

M 资讯

高考招生政策调整:

高水平运动队、艺术团招生提高文化成绩要求

本报讯(记者 戴岚岚)日前,教育部印发《关于进一步完善和规范高校高水平运动队考试招生工作的指导意见》《关于进一步加强和改进普通高等学校艺术类专业考试招生工作的指导意见》两份文件,对艺术类考生与体育(高水平运动队)招生政策进行调整,力保公平公正。

关于高校高水平运动队招生,意见指出,2024年起,招收高水平运动队的“世界一流大学建设高校”,对考生的高考成绩要求须达到生源省份本科录取最低控制分数线;其他高校对考生的高考成绩要求须达到生源省份本科录取最低控制分数线的80%。

意见明确,从2024年起,符合生源省份高考报名条件,获得国家一级运动员(含)以上技术等级称号者方可报考高水平运动队。从2027年起,符合生源省份高考报名条件,获得国家一级运动员(含)以上技术等级称号且近三年在国家体育总局、教育部规定的全国性比赛中获得前八名者方可报考高水平运动队。

关于高校艺术类专业考试招生,意见指出,2024年起,高校高水平艺术团不再从高校招生环节选拔,由相关高校从在校生中遴选培养;逐步提高文化成绩要求,扭转部分高校艺术专业人才培养

“重专业轻文化”倾向等。2021年开始推进相关改革工作,到2024年,基本建立以统一高考为基础、省级专业考试为主体,依据高考成绩、专业考试成绩,参考学生综合素质评价,分类考试、综合评价、多元录取的高水平艺术团专业考试招生制度,基本形成促进公平、科学选才、监督有力的艺术人才选拔评价体系。

此外,对社会需求不足、培养质量不高的专业予以调减或停止招生。到2024年基本实现艺术类专业省级统考全覆盖,不断提升省级统考水平和质量。2024年起,不再跨省设置校考考点。

2022年硕士研究生考试
10月5日起可开始网上报名

本报讯(记者 苏水梅)据福建省教育考试院消息,根据教育部《2022年全国硕士研究生招生工作管理规定》和福建省有关研考工作要求,2022年全国硕士研究生招生考试福建省网上报名时间为:2021年10月5日至10月25日。

考生在规定时间内登录“中国研究生招生信息网”(公网网址:https://yz.chsi.com.cn,教育网网址:https://yz.chsi.cn,以下简称“研招网”)浏览报考须知;报名期间将对考生学历(学籍)信息进行网上校验,考生可上网查看学历(学籍)校验结果。考生也可在报名前或报名期间自行登录“中国高等教育学生信息网”(网址:https://www.chsi.com.cn)查询本人学历(学籍)信息。未通过学历(学籍)网上校验的考生应在招生单位规定时间内完成学历(学籍)核验;考生报名时只能填报一个招生单位的一个专业,应按招生单位要求如实填写学习情况和提供真实材料;考生应当按要求真实、完整、准确填写个人网上报名信息并提供真实材料,在提交网上报名信息和进行网上支付报考费前,务必认真核对各项信息;考生报名时须按照要求签署《考生诚信考试承诺书》并遵守相关约定及要求。

福建省2022年全国硕士研究生

招生考试缴纳报考费实行网上支付的方式。根据省有关单位核定的收费标准,考生须缴纳报考费160元/人。选择福建省相关报考点的考生必须在规定的网上报名时间内以网上支付的方式缴纳报考费,否则报名信息无效。

网上报名前,请考生务必仔细阅读《2022年全国硕士研究生招生工作管理规定》和报考点、招生单位发布的公告信息,以免因错过报考点或招生单位,影响报名及确认。

福建省报考点全部采用网上确认方式,共设14个报考点,分别是福州市高等学校招生委员会办公室、莆田市高等学校招生委员会办公室、泉州市教育招生考试院、厦门大学、漳州市高等学校招生考试中心、龙岩市招生考试委员会办公室、三明市教育招生考试工作中心、南平市教育招生考试中心、宁德市教育局教育考试办公室、福州大学、福州市高等学校招生委员会办公室(福建师范大学)、厦门市教育招生考试中心、福建农林大学和闽南师范大学。

