

8省市发布新高考方案,还有6个月——

高考生该如何迎战新高考

本报记者 杨 飒

12月29日,福建、湖北、江苏、广东、湖南、河北、辽宁、重庆8省市正式公布2021年新高考方案,他们也正式成为全国第三批进入高考综合改革省份。

本次8省市的新高考实施方案为“3+1+2”模式,包括全国统一高考和普通高中学业水平选择性考试,满分750分,考试时间由2天调整为3天。

“3+1+2”模式中,“3”即全国统考的语文、数学、外语(考生可在英语、俄语、日语、法语、德语5个语种中任选1个语种),“1”即在物理、历史中选考一门,“2”即在思想政治、地理、化学、生物学4门再选科目中选择2门。学业水平选择性考试由各省自主命题。

2021年新高考实施省份暂定考试时间为6月7日—9日,在距此还有半年的时间节点上,新高考方案甫一发布就引起广泛关注,新高考省份学考怎么选,志愿应如何填报,这段时间,学生和家应做哪些准备和调整? 记者就此采访了相关专家及各方专业人员。

打破文理分科思路

从科目选定开始就有针对性地掌握相关学校和专业情况

本轮新高考改革将从2021年起,合并本科第一批、本科第二批,不分文理科,按照普通类、艺术类、体育类分类公布招生计划。招生计划将按照历史科目组合、物理科目组合分别编制。

打破文理简单分科的局限,给

予学生在科目选择上更多的自主权。但哈尔滨工业大学招办主任邢朝霞提醒:“根据高校各专业的培养要求,不同专业对于选考科目有不同的限制,不同高校的同专业的选考科目限制也有可能不同。考生在填报志愿前一定要认真了解心仪高校心仪专业的选考科目要求,避免由于选考科目不符合要求造成志愿无效无法投档。”

对学生和家长来说,对学校和专业了解的时间线拉长了,南开大学招办主任金柏江认为,从科目选定开始就要有针对性地掌握相关学校和专业的情况,留出充分的时间提前准备,不能临到高考和报志愿时才来想这个问题。

21世纪教育研究院院长熊丙奇认为,有部分考生把“3+1+2”模式下的分物理类、历史类进行志愿填报,还视为传统的文理分科志愿填报,这是不对的。“3+1+2”模式,虽然要求考生首选物理或历史科目,并进而根据物理或历史选科,但这不是文理分科,而是取消文理分科,考生要以取消文理分科的思路来选择学校和专业,学校在指导学生填报志愿,选择学校和专业时,也需要有新思维。

不过,尽管取消了文理分科,中国教育在线总编辑陈志文依然建议,学生尽量选择传统的物理、化学、生物,“从国家发展的角度来看,更需要理工类的人才,尤其是物理的基础性,是其他学科不能替代的。”

陈志文认为,在新高考的体制下,“组合下的分数已经发生了重大变化,不要总想着分数如何最大

化,因为有的高校如果不选物理和化学甚至没有报名的机会。”陈志文建议,先选方向,在此基础上追求分数的最大化才是正解。

了解填报志愿的相关知识

谨记选择服从调剂,降低滑档风险

8省市新高考政策出台后,许多家长纷纷表示“很难,要把所有的志愿填满很难”。这是因为新高考省份的志愿填报数量均不少。

据记者统计,河北、辽宁、重庆实行专业类平行志愿,以河北为例,新高考改革方案要求志愿填报以“专业(类)+学校”为单位,即1个“专业(类)+学校”为1个志愿,不再设专业服从调剂选项。

河北普通类本科批每次最多可填报96个志愿,辽宁最高可填报112个志愿。不过,这也保证了学生填报的专业起碼是自己愿意学的专业,规避了此前被高校调剂至自己不愿意学的专业的风险。

“其实这个是给考生和家长更多的选择机会,也并不是每个学生都需要把所有填满。对有些分数段的学生来说,就是在他喜欢的学校和专业里面作有限的选择就行。”金柏江说。

另外,湖北、福建、江苏、湖南、广东实行院校专业组平行志愿投档录取模式,湖北、湖南、广东最多可填报45个志愿。在院校专业组模式下,专业服从只在同一院校专业组的招生专业范围内进行调剂。对此,金柏江提醒,学生在填报志愿时一定要选择服从调剂,降

低滑档的风险。

总体来说,2021年8省市新高考志愿填报的数量均有所增加,几十个志愿的填报,的确跟家长和学生都带来了很大的挑战。

“填报志愿一定要家长自己能理解,现在有的家长还有好多迷糊的地方,一定要首先对他们进行培训。”河北省阜平中学校长孟庆学说。除了学校层面开展的班主任和家长的培训外,阜平中学还邀请了第三方平台来学校做志愿填报指导。

