,让青少年学生零距离接触法律,更加直观地感受法律的威严,在潜移默化中接受法治教育、提升法律素养,值得推崇。

此前,不少台州市各地学校已经聘任“法治副校长”,取得了较好的成效。

青少年接受普法教育,学习法律知识,培养法治精神,有利于他们牢固树立法治思维和法治信仰。让法治精神滋养青少年成长,一方面要从注重法律知识传授向注重法治精神培育转变。因为法治教育本质上是法治信仰的通识教育、养成教育,在法律知识普及

的基础上,更要传递法治理念和法治思维。另一方面,面向青少年开展法治教育,应进一步创新方式方法。青少年学生是学习主体,法治教育要走出说教式、灌输式,激发学生的好奇心,鼓励学生交流讨论和观察思考。法治教育更要体现平等公正、协商民主、理性思辨等法治理念,从“身边事、眼前人”讲起,寓教于乐、晓理于行,让学生在参与和体验中产生思想的共鸣,进而成为行动的自觉。

另外,提升青少年法治教育效果,还需要家庭、社会共同参与。家长要身体力行,以日常生活为课堂,在生活中自觉守法、遇事找法、积极普法,潜移默化地在孩子心中种下法治种子。各有关部门尤其是政法机关,要与学校完善协同合作,进一步统筹整合法治资源,着力打造社会多方共同参与的青少年法治教育格局。

总之,法治教育是提升公民法律素养与法治信仰的重要途径,开展校园法治教育有利于学生形成平等、公正的社会主义法治精神,树立正确的世界观、人生观、价值观。期望台州有关部门持续开展好“法治进校园”活动,在提高未成年人自我保护和遵纪守法意识的同时,也为学生们营造健康成长的良好氛围,助力创建和谐校园、法治校园、平安校园。

□ 鹰远