2022年硕士研究生招生考试报名包括网上报名和现场确认两个阶段。报名确认时间为2021年10月30日至11月4日,各报考点网上确认的具体时间,详见其网报公告。

M 关注

宅家学习 爱护眼睛

有研究表明,过度接触电子媒体对各个年龄段的孩子都有一定的负面影响,比如视力下降和睡眠不良,此外在成瘾、攻击性加强、注意力不集中、情绪问题等方面也有一定危险。受疫情影响,连日来,我市各大中小学学生居家开展网上学习,本期就“学生如何合理使用屏幕”“家长如何在孩子面前以身作则合理使用数字媒体”等问题,请专家给出了一些建议。

谨记“20-20-20”口诀

厦门眼科中心漳州眼科医院眼综合、小儿眼科专家吴强副主任医师介绍,长期对着电子产品,瞬目会减少,干眼的程度会加重。他建议,在网课学习期间,可遵循“20-20-20”口诀:看电脑20分钟后,要抬头眺望6米外的远方至少放松20秒,达到放松睫状肌的目的。

疫情期间,随着上网课的时间增长,吴强医生建议这样做:一是带着目的上网课。课前预习整理基础知识和疑难知识点;课后巩固加深印象,利用答疑时间向老师提问;课后回顾明确知识点之间的逻辑关系,用习题练习解题思路和方法。二是提前进入状态。给自己5-10分钟做课前准备:洗把脸,准备纸和笔,调整好光线与温度,调整屏幕的角度和座椅位置。三是学会劳逸结合。不要一整天坐在电脑或手机前学习、做作业,每完成一项任务就从事一些其他活动以放松身心。

吴强医生强调,面对屏幕,要有意识保护眼睛,需注意四个“控制”:一是控制时间,每看电脑一段时间应当适当休息,让眼睛离开电子屏幕;二是控制距离,眼睛和手机保持40厘米左右的距离。距离越近对眼睛负荷越大,越容易引起视疲劳;三是控制姿势,以端坐为好,尽量不要躺、趴着看电子屏幕;控制光线,周围光线柔和,显示屏亮度适当,清晰度要好。

“屏幕大小,眼睛更容易疲劳,眼疲劳容易导致近视。”吴强医生说,“所以,屏幕用大不用小,能用电视不用平板,能用平板不用手机。”

家长以身作则很重要

“我的孩子天天宅在家里,或学习,或玩乐,他接触手机、电脑、电视等电子产品的时间急剧增多,孩子的视力成为我们十分担忧的问题。”面对家长反映的问题,市二实小副校长陈琼告诉记者,作为家长,回家后自己就要尽量不使用智能手机,因为以身作则很重要。

陈琼建议,家长可以与孩子一起制定使用屏幕的时间。“制定之前,家长需要向孩子明确使用手机、平板、电视、电脑、游戏机等电子产品的时间都属于使用屏幕时间。”陈琼说,“然后再与孩子商量:什么时候可以使用?一次可以连续使用多久?每天最多可以使用多久?如果超时需要承担怎样的后果?商量好之后,家长可以制作一张使用屏幕的时间表。每次约定的时间快要结束时,家长可以提前提醒孩子,孩子每次使用屏幕之后,都在这张安排表上做好标记,以便于落实制定的规则。”

陈琼说,家长应该适当参与到孩子的屏幕使用过程中。因为网络上充斥着一些不健康的信息和粗制滥造的内容,家长作为调节者,可以帮助孩子做出正确的选择,取得更好的学习效果。家长还能以此为纽带,在陪伴孩子的同时,促进亲子之间的交流,倾听孩子说“今天从网课中学到了什么”“今天在网络上做了什么有趣的事”等。“家长还需要平衡好屏幕时间和其他活动的时间。”陈琼介绍,家长可以让孩子在窗边远眺10分钟,或者轻闭眼睛做一下眼保健操,或者用热毛巾热敷一下眼睛。上完网课的休息时间,家长还可以设定一些活动,比如套圈、掷飞镖这类锻炼目力的小游戏,或跳棋、象棋等亲子活动,或做少儿八段锦、打乒乓球等居家小运动。

共同参与积极调节

“使用电子屏幕不是洪水猛兽,任何事物都有两面性。”华安县高安中心小学林光明校长说,“与其粗暴地禁止孩子使用手机,不如让他们在‘有理性’的监管下使用。”林光明认为,家长只有“共同参与”并“积极调节”好孩子的屏幕使用时间,屏幕才可以对孩子产生正面的影响。

