

### 长治市深化基础教育改革十大行动重点

#### 一、扩大公办和普惠性幼儿园供给

- 1 确保城镇住宅小区配建幼儿园**  
新建和奖补普惠性幼儿园
- 2 专项整治幼儿园“小学化”**

全市新(改、扩)建13所公办幼儿园,11月底前主体完工;通过购买服务、综合奖补、减免租金、教研指导、教师培训等方式,8月底前认定扶持30所普惠性民办幼儿园,确保年底公办园在园幼儿占比由64.1%扩大到66%。普惠性幼儿园覆盖率由75%增加到82%。

#### 二、深化教学改革

**课堂教学改革**：推行启发式、讨论式、探究式等教学方式,2019年6月底前全市选择60所学校开展试点,年底拓展到300所。

**强化体育锻炼**：确保每天开展不少于1小时的大课间活动,各做1次眼保健操与体育锻炼课程小学一、二年级每周4课时,三至六年级和初中每周3课时,高中每周2课时,严禁挤占,保证每名小学生至少掌握1项运动技能。

**增加实践教学**：开展每年一周的生产实习、创新创业、研学旅行等实践活动启用学生综合实践基地,开展每生每年一周的生产实习、创新创业、研学旅行等实践活动。

#### 三、减少学生负担

- 1.减少学生家庭作业,小学一、二年级不布置书面家庭作业,三至六年级家庭作业不超过60分钟,初中家庭作业不超过90分钟,高中也要合理安排作业时间。
- 2.严格控制考试频次,考试考核实行等级评价。
- 3.整治校外培训机构,严禁校外培训机构聘用在职教师,一经发现吊销办学许可证,严禁在职教师参与校外培训,一经发现由所在学校予以解聘。
- 4.开展课后延时服务,实行双休日开放1天、寒暑假开放1周、暑假开放3周的免费校内课后服务。

#### 四、举办艺术特长生高中

在七中、市八中、市十中、市十六中、市十七中、女子三中设立艺术特长生招生试点,市教育局组建专家评审团队,对全市正规艺术培训机构进行考核,建立校外培训机构服务跟踪机制,采取分年度综合评价办法,每年淘汰入校培训机构专业最后一名。

#### 五、禁止带手机进校园

对学生携带手机进校园行为进行记录并纳入学生综合素质评价档案,为满足学生必要的通讯联络需求,我市已开发智能电子学生证,具有定向通话、家校互联、门禁管理、日常考勤、图书借阅等功能,在潞州区和上党区试点成功,全市中小学校在学生、家长自愿基础上配备使用。

#### 六、加强中小学思政工作

千人以上学校设立党组织专职副书记,以党的建设统领思政工作,成立学校思政工作领导小组,统筹推进思政工作,配备思政教师,开设网络思政课堂。

#### 七、改革中考招生评价标准

在总成绩中,体育分值在现行50分的基础上增加到70,增设学生综合素质评价,把公民素养、学习能力、身体素质、艺术素养、创新实践等五个维度作为评价主要内容,分值50分,其中身体素质占20分,把裸眼视力和体育作为主要评价指标。

#### 八、推行校长职级制

##### 一、取消校长行政级别

实行职级管理,设立特级、高级、中级、初级四个职级,每个职级设三个等级。

##### 二、实行校长聘任制

校长由同级教育主管部门(党委)选拔,教育行政部门聘任,每个聘期5年,党内职务由同级教育主管部门党委(党组)任命。

#### 九、实行教师县管校聘

理顺教师管理机制,建立编制部门控制编制总量

完善乡村教师激励,有编即补、退补相抵

改革教师评价标准,建立“四有”好老师评价体系

健全教师退出机制,经教育行政部门审批同意提前退休

#### 十、提高教师待遇

- ★ **提高工资待遇**：全面推行中小学教师绩效工资10%—20%绩效工资的政策,班主任津贴按照每班每月不低于500元标准纳入各级财政预算。
- ★ **关爱乡村教师**：落实并逐年提高乡村教师特别是边远地区教师生活补贴标准。
- ★ **用好长治市教育发展基金**：广泛吸收社会资本,扩大基金规模,用于奖励优秀教师、帮扶生活困难教师。
- ★ **增加社会福利**：在二甲以上公立医院设立教师门诊挂号窗口,实行全市城乡公交和旅游景区凭教师工作证向免费开放政策。

来源：长治市教育局  
制作：长治日报融媒体中心

## 专家教你怎样给垃圾分类：分三类 有个小技巧

中国网：近日,中共中央总书记、国家主席、中央军委主席习近平对垃圾分类工作作出重要指示。习近平强调,实行垃圾分类,关系广大人民群众生活环境,关系节约使用资源,也是社会文明水平的一个重要体现。要更好地理解习近平总书记的指示,就要充分地我国垃圾分类以及垃圾处理的相关情况。为此,《中国访谈》特别邀请到清华大学环境学院刘建国教授,向各位网友介绍垃圾分类的相关知识。专家教你怎样给垃圾分类:分三类,有个小技巧。

中国网：想请您给大家科普一下,作为个人,垃圾分类应该怎么做呢?

