

落实“睡眠令” 新设“停机坪”

教育部针对中小学生的“五项管理”发布后,我省各校不断探索减负手段;海都记者探访福州两所小学,了解他们推出的特色做法

海都记者
罗丹凌 石磊磊
毛朝青 文/图

今年以来,教育部针对中小学生学习、睡眠、手机、读物、体质“五项管理”,先后出台相关文件。福建省教育厅积极响应,6月初印发《关于加强“五项管理”进一步推进中小学生减负工作的通知》,其中明确,学校要完善手机等电子产品的管理,让学校回归安静的读书空间;小学生每日睡眠时间应为10小时;每日校外、校内体育活动时间应为1小时……

如今,该项通知已发布近一个月,我省各地市中小学是如何贯彻落实的?昨日下午,海都记者走访福州市钱塘小学、福州教育学院附属第一小学等,了解他们的特色做法。

钱塘小学:主题班会老师分享诀窍 每日睡足10小时

钱塘小学在落实“睡眠令”上下足功夫。近日,该校一、二年段各班均开展健康睡眠主题班会,老师们以图文并茂的形式,传授孩子们高质量睡眠的小诀窍。

“同学们,你们一天睡多少个小时?我们为什么

要好好睡觉?”在二年级11班,班主任高梅老师一走进教室,便笑着询问道。话音刚落,在场的不少孩子都举手回答。

很多孩子都明白早睡早起有利身体健康的道理,可还是有些贪玩的,说自己

没办法每天在晚上8点30分按时入睡。于是,高梅老师打开事先准备好的PPT,通过观看图片、播放视频等形式,给孩子们传授“助眠秘笈”。“当你们睡不着时,可以尝试使用睡眠诱导法,聆听蟋蟀声、滴水声等平淡

而有节奏的‘白噪音’,还可以在睡前饮用一杯加糖热牛奶。”

班会结束后,孩子们纷纷表示会把课堂上学到的知识,分享给爸爸妈妈,请他们一起帮助自己管理好睡眠时间。

教院一附小:“停机坪”存储电话手表 福州市属小学首创

最近,福州教院一附小的校园内多了两台“新玩意”,它们长得酷似快递柜,每个格口上都贴着年级、班级编号。原来,这是该校新设的“停机坪”,各个存储柜内装的不是飞机,而是孩子们的电话手表。

据王卫红校长介绍,这是福州市属小学内的首

创,为了让电话手表的管理更加规范,学校特意自费定制了两台“停机坪”,并将其摆放在校内公共区域。“停机坪”共有36个存放口,对应全校36个班级。每日到校后,孩子们需先将电话手表交给各班管理员,由管理员统一“停机”后,才能开始上课。“最初,

我们做的是‘低配版养鸡场’,将所有电话手表统一存放在教室内的储物箱里,但有时手表发出响声,仍会扰乱课堂。后来,我们就推出‘高配版停机坪’,将电话手表‘挡’在课堂外后,孩子们上课不再受到干扰,变得更认真听课了。”

采访中,记者发现,每

个存储柜中都只有5~8枚手表。王校长说,在“停机坪”开放前,学校就给各位家长下发了《致家长一封信》,其中提出“若不是确实有需要,建议学生不要带电话手表到校。”学校的做法得到家长们的理解与支持,因此,每日带电话手表来上课的学生仅是少数。



“停机坪”由专门的老师负责管理

相关链接

做好“五项管理” 需不同主体协同

除了福州市各小学外,我省各校均“频出高招”,为学生减负。记者从省教育厅获悉,泉州市通政中心小学积极提倡教师结合学生特点自主设计作业习题,将作业检查制度化、常态化,检查结果纳入教师绩效考核,通过考核促进教师科学布置作业,杜绝“超标、超时、超量”的现象。该校还要求老师在布置作业前需自己做一遍,班主任负责统筹作业量,设置“作业晾晒台”,每日在群里公示作业。

福州第三中学党委书记林晓枫则表示,“五项管理”要想顺利进行,需要学校、家庭、社会等不同主体的有机协同,达成共识,共同治理,才能收到应有的效果。

第三代社保卡即将发行! 来兴业银行福州分行办喔!

晓兴/文

6月24日,福州市人社局召开“福州市第三代社会保障卡发行启动”新闻发布会,第三代社会保障卡正式发行。兴业银行作为首批具备发行资格的银行,本着“真诚服务,相伴成长”服务理念,遵循“自然过渡,发用并重”的原则,面向全体市民提供社保卡制发卡、补换卡、信息变更等便民惠民服务。

第三代社保卡新功能全GET

第三代社会保障卡具有身份凭证、信息记录、自助查询、就医结算、缴费和待遇领取等社会保障应用功能,以及现金存取、转账、支付等金融应用功能的集成电路(IC)卡,是持卡人享受人力资源和社会

保障权益的信息载体。简而言之,第三代社会保障卡是以社保、金融功能为基础,加载政务办理、公共出行、图书馆阅读、校园应用、就医购药等一系列生活应用的“一卡通”。

社保卡申领更便捷

兴业银行福州分行为全体市民打造集申领、激活、资格认证的“一站式”社保卡专属服务,待正式发行后,广大市民可享便捷服务。

个人可携带有效身份证件到兴业银行福州分行就近的服务网点申领,享受两分钟办卡,“立等可取”制发卡服务;用人单位、就读学校、社区

(街道、村)居委会等,在征得申请人本人同意后,可通过服务网点代为批量代办。

为切实打通金融服务“最后一公里”让客户尽可能享受服务便利,年纪偏大、行动不便的居民,可与兴业银行福州分行各营业网点工作人员联系,预约上门办理服务。

金融账户激活更多样

在金融应用方面,通过激活第三代社保卡加载的金融功能,可用于领取养老金、失业保险金和医疗费用的报销返还等,还可实现存取款、转账、

消费结算、智能账户理财等普通借记卡所具备的各类金融应用。

第三代社保卡同样具备金融账户功能,持卡人可直接前往对应银行



办理卡片激活,个人携带有效身份证件、社保卡到兴业银行福州分行就近的服务网点办理社保卡,同步激活金融账户,享一站式快速便捷服务体验。

如果无法前往网点激活,兴业银行福州分行还提供线上激活便捷式服务,只要扫描线上申请二维码或访问兴业银行手机银行APP社保卡服务专区即可申请办理。用人单位还可为单位职工,批量申请激活金融账户。

养老金领取资格认证 指定合作服务银行

兴业银行福州分行作为福建省社会保险中心指定的养老金领取资格认证服务合作银行,为方便广大离退休职工,全辖服务网点均可提供养老金领取资格认证服务,资格认证流程仅需三分钟。

参保用户只需携带身份证前往就近网点,在“家门口”就可轻松、便捷办理养老金领取资格认证。