为确保2021年新高考平稳落地,2021年1—4月8省市将从考试组织、评卷到招生计划编制、志愿填报等环节进行全过程适应性考试,其中1月23日至25日是考试时间,3—4月是志愿填报和录取工作,“这样的适应性演练可以让学生、老师和家长完全全走一遍,帮助大家更快进入状态。”孟庆学说。

做好合理生涯规划

根据兴趣和未来规划选择专业和选考科目,减少功利性选择

新高考政策给学生赋予了更多的选择权,更加尊重学生自我的兴趣和认知。不管是学科选择还是志愿填报,都直接指向学生未来的发展和生涯规划。

所以,邢朝霞建议考生一定要合理规划自身职业发展路径,“要根据兴趣和自身发展规划选择喜爱的专业和选考科目,减少单纯功利性选择”。

在陈志文看来,现在高中生生

元旦、春节“双节”将至,我国新冠肺炎疫情防控也面临人口流动所带来的巨大压力。近日我国中东部地区气温持续下降,也容易引发感冒等疾病。中国疾控中心专家提示:当前仍处于新冠肺炎全球大流行时期,在享受欢乐祥和的节日气氛时,要继续做好新冠肺炎疫情防控工作,还要预防人感染禽流感、感染诺如病毒、食物中毒和一氧化碳中毒等突发卫生事件。

严防严控新冠肺炎疫情

12月30日下午,辽宁省沈阳市启动应急响应,全面进入战时状态;同日,北京市委宣传部副部长、市政府新闻办主任、市政府新闻发言人徐和建也表示,当前北京市疫情防控呈现多点散发零星病例和局部聚集性疫情交织形态,虽总体可控,但防控形势依然严峻复杂,病毒传播风险依然存在。而全球疫情则呈现持续上升态势,12月中旬以来平均每日新增病例超过64万,疫情防控形势较为严峻。

入冬以来,我国境内发生由输入传染源导致本土聚集性疫情频次增多的情况,由于发现和控制及时,疫情规模均较小。未来一段时间,全球疫情总体仍将呈现持续上升态势。虽然多个国家相继批准紧急使用新冠疫苗,但受生产、配送、接种、资金以及富裕国家优先订购多剂疫苗等因素限制,短期内通过接种疫苗形成免疫屏障并改变疫情发展态势的可能性较小。因此2021年春节前,境外疫情仍呈现高强度流行态势的可能性大;我国境内面临的疫情输入风险依然较大,人口流动将增加疫情扩散的风险。

中国疾控中心提示,我国新冠肺炎防控成绩来之不易,这是全国人民共同努力的结果。每个人能尽量降低感染风险,就是在为疫情防控作贡献。

预防禽流感:不接触、不买卖、不饲养健康不明的禽类

入冬以来,我国在禽类中发现了禽流感疫情。12月21日,湖南省永州市宁远县一人被确诊感染H5H6禽流感,少数地区也报告了几例人感染禽流感的散发病例,提示公众应高度重视禽流感疫情。

中国疾控中心专家指出,针对禽流感,要尽量避免接触活禽或活禽市场,若必须接触,应加强个人防护,佩戴口罩、手套,并尽快用肥皂和水洗手;不要购买活禽,鼓励购买集中宰杀处理好的冷鲜或冰鲜禽;不要从活禽市场或流动摊贩处购买活禽饲养,更不要与原有家禽混养;若有发热及呼吸道症状,应戴上口罩,尽快就诊,并告诉医生发病前有无禽类接触史或是否去过活禽市场。

保持手部卫生 防控诺如病毒

诺如病毒暴发疫情主要发生在托幼机构或学校。旅行团、游轮、度假中心也常有诺如病毒感染发生。入冬以来,有多地学校和托幼机构报告了诺如病毒病的暴发。

专家介绍,以下途径会极大增加人们感染诺如病毒的风险:食用或饮用被诺如病毒污染的食物或水、触摸被病毒污染的物体或表面后将手指放入口中、接触病毒感染者(如照顾患者、与患者分享食物或共用餐具)。最常见临床症状为呕吐和腹泻,其次为恶心、腹痛、头痛、发热、畏寒和肌肉酸痛,多数患者症状持续2至3天后恢复。极少数病例可发生重症甚至死亡。发生重症的高危人群为高龄老人和婴幼儿。专家表示,诺如病毒是一种引起非细菌性急性胃肠炎的病毒,病毒传染性较强,目前还没有特效药物。

注意饮食卫生 谨防食物中毒

节日期间聚餐和在外就餐机会会增加,在食品卫生状况不佳的情形下,食物中毒发生可能性会有所增加。2020年10月,黑龙江省鸡东县因食用“酸汤子”导致9名中毒者全部身亡的悲剧犹在眼前。

