关注2014高考

高三教师支招儿:

考试中碰到意外怎么办

□本报记者　李潇潇

本周六,我市的1万余名考生将走进高考考场。每逢高考,总会发生一些小意外,可能会影响到考生情绪和答题质量,这时候,考生应如何处理?6月3日,记者就此采访了我市多所学校高三年级教师和心理教师,请他们对考场内外可能遇到的意外为考生支招儿。

忘带准考证应及时求助

“万一忘记带准考证或身份证,不要惊慌失措,要及时向家长、老师求助。”鹤壁高中高三年级教师董振卿说,根据考场规定,考生因特殊原因忘带证件,可向考点主考说明情况,征得核实同意后,允许进场参加当科次考试,同时通知家长带齐证件在当科次考试结束前送考场验证。

“若准考证丢失,可由市、县招生办与考生所在学校带队老师核实确认其身份后补发准考证。”董振卿介绍。

进入考场“大脑一片空白”可闭目冥想

“有考生反映,进入考场后会短暂出现头脑空白现象。遇到这种情况,千万别急着答卷,要先放松下来,闭上眼睛,深呼吸,冥想一两分钟,可以想象一些美好轻松的场景,头脑空白现象会很快过去。”市外国语中学心理教师王好民表示,通过一两分钟的自我调整,使情绪平静下来,对考生把握考试总体时间不会造成太大影响。

“如果是突然感到身体不适,有生病迹象,如果问题不大,考生可等到考完后向医务人员求助,如果实在坚持不了,应立即向考场监考老师反映,不要硬挺。”王好民提醒。

做题与填涂答题卡最好同步进行

“虽然高考有备用卷,但数量有限且申请很费时间,所以考生还是要注意。如果无意弄脏答卷或答题卡,不影响答题和评卷的,一般不予更换。必须更换的,监考老师会向主考申请启用备用试卷,考生因此耽误的时间不予补足。”鹤壁高中高三教师李保华说。

李保华建议,考生在考试时最好做题与填涂答题卡同步进行,在草稿纸上记下自己不确定的题号和答案回头再改,避免出现没有足够时间填写答题卡的情况。

走基层　转作风　改文风

从漫天灰尘到重现蓝天,从绿化荒山到发展生态休闲游,浚县屯子镇——

2000多亩采石区披上绿装

□本报记者　席波　李潇潇

“以前,开山采石作业造成山体水土大量流失,生态环境遭到严重破坏,山上千疮百孔,满目疮痍。”5月30日上午,记者站在浚县屯子镇象山上,该镇党委书记李德义向记者说起了以前周边环境遭受的破坏。如今放眼望去,初步治理后的象山已披上片片新绿,一棵棵小树苗正沐浴着阳光茁壮成长。

治理:取缔采石有关企业184家

靠山吃山。上世纪90年代,当地许多村民靠办采石场卖石子发了家。钱袋子鼓了,但多年的石料开采,给象山的植被造成严重破坏。

“以前整个天都是灰蒙蒙的,出门一身灰,刮风一嘴土,家里都不敢开窗户。”今年65岁的东小寨村村民王建春守着象山过了大半辈子,提起治理前的环境,王建春心有余悸地说。

“空气里飘的都是细尘,地里的玉米授不上粉,都是空秆儿。”王建春告诉记者,采石场、碎石场作业时扬起的灰尘已经严重影响当地粮食产量,“每亩减产四成到五成,一亩地只能收四五百斤。”

“象山遭采石作业破坏后,生态一直没有得到很好的修复,周边群众非常盼望恢复象山原来的生态环境。”屯子镇镇长李利君说,2013年,该镇对象山开展集中整治,65处矿坑、102家石料场和17家石灰窑被全部关停、取缔。

经过一年多治理,漫天灰尘不见了,象山重现蓝天白云,农作物持续增收,群众喜笑颜开。“现在一亩地能收1000多斤粮食。”王建春高兴地说。

恢复:2000多亩的采石区已披上绿装

怎样让废弃的象山重获“新生”?屯子镇经多方考察、反复论证,决定利用废弃采石场发展特色象山旅游,走生态发展之路,首要的问题是让采石区尽快披上绿装。

东小寨村村民张文保是第一批在象山做采石生意的能人,一年净赚上千万元。象山治理开始后,他毅然关闭采石场,主动承包下伤痕累累的废弃采石区,带领工人扛起锄头上山,用开采石场赚的钱开始绿化象山。

