

胡朝霞荣膺“最美人物”



胡朝霞

昨天，由中宣部、中央文明办主办的全国岗位学雷锋“最美人物”发布仪式在北京举行，来自全国各行各业的10名“最美人物”参加。宁波市公安局北仑分局出入境管理大队大队长胡朝霞获此殊荣。她也是全国公安系统中唯一入选人物。

通讯员 王岑 记者 石承承

在北仑交警大队车管所窗口工作期间，胡朝霞发现一些司机由于疏忽，经常会忘记车辆年检、年审时间，有的直到出了交通事故，才发现驾驶证已过期，直接影响保险赔付。她便利用休息时间，通过人工搜索，在数据库里一条条找，然后一个个电话打过去。

原北仑交警大队车管所所长胡贤波曾这么评价胡朝霞：“无论什么业务问题，如果她回答不出，那别人也肯定不知道。”

在调任北仑分局出入境管理大队后，为尽快适应岗位需要，胡朝霞起早贪黑学习业务知识，不懂就翻书、问专家，很快就在同事中赢得了“出入境活字典”的称号。

为方便群众查询，胡朝霞通过网络、窗口等渠道，把个人电话号码向全社会公开，成了出入境的“24小时预约服务热线”。短短一个上午接听二三十个电话，一天要给手机充三四次电，对她来说已经成为一种常态。同时，她还和宁波市81890指挥中心北仑分中心合作，率先在全市范围开通“境E通”热线，解答群众来电咨询。

“那段日子，胡朝霞经常带民警来商讨合作方案。有时，针对一些细节一商量就是几个小时，直到拿出完美的解决办法为止。”宁波市81890指挥中心北仑分中心工作人员王丹静说。

为做好“外管”业务，原本对智能手机不熟悉的胡朝霞还建立了“外管联络”微信群，及时了解常驻北仑的外国人的办证需求，并在宁波全市范围首先推出外国人签证到期提醒业务。

工作之余，胡朝霞还将一名4岁弃婴抚养成人、就业，并带着她一起去帮助更需要帮助的人；面对素不相识的肌无力患者，她悉心照料，默默陪他走过生命低谷；她还成立爱心团队，为贵州贫困山区的75名贫困学子捐资助学，被称为“爱心妈妈”。

从警27年，无论是在哪个工作岗位上，胡朝霞一直都在用实际行动践行雷锋精神。凭借过硬的业务素质和强烈的事业心，她先后荣获全国最美“基层干部”、全国公安机关“爱民模范”、全国优秀人民警察、浙江省“劳动模范”、浙江省优秀人民警察等多项荣誉。

“雷锋精神伴我走过少年，走过青春，并将指引我未来的路。”胡朝霞表示，雷锋精神就是全心全意为人民服务，作为警察，她会把这种精神融入到岗位和生活中。

明年体育中考选测项目增加足球运球

商报讯（记者 李臻 通讯员 陆灵刚）昨日，市教育局向社会公布《2016届宁波市初中毕业学生升学体育考试实施方案》。根据《方案》，今年我市体育中考项目、分值和去年一样。市教育考试院将于3月11日在江东区曙光中学举行选测项目抽签仪式，确定今年城区体育中考的3个选测项目。

《方案》还对2017年体育中考有关项目调整作了预告。为进一步推动我市校园足球的发展，2017年体育中考选测项目中将增加足球运球项目。足球运球项目无需通过抽签，直接进入当年选测项目的范畴。考生可从足球运球和抽签产生的测试项目中，自主选择1项或2项进行测试。

怎样进行足球运球考试呢？根据有关规定，考生站在起点线后准备，发令后，考生运球向前，依次绕杆；球通过最后一个标志杆后，考生至少触球一次，再运球通过终点线；人与球均越过终点线后，计时停止。以秒为单位记录测试成绩，精确到小数点后1位（0.1秒），小数点后第2位数非“0”时进1。考试犯规时，当次成绩无效。犯规行为包括：未从指定区域出发；出发时抢跑；手球；漏绕标志杆；碰倒标志杆；球过最后一个标志杆后；到达终点前，脚未触球；未按要求完成全程路线；测试期间，人或球出测试区域等。每人最多可测试2次，记录其中最好的一次有效成绩。

北仑区“红领之家”：服务不走过场



1236次活动，25000多个小时。每逢周末，“红领之家”笑容可掬地为就诊病人做引导；到福利院看望老人，捡垃圾、除杂草，劝阻不文明行为……做公益，早已成为“红领”志愿者们们的常态。

“红领之家”的核心成员都是党员。近年来，这支队伍一直是北仑乃至全宁波市的志愿服务明星团队。服务常态化，是这支队伍的最大特色。

参加活动要靠抢 六大服务常态化

2012年，以新碶街道为起点，北仑开始了一场带着鲜明党性底色的“红领”行动。区委组织部出台制度，每名入党积极分子成为预备党员，每名预备党员成为正式党员，必须在一年时间内参与志愿服务24小时以上。

“红领之家”的陈军浩在接受采访时说，“红领之家”始终坚持每月六日的志愿服务活动，先后推出了敬老日、导医日、护绿日、秀山日、清水日、亮城日六大块的常规活动，集中安排在每个周末，志愿者可以根据个人的兴趣和特点来有选择参加。每一期活动，提前一个星期在网上发布。

每个周末晚上，“红领之家”的志愿者们都会习惯性地守在电脑前，等着“红领之家”论坛的项目更新。晚上7时半，“红领之家”公布下周志愿服务项目的时间、参与人数、服务对象和具体场所，供大家选择报名。“一般一次活动就10个名额，每次都要抢。”陈军浩笑着说，大家参与的热情非常高，10分钟内热门的志愿项目就会被“秒杀”。