中国疾控中心数据显示,我国内地食物中毒以微生物性食物中毒事件起数和中毒人数最多,主要发生在餐饮服务单位和集体食堂,表现为集体进食同一种或多种受污染变质食物后,多人集中发病。专家表示,预防食物中毒,可以采取以下措施:注意饮食卫生,饭前便后要洗手。不吃未烧熟煮透的食物,未经消毒的奶、未削皮的水果、生的蔬菜,不喝生水。选择新鲜、安全的食品原料,加工时要注意生、熟分开。外出就餐时,注意选择正规、卫生条件好的饭店或餐厅。

冬季取暖要严防一氧化碳中毒

近日我国中东部地区普降雨雪,各地居民也通过空调、暖气、煤炉等不同方式取暖过冬。在此过程中非常容易产生一氧化碳。在我国,非职业性一氧化碳中毒高发的季节与我国北方燃煤取暖季节一致。

专家表示,发生一氧化碳中毒的临床症状主要与机体血液中碳氧血红蛋白浓度有关。轻度及中度中毒后迅速脱离中毒环境并及时抢救,一般无后遗症。重度中毒患者病死率高,存活者可有严重后遗症。

专家提示,在寒冷季节如有条件尽量选择集中供暖。家中使用燃气、煤气灶具或小油炉、汽发电机时,应保持有良好的通风状态,最好安装一氧化碳探测器,并定期检查维护。一旦发生非职业性一氧化碳中毒,应立即开窗通风,迅速将中毒者转移至空气清新且通风良好处。同时,应尽快拨打120急救电话,尽早进行高压氧舱治疗;对于出现呼吸及心跳停止的危重患者,应立即给予人工呼吸和心脏按压。

(本报北京12月30日电)

(上接1版)

宁德人听进去了。他们以滴水穿石的劲头默默接力,坚守摆脱贫困使命,树牢弱鸟先飞志气,一棒接着一棒干。渐渐地,开发三都澳、修建温福铁路,建设中心城市,闽东人民“三大梦想”变为现实。

2010年9月,当一张路网纵横通达、电力供给充沛、港口吞吐繁忙的现实图景呈现在习近平眼前,宁德人终于等到了“多抱几个‘金娃娃’”的热切嘱托。

“那一刻,心情激动又庄重。”宁德市工业和信息化局局长徐光忠每每说起,都心潮澎湃:“我们感到,总书记一直在看着这片土地。跟着总书记的部署走,不会错。”

今天,“金娃娃”引来更多“小金娃娃”。

“市里有项目,没有地;县里有地,项目进不去。我们打通山区和沿海之间的循环,把一些优势产业布局到山区去。”徐光忠介绍。

周宁县李墩镇不锈钢深加工产业园,就是从沿海项目“开枝散叶”而来。“我们的百亿工业梦有希望了!这是全县史上最大的工业项目。复制这个模式,我们又设计了站前工业园区,准备把更多‘金娃娃’抱过来。”县工信局党组书记、副局长李佐德目光闪亮。

从“唱山歌、念海经”到“走出一条具有闽东特色的乡村振兴之路”

九山半水半分田的闽东,发展农业靠什么?刚到宁德不久,习近平就认识到:必须探讨一条

因地制宜发展经济的路子。这句话,被具体化为“靠山吃山唱山歌,靠海吃海念海经”。

“山海田经”,福安市穆云畲族乡党委书记钟廷富念叨了30年。他和村干部们下力摸索“一村一品”的农林产业发展路子。虎头水蜜桃、溪塔刺葡萄、高岭大白茶……合理布局、科学种养,“土里长出的金子”圆了村民们的脱贫梦。

摆脱贫困只是第一步。2019年8月4日,习近平总书记给寿宁下乡党员干部们回信嘱托——持续巩固脱贫成果,积极建设美好家园,努力走出一条具有闽东特色的乡村振兴之路。

“具有闽东特色”要求我们更加精准,继续做好因地制宜大文章。”宁德市委书记郭锡文认为。

要精准,就要借助科技和人的力量。宁德启动新时代乡村振兴“三大员”机制,一大批乡村振兴指导员、科技特派员、金融助理员“下沉”乡间,成为农民致富好帮手。

市农业农村局经作站站长袁韬,此刻正在寿宁凤阳镇忙碌。他每年要下乡至少三个月,“葡萄”特派员、“桃子”特派员,村民们叫得顺口,他们干得充实;林江来到古田县大甲镇村溪村,带着村民们开荒种香菇、做农业综合开