刘建国：垃圾分类大家有时候觉得难,其实垃圾分类真不难,真就是举手之劳的事。我们日常生活当中,虽然垃圾的种类那么多,但是你想,你每天产生的不也就那些东西吗?产生了一部分,比如你喝了矿泉水,订了快递,纸箱子、那些矿泉水瓶,这些显然是属于可回收的,这些东西你把它单独放一个地方。你有一个快递的纸箱子,本身就可以把它做成一个容器,当中你可以放塑料瓶、易拉罐。你有杂志、报纸,这样的一些东西都可以把它放在里面。如果你愿意——因为现在还存这样一个系统,废品回收的系统,你愿意去把它卖了,你就把它卖了。你不愿意卖——现在很多年轻人也没有这方面的习惯,你就把它拿下去放到那里。比如说,有的地方现在已经有了可回收垃圾的垃圾桶,你把它放到垃圾桶里,有的地方没有,你把纸箱子放在垃圾桶边上,很快就有人把这些东西捡走了。这个不会占用多少时间。

另外一个,可能就是剩菜剩饭,我们每天产生的厨余垃圾。这些东西比较简单,单独用一个塑料袋,或者有个塑料袋套个塑料袋,你把这些东西往里面一倒,也不会带来什么麻烦。下去的时候,把塑料袋一拎,我的做法是把塑料袋拎下去,往厨余垃圾桶里面——把桶盖打开,把这个往里面一倒,然后把把这个袋子扔到垃圾桶当中去。

家里面除了这两类以外,剩下的就是其他垃圾,主要是其他垃圾。平时偶尔会有一些废电池,比如说可能有一些过期的药品、杀虫剂,这样的一些东西属于有害垃圾,这个因为产品量非常少,你只是偶尔产生,这些东西也是可以存储的,你在家里面放一段时间,差不多一年,这些东西扔两三次了不起了,也不会耽误你什么时间。最重要的是大家的一个意识,你要有这个意识,会形成一个习惯,很简单。无非是家里面多摆一个垃圾桶,不会给我们带来其他多大的麻烦。

有的人当然很纠结:垃圾这么多,我不知道到底这些属于什么。我觉得不用纠结,这里面告诉大家一个法宝,明确知道是什么,属于哪类垃圾的,你把它按照哪类垃圾去分。

矿泉水瓶子,大家都知道是可回收的;纸箱子、纸壳,这些大家都知道是可回收的,这些东西没有问题。厨余垃圾,也知道是厨余垃圾。你如果不知道属于哪类垃圾,就按照其他垃圾对待。

我们要确保分出来的可回收物、厨余垃圾、有害垃圾,这些当中不夹杂其他的东西,它的纯度是高的,品质是高的。这种其他垃圾当中本来就可以什么都有,任何国家都是这样,没有必要纠结这个东西,到底是属于哪类垃圾,明确知道是什么,就把它按照我们的类别区分,不知道的就可以按照其他垃圾来分。

实际上比较简单,这就是一个习惯问题。我个人从2006年到现在已经十几年了,都是坚持这么做的,我也不管楼下垃圾桶是不是分类的,我先尽到我自己



的责任。至少我把可回收的这一部分单独放在一个地方,不会出现交叉污染,没有被其他的东西污染,它的品质高一些。我至少也给人家捡垃圾的、收废品的提供了一个方便。他拿到这个东西更容易,不会从当中翻,品质也更高了,没有受到污染。我也养成了一个良好的习惯,就给我们家小孩做了一个良好的示范,小孩自然而然也就跟着大人养成一个良好的习惯。

虽然在这一点上,我们现在经常在讲要从娃娃抓起,其实从娃娃抓起没有错,但是大人要做到。如果大人做不到,光让娃娃做,最后的结果,娃娃长大了以后,又变成了大人现在这个样子。再寄希望于娃娃,这件事情就永远没变了。

所以要垃圾分类,只要你愿意去做,我觉得就是举手之劳,虽然是举手之劳,但是意义重大,确实是折射出我们个人跟社会的一个文明程度。

中国网：刚才我听到一个细节,厨余垃圾并不是把装有厨余垃圾的袋子直接扔到桶里面的,是要倒进去以后,把袋子再放到其他垃圾的垃圾桶里面。

刘建国：正确投放的方式应该就是厨余垃圾当中只能有厨余垃圾,因为你把塑料袋放进去的话,后面要么还得人再把这个塑料袋从当中拿出来,要么就是机器把它拿出来。人拿的话,大家可能也看到,这种工作的条件是比较恶劣的,因为那些东西毕竟有味道,会腐烂降解,你要再集中起来靠人把这些东西拿出来,工作条件是非常恶劣的。第二是靠机器,机器破袋,然后机器一破袋,势必在厨余垃圾当中夹杂很多的塑料碎片,这样又降低了厨余垃圾的纯度。比如说像这些东西,我要去追肥,结果当中加了很多塑料,现在大家还特别担心微塑料的问题,那些东西就降低了产品的品质。本来市场就不大,你把这些东西加进去,更加让它没有市场。