从一个采石场老板到自掏腰包保护象山,发展生态旅游,张文保这一步走得漂亮。“在自己的家乡发展生态休闲旅游,保护了环境还能致富,是件造福子孙的好事。”张文保说。

记者在象山看到,山上已披上片片绿装,山下清澈的湖水里鱼儿欢快地游着,还有2000只雏鸭和2000只雏鸡在两座标准化的养殖棚里或吃食或戏耍。

“先种树恢复象山生态环境,同时发展林下养殖,并让游客在坑底的湖里垂钓,住山窝中的农家乐,吃山上的绿色健康食品……俺们再加把劲,来年,一定是绿满象山了。”正在山坡植树的张文保信心满满地说。

“发展象山特色生态休闲游,不仅要开展象山复绿工作,还要进行科学规划,对废弃采石场进行危岩整治、清除碎石等多项工作。今年2月份至今,我们已在2万余亩的象山栽种柏树、椿树、杨树、核桃树等7种经济林木2000多亩,成活率90%以上,还在林下种植了油菜,我们要把昔日的石料场变成绿树环绕的生态休闲旅游乐土。”李德义说。

6月3日,正值“三夏”之际,鹤山区姬家山乡土门村群众生产生活用水告急,鹤山区组织有关部门和驻区消防大队官兵,为当地群众送水。　张旭　摄

市总工会

开展“六一”送爱心活动

本报讯　(淇河晨报记者　秦晓)“六一”国际儿童节前,为进一步做好对单亲困难女职工子女和留守儿童的帮扶工作,切实体现工会组织对少年儿童的关怀和关爱,让单亲困难女职工子女和留守儿童过一个祥和快乐的节日,5月25日,市总工会有关负责同志深入淇县慰问单亲困难女职工子女和留守儿童,为他们送去学习用品和慰问金。

每到一处,他们都与困难职工和留守儿童坐在一起,详细询问他们的家庭、生活以及学习情况,叮嘱他们要保重身体、好好生活,并勉励孩子们要正确面对现在的困难,不要辜负外出打工父母的殷切希望,要刻苦学习,积累知识,成为栋梁,建设家乡。

医生谈高考期间饮食:

保持平时饮食习惯 每餐八分饱即可

□本报记者　李潇潇

高考期间,如何让考生吃得好、吃得科学,保障考生的营养供给是家长们普遍关心的话题。6月3日,鹤煤公司总医院消化内科主任医师贾继珍为高考学生开出营养食谱。

“夏天天气比较热,有的考生喜欢吃冷饮,吃过多生冷的东西容易腹泻影响考试,最好不吃或少吃生冷辛辣的食物。”贾继珍介绍,高考期间天气炎热,家长首先要保证考生饮食清洁、卫生。“考试期间学生精神紧张,免疫力下降,消化系统容易出现问题,千万不能食用不干净的食物。”贾继珍说。

高考期间三餐饮食该怎样科学搭配?贾继珍介绍,早餐应包括谷类:馒头、包子、玉米粥、营养麦片、馄饨等;动物性食物:牛肉、鸡蛋;奶制品:鲜牛奶或酸奶;新鲜蔬菜水果:黄瓜、西红柿、苹果等。午餐应有充足的热量和各种营养素,建议考生吃些肉蛋类,配上清炒的新鲜蔬菜。晚餐要清淡、少量,以谷类食物、豆类食物、稀饭和蔬菜水果为主。

“家长应注意保持考生平时的饮食习惯,午餐一定要让考生吃足量的主食,三餐不要吃得过饱,八分饱即可,吃得太多会增加肠胃负担,抑制大脑皮层神经细胞的兴奋,影响大脑信息的传递。”贾继珍表示。

为增加考生能量,提高记忆力,贾继珍建议考生可适当补充卷心菜、豆制品、牛奶、鲜鱼、蛋黄、木耳、核桃等富含蛋白质和钙的食品,以保证大脑所需的氨基酸等各种营养素的摄入。

“孩子因心理负担过重食欲减退时,家长可适当准备些有开胃、清热功能的酸性饮品,比如柠檬水、鲜榨橙汁等。”贾继珍提醒。

我市新增两个省级工程实验室和工程研究中心

本报讯　(记者　汪丽娜　通讯员　伦建华)近日,省发改委批复了29个新增的省级工程实验室和工程研究中心,我市两家企业成功获批,分别为河南方舟瓷业有限公司工业高效陶瓷分离膜及应用设备开发河南省工程实验室和河南欧斯滕光伏电力发展有限公司河南省高效光伏硅片工程研究中心。新增两个省级工程实验室和工程研究中心后,目前我市共有49个省级以上工程实验室和工程研究中心。这是记者5月30日从市发改委获悉的。