家长可以多问孩子“今天在网络上做什么了”,帮助孩子过滤不良内容,给孩子真正有营养的东西。比如,给孩子下载益智趣味的教育App,给孩子听儿童故事、经典国学、欢乐儿歌。“家长尤其要注意平衡孩子屏幕内外的使用时间,做到动静结合,提醒孩子多到户外玩耍,参与户外运动,做手工、做饭等屏幕外时间。”“屏幕与睡眠



漳州开发区南滨学校学生居家学习不忘预防近视,每天坚持做眼保健操。 江小琼 摄

必须分开。”林光明说,睡前一个小时不能使用任何电子设备。孩子的房间不要放电视,不要养成睡前看电视的习惯,夜里不要把移动设备放在卧室里。

“学生要学会自我调整,注意保护视力,避免不良用眼行为。”林光明说,“除了网课,应尽量减少电子屏幕的学习时间,使用纸质教材和图书进行阅读。不在走路、吃饭、床上、光线昏暗或阳光直射下看书或电子产品。此外,要注意改正不良读写姿势,应保持‘一尺、一拳、一寸’,避免熬夜,保证睡眠时间,避免偏食,加强营养。”

◎本报记者 苏水梅



9月27日,市区欣隆盛世小区,一个小朋友正在复习网课内容,她的家长在一旁调整地和屏幕的距离。 本报记者 黄子君 摄

搬进家里的课堂

小小科学家
居家“搞实验”

停课不停学,宅家一样也能学出新意,玩出智慧!为让学生居家学习知识的同时也能体验科学的乐趣,华安县小学科学教师们抓住好课内知识教学的同时,精选了如“转动的纸蛇”“漂浮的鸡蛋”等生活中一些常见的材料就可以完成的科学小实验,以别出心裁的宅家“科学实验小课堂”,带领学生在奇妙的小实验中探索科学奥秘!

为了让科学探究实验有序进行,县综合学科名师工作室、小学科学学科教研员等,充分依托省、市两级优质在线课程教学资源,及时加强各小学“科学实验小课堂”教学布置、指导、跟踪工作。一线教师们则通过QQ、微信、钉钉等各类在线课程平台,远程指导学生进行动手实践。“科学实验小课堂”在学生中引起热烈反响,掀起了一波“我是小小科学家,居家搞实验”活动热潮。◎陈芳清 文/供图



争当“劳动小达人”

“卫生防疫”“内务整理”“洗涤缝补”“垃圾分类”……近日,一张张关于争当“劳动小达人”的活动照片,在漳州一中初中部各个班级的家长微信群里陆续分享。学生们在居家学习期间,洗碗、拖地、叠被子、洗衣服,忙得不亦乐乎。

“通过这些天的劳动实践,我总结出把碗洗得很干净的小窍门了。”七年(23)班林宇辰说,“老师每天会按照学校的功课表给同学们上网课,大家利用课余时间做各种家务活。通过这样的活动,我们不断地收获劳动的快乐,实践能力更强了。”

漳州一中吴茹虹老师介绍,本次活动先由班主任在班级群发布“争当劳动小达人”的信息,然后由学生自主选择居家学习期间的劳动内容,引导学生热爱劳动,在学习中劳动,在劳动中学习。以“卫生防疫”为例,学校的要求是“掌握卫生清理方法和流程,灵活使用卫生工具。做到地面门窗洁净无尘,家具物品摆放有序,家电安全无隐患。掌握消毒通风等家庭防疫技能,每日自测体温,健康出行。”又比如“整理内务”的要求是“做到物品规整有序,床面平整无杂物,床下干净无灰尘,衣橱擦拭干净,衣物分类整齐”。

“居家进行劳逸结合的劳动实践,有助于大家保持身心和谐的状态,建立健康的生活方式;有助于大家发展自理自立自强的生活能力,养成积极劳动观念。活动开展以来,收到很好的效果。”吴茹虹老师说,最令家长和老师们感动的是,通过活动很多学生懂得了为父母分担责任。在家营造好的家庭氛围,做到与家人分享快乐。有不少同学学会了辨识食材,安全使用炊具,学会控制时间与火候,会做可口的家常菜。 ◎本报记者 苏水梅 文/供图