所以大家不要嫌麻烦,其实也很简单,无非是你一踩,然后把厨余垃圾往里面一倒,把塑料袋往旁边的其他垃圾桶一扔,这样就保证了厨余垃圾就是厨余垃圾,当中不含其他的东西。这也算是一个小的提醒,一个技巧。

## 太焦高铁连接线全线推进建设正酣

连接线与潞泽河道立交桥梁建设

连接线与省道南流河立交桥梁建设

连接线漳河道至北寺上段

在县委县政府的高度重视下,我县太焦高铁连接线工程全线动工建设。连接线全长17.1公里,项目总投资约6.5亿元,全部为新建工程。全线途经范营、倪村、河泉、南王、下曲峪、上曲峪、蒲池沟、中陈,终点到达迎春村东北。全线采用一级公路标准建设,设计行车速度80公里/小时,路基宽度30米,桥梁荷载等级为公路I级标准。现已完成了全线征地拆迁摸底和土地预审工作,全线分为11个工区,全力推进。

秦超 李建军摄

### 农事百科

## 蔬菜小型虫害防治

菜农最头疼的问题除了蔬菜死苗烂根外,就属虫害了,尤其是特难治的小型害虫,成了一大难题!为什么这些小虫如此难治,还容易产生抗性呢?由于这类害虫个体微小、繁殖代数多(20天/代)、种群数量大、世代重叠严重、部分还有孤雌生殖现象、活动隐蔽、寄主植物广等特点,严重影响作物的品质和产量,给作物造成极大的危害。

那么这些难治的小虫都有哪些呢?这些小虫都是大家再熟悉不过的了,如烟粉虱、蚜虫、蓟马、害蚜、斑潜蝇和跳甲等。下面来详细介绍这些小虫并讲解其防治方法:

#### 一、烟粉虱

可危害黄瓜、番茄和甜椒。以成、若虫吸食植株汁液,被害植株叶片褪绿变黄,萎焉甚至死亡,影响正常生长。同时分泌大量蜜露,诱发煤污,影响光合作用,此外,烟粉虱也能传播病毒。该虫发生繁殖速度快,世代重叠,成虫随着植株的生长不断在顶部嫩叶产卵,温室内可周年发生。

**防治方法**

- 1、农业防治:选用抗虫或耐虫品种;培育无虫壮苗;清除残株杂草,消灭虫源和过渡寄主。
- 2、物理防治:黄板诱杀。烟粉虱对黄色有强烈趋性,可在温室内设置黄板(涂上一层黏油)诱杀成虫。黄板与植株上部叶片等高,每亩均匀悬挂20片左右。
- 3、药剂防治:应选用25%吡虫啉、70%吡虫啉或5%啉虫脲配以速效性功夫,每7-10天喷药一次,均匀喷雾处理;烟粉虱主要聚集叶背危害,所以植株叶背为重点施药部位;要注意不同类型、不同作用机理的农药间轮换用药。

(未完待续)

### 健康常识

## 夏天多吃七种素食能帮助清理血液垃圾

现在血管问题成为很多人心中的一大烦恼。血斑、血脂高都是血液垃圾所造成的。只有清理血液里的垃圾,才能让血液活起来,保持良好的新陈代谢。想要清理血液垃圾,就一定要多吃以下7种素食。

- 1、黑豆。黑豆能让人的头发变黑,有升血帮助血液循环,调节肠胃功能等作用。黑豆中含有大量的花青素,这种物质对于血液有良好的保健作用,而且非常容易被人体所吸收,营养功效更不可被小看。夏天吃黑豆还容易补肾强肾,解表清热,补虚黑发。
- 2、卷心菜。卷心菜对于血液健康有极大的作用。它含有大量的维生素和膳食纤维,还具有强抗氧化活性的物质。可以有效地保护血管黏膜,让血管更加坚固有弹性,加速血液循环,保护黏膜细胞。对胃溃疡和胃炎有良好的防治作用。
- 3、青椒。青椒有防止血液凝固的作用,它含有丰富的维生素、叶绿素,可以有效地清除血液中含有的毒素。其中的一些营养素与油脂结合时,更容易被人体所吸收。
- 4、猕猴桃。猕猴桃有让血管柔韧的功效,它含有丰富的维生素C,是合成骨胶必不可少的原料。同时它也具有调节血压的作用,可以治疗食欲不振、改善睡眠质量,以及痔疮等症状。夏天将猕猴桃榨成果汁更有清热解暑的作用。
- 5、海带。海带能促进血液有害物质的排出,这是因为海带中含有丰富的碘元素,可以防止人体缺碘,促进新陈代谢。经常食用海带还具有减肥的作用。
- 6、芹菜。芹菜能维持血压稳定,这是因为芹菜中含有钾元素和芹菜素。在夏天可以用来凉拌,是一种简单的降压食品。
- 7、冬瓜。在夏天吃冬瓜可以有效地分解体内脂肪,有清热化痰,消肿利尿的作用。

肖冰