发,还把公厕、污水、养鸡厂整治得清清楚楚。村民收入、村财政收入大幅提高,十几个年轻人

从外地回流……

金融助理员陈秋平的“主战场”,在海上。身为霞浦邮储银行副行长的她,为宁德海上养殖综合整治行动提供金融支持,“邮渔贷”等产品与服务大受欢迎。

“你看,水多清!有时还能看到白海豚,它们回来了!”指着三都澳海域焕然一新的网箱、渔排,宁德村渔民石孟华满脸兴奋。2013年,因为这片海域被粗放式渔业严重污染,他忍痛放弃了从事17年的渔业养殖。去年打响的这场“蓝色牧场保卫战”,让他心中重燃“小火苗”。“还想继续养!水清了,就有信心。”

30万贫困人口踏上小康路,40万偏远人口实现安居梦,2.3万连家船民告别海上漂。环境天蓝水清,人人文明礼让……32年接力奋战,“捧”出一个活灵活现的新宁德。

从“这些观念全应在扫荡之列”到勇于迈出新步伐、谱写新篇章

“总书记说,让我继续当好活地图、活字典,为宁德全面小康发挥余热。”回忆起2016年2月19日与习近平总书记的视频连线,《闽东日报》原总编辑王绍据仍然激动。

这位老人,曾于1984年为改善赤溪村贫困状况致信媒体,几年后习近平来到宁德得知此事,高度重视;有了“不能落下一个贫困家庭”的扎实地基,才有迈向社会主义现代化强国的历史底气,从生存到发展、从兜底到共富,有序推进。以战略思维谋事、以战略定力做事,正是新时代党中央治国理政的鲜明特质。

宁德回答了何谓系统观念。

20世纪80年代末的闽东百业待兴,哪个才是先手棋,什么才能牵一发而动全身?是摆脱贫困。脱贫对干部队伍产生了诉求,才能形成了接地气、谋长远的工作作风;脱贫对发展目标形成了倒逼,才能激发“弱鸟先飞”的改革意识。因此,30多年后的宁德,不仅仅是脱贫的宁德,也是创新的宁德、产业的宁德,在社会治理、乡村振兴、产业发展

上呈现出了系统性的成果。同一个角度看全国:紧密伴随党的十八大以来中国脱贫攻坚历程的,是新发展理念推出、是“四风”的贯彻、是国家治理体系和治理能力现代化的整体推进。驱万途于同归、贞百虑于一,因为有这种系统观念指导下的实践,全面小康的“全面”才能真正落地,精准扶贫的“精准”才能远远超出脱贫。

我们总是回望宁德,因为“滴水穿石三十年”是历史事实更是历史眼光,使我们更能读懂新时代的理论与实践。“从根本、全局、长远来考虑问题”,是逻辑;“功成不必在我、功成必定有我”,是情怀;有这样的逻辑,有这样的情怀,反过来也一样。先夯基础土、再积厚

“宁德有个共识:经济指标是干出来的,干部晋升是赛出来的,工作作风是带出来的。”郭锡文说。让干部在实干中成长,在奋斗中凸显,这样的导向,造就“宁德速度”“宁德温度”“宁德力度”。

上汽宁德基地项目,要求在一片滩涂上建起6000多亩现代化工业园区。宁德干部齐上阵,和工程队一起大干苦干。14个月,首台汽车下线;17个月,实现量产。这一令外界称奇的速度背后,是工地上“长”出的“四千精神”——“大干晴天,抢干阴天、巧干雨天、干好每一天”。

“当时雨天特别多。决不能耽误工期、失信于企业!大家二话不讲挺着干,晴天一身灰,雨天一身泥,还想方设法降低成本、提高效率。”

“‘亿万千百十,皆起于一’,闽东跨越了这一条‘贫困线’,若能继续卧薪尝胆,矢志如初,再接再厉,奋斗不息,必能彻底摆脱贫困。”《摆脱贫困》的《跋》中,如是写道。

新征程已在眼前,新篇章正待谱写。时空巨变,场景常新,精神与梦想始终如一。

成势力、最终实现协同高效,是实践的规律;具有战略性、系统性、形成“一块整钢铁”,是习近平新时代中国特色社会主义思想的理论特质,有这样的实践必有这样的理论,反过来也一样。如何读深读懂习近平新时代中国特色社会主义思想,如何理解脱贫背后的思想、脱贫攻坚贯穿的精神——宁德,提供了极其具体的例子和独一无二的视角。

《摆脱贫困》成书三十多年,中国摆脱绝对贫困。把起点和结果放在一起看,就是一节最好的历史课。读宁德而知中国,面向全面建设社会主义现代化国家的新征程,我们应该有更深沉的自信和更笃定的信念。

「双节」来临,应该做好哪些健康防护

本报记者 张亚雄



倡环保 迎新年 临近新年,山东省青岛市人民路第二小学的学生们在手工课上利用生活中的废旧物品制作出形态各异的帆船,以绿色环保的生活方式迎新年。图为12月29日,两名学生对已做好的帆船进行最后调整。

王海滨摄/光明图片