活动报名如此火爆，而志愿者们的工作却始终朴实而低调。2014年3月，为了配合“五水共治”中的河道清理活动，“红领之家”的成员们决定开展清水活动。陈军浩还记得第一次去北仑备碶村河道捞垃圾时，居民张大爷眼中的抵触和不满。“这帮人啊，又来作秀了，我看你们能坚持多久！”而随着一次次定期志愿活动的开展，张大爷眼中的冷漠渐渐散了，甚至会主动加入他们的工作，还拿出自家的工具帮志愿者修理网兜。“也正是因为这样常态化工作、接地气的志愿活动，才能让更多的老百姓理解我们、支持我们。”

帮助社区矫正人员重建自信

6年前，北仑启动社区矫正工作，但人手少、任务重、专业力量薄弱等问题一直难以破解。2014年8月，北仑开始特殊人群服务机制改革，以新碶街道为试点，引入社会组织参与社区矫正。

“让专业的人做专业的事。”这是陈军浩致力于社会矫正工作的初衷。在与政府签订的协议中，“红领之家”社会服务工作室需组织社区服刑人员开展每人每月两小时以上的法制学习教育活动和同等时长的社区服务活动。志愿者们还定期走访社区矫正人员，开展心理辅导、困难帮扶等，并建立个人档案，记录他们的活动情况及思想动态。

每天进步一点点，努力一点点，就会越来越好。为帮助社区矫正人员重建自信，“红领之家”组织社区矫正人员与志愿者共同进行公益活动，并统一通过网上报名，杜绝“标签化”，把他们隐身在志愿服务人员中，对他们有相应的量化考核，并有相应的积分奖励。这一举措激发了社区矫正人员参与公益活动的主动性，让社会矫正人员通过志愿服务的形式，更多地参与社会活动，对再次融入社会充满希望。

记者 施忆秋

“小蜗牛”为何变成了“小兔子”

400万字家长日记记录家校沟通的点点滴滴



家长通过家长日记与老师沟通。

在鄞州下应中心小学，有位名叫陈彩萍的语文老师，从2008年9月起做了一个“实验”：尝试着让一年级新生家长通过写日记，来唤起家长对孩子教育的重视，促进学校和家长的密切沟通。

几年下来，家长日记字数不少于400万字。而这段时间中，学生、家长和老师的关系发生着神奇的变化，她所希冀的家校沟通成效明显。

从嫌麻烦到积极参与

2008年9月，已从教20余年的陈老师又轮回到教一年级，“多年来我一直在想着怎样更好地进行家校联系，怎样更有效地和家长沟通，这次我就想试着用‘家长日记’的方式进行。”

一年级的孩子会写的字不多，但通过他们的口述，家长记录下来，同时家长还可以在日记上写些自己的感受、疑问等。

“当时全班40多名同学，有近一半是外来务工人员的子弟，很多家长的文化程度也不高。刚开始时，有的家长说工作忙，有的孩子是长辈抚养，的确有家长不理解、嫌麻烦的，也有家长不知道从何下笔。”陈老师所说。

但陈老师告诉家长，签个名也行，写一两句话也可以，比如写上“孩子今天身体不好”等，只要互相有所了解有联络就可以。

一段时间过去，积极参与家长日记的家长越来越多。随着孩子年级的提高，孩子自己动手写日记的也越来越多，但家长还是坚持参与其中，大家养成了习惯。

“小蜗牛”变成了“兔子”

从孩子和家长都对学习失去信心，到后来孩子奋起直追，直至考上心仪的初中，在峰峰的积极变化中，陈老师认为“家长日记”起到了很重要的作用。

这是峰峰妈妈在家长日记初期时写的話：“今天回来就先做作业，然后开始背《自选商场》。不知道怎么了，这篇课文不会背，总说太长了，我实在没有办法，就和他打了个比方，后来又和他谈了很多，他还是干着急没有信心，总说自己追不上别人。我急了，就说：‘你怎么会那么笨？’他回答说：‘我就是大笨蛋！我就是跟不上别人！’听了这些话，我心里酸酸的，我真的不知道该怎么办好……”

陈老师在日记中回复：家长很负责，慢慢来，一定会有进步的。“这个孩子在学校很沉默，做作业也拖拉，其实当时我也很头疼。但通过家长日记的沟通，我发现家长很负责，我们就一起鼓励孩子。家长会讲述一些遇到的问题，我也经常在下面留些辅导鼓励的方法。一来一往六年过去，可喜的是，这只‘小蜗牛’转变成了‘兔子’。”

一份珍贵的童年记忆

班里有个叫陈俊捷的同学，六年中和家长一起写了55本家长日记。“小时候是我帮着记，后来孩子养成了习惯，是我们一起记，这六年中的酸甜苦辣都真实地记录在这里。”陈俊捷妈妈说，“很多有趣的细节，幸亏当时记录下来。现在我们翻开日记本，这些趣事还历历在目。”

现在陈老师带的202班中，也有近三分之二的家长参与了家长日记活动。“我们家是谁有时间谁就和孩子一起记，变成了爸爸、妈妈和孩子三人一起记日记。我觉得通过这种方式，我们和孩子建立了更亲密的亲子关系。”陈芷萱的爸爸告诉记者，“虽然现在和老师沟通方式多了，但老师不可能一直盯着QQ、微信，遇到不紧急但重要的事情，我们就通过家长日记和老师沟通，这样非常好。”

“这是孩子们珍贵的成长足迹，也是对他们童年生活最好的礼物，是金钱买不到的财富！”陈老师所说。

记者 李臻 通讯员 薛丛川 汪方亮