据了解,工业高效陶瓷分离膜及应用设备开发河南省工程实验室主要是围绕高性能陶瓷膜分离材料开发应用,建设多孔陶瓷膜材料、膜组件及应用设备成套生产等研发及实验平台,提升无机陶瓷膜产业自主创新能力,为高性能膜分离材料产业发展提供服务。河南省高效光伏硅片工程研究中心主要围绕光伏行业硅片转换效率、硅片切割技术等关键问题,建设硅片切割技术、砂浆回收等研发及实验平台。

淇滨区法院

一条廉政短信既送节日祝福又提醒干警清廉

本报讯　(记者　陈海寅　通讯员　肖树珍　李万琴)“艾叶香米粽子甜,公正清廉记心间。两袖清风心无愧,家圆人安最美满。”5月30日,淇滨区法院全体干警都收到了一条短信。干警们既收到了节日祝福,又感受到了警醒。

为做好党风廉政建设和反腐败工作,淇滨区法院对廉政教育工作常抓不懈。除在端午、中秋、春节等节日发送廉政短信外,还通过组织干警观看警示教育片、参观警示教育基地、聆听廉政党课和案头摆放亲情寄语牌等形式,多层次、全方位开展廉政教育活动,增强干警的廉政意识,努力将廉洁公正司法内化到每个干警心中,筑牢拒腐防变的思想防线,确保干警思想不失控、行为不失范,从源头上预防和杜绝司法腐败现象的发生。

此外,淇滨区法院还逐级签订党风廉政建设目标责任书,院党组与全院干警约法三章,明确了作风纪律,并通过召开座谈会等形式,组织干警和家属分享亲情,畅谈廉政。同时,全方位深化司法公开,不定期到人大常委会、政协、纪委、政法委、检察院、信访局等部门收集违纪线索,对重点岗位、重点人员的权力进行重点监督。

今年前5个月,开发区国税局

中小企业所得税入库税款是去年同期的2.2倍

本报讯　今年以来,开发区国税局积极采取措施,实施分类管理,加强有效监控,前5个月,累计入库中小企业所得税773.83万元,是去年同期的2.2倍,增收税款422.58万元。

该局一是细化管理对象。对所辖331户中小企业进行分类,区别企业规模、行业、征收方式、管理模式分类进行重点辅导,通过实地调查掌握行业利润水平、账务核算情况等,确定科学合理的征收方式。二是区别管理方式。在具体管理过程中,根据企业所得税征管现状,按征收方式分别进行重点管理,对重点税源户以管理服务为主,对一般查账征收户以纳税辅导为主,对核定征收户以户籍管理为主。三是明确管理重点。注重把企业的经营管理与企业所得税管理相结合,同时加强企业所得税相关知识的培训。四是突出管理重点责任到人。依据税源责任人辖区户籍管理情况,结合绩效考核指标情况,依据税收分析监控系统对低、零、负、申报情况监控和异常数据的提取,责任到人,挖掘税收管理深度,引导纳税人建账建制,正确核算所得额,及时组织税款入库。　**(苏梅香)**

儿童音乐会庆“六一”

优美抒情的《外婆的澎湖湾》、余音绕梁的《渔舟唱晚》、荡气回肠的《升f小调幻想曲》……6月1日晚,一场集钢琴、小提琴、古筝等乐器演奏的音乐会在我市琨格儿童之家四楼多功能厅奏响。

本次音乐会由淇河晨报小记者活动中心和琨格儿童之家联合举办,不仅有本土音乐家登台,还邀请了中国歌舞剧院小提琴演奏家、爱乐乐团首席指挥、安阳音乐家协会会长等名家亲临献艺,与400余名小记者一起欢庆“六一”。

本报记者　张婷媛　摄

中国百强中学　河南省首批示范性高中
河南人民最满意的十佳中学

鹤壁高中
HEBI SENIOR SCHOOL

名师推荐

鹤壁市优秀班主任黄世泽

黄世泽

黄世泽:1978年出生,籍贯河南省信阳市,中共党员,中学语文一级教师,毕业于信阳师范学院,文学学士学位。

教育格言:发展必须主动,成长不可替代

事迹简介:连续4年担任宏达年级备课组组长,连送7届毕业班,连续5年担任年级党支部委员。在市级以上刊物发表文章100多篇,15篇论文在竞赛中获奖,辅导学生在省市比赛中有15人次获奖,7次荣获省、市“优秀辅导教师”,5次被评为校“优秀共产党员”,3次荣获校“高考功勋教师”,3次被评为校“优秀教师”、校“先进工作者”,鹤壁市“宣传优秀成果获得者”、鹤壁市“招生工作先进工作者”、鹤壁市教育系统“优秀共产党员”、鹤壁市“教育教学先进个人”、鹤壁市“优秀班主任”。