

市区多所小学实行学生午睡制

趴桌睡、躺着睡各校方式各异

□记者 成良田 通讯员 池瑞辉

“中午不睡，下午崩溃。”入夏以后，随着气温升高，很多人都有这样的感觉。

进入6月后，宁波市实验小学、鄞州区望春小学等多所学校调整了学校作息时间，开始实行夏季午睡制，保证学生下午有饱满的精神。

每天同学们能午睡休息

“同学们，午睡时间到了，赶快回教室好好休息吧！”昨天中午11点50分，伴随着校园广播的提示，望春小学全体同学纷纷走进教室，开始午睡休息了。

昨天中午记者在望春小学看到，整个校园都安静了下来。教室里，同学们齐刷刷地趴在桌子上，安静地睡着。

为了防止着凉，有的还披上了从家里带来的外套。

望春小学老师方亚儿说，此前学校已向家长发放告家长书，说明午休的目的和必要性。考虑到趴在桌上对手臂有影响，让同学们准备一个小枕头保护。

“基本上每人都带了一个小枕头。本来想让孩子们一半睡地上，一半睡桌子上，但是后来考虑到桌上不安全，地上又太凉就放弃了。”方亚儿说。

为午休腾出时间，学校调整作息，把午间活动和下午的文体活动课时间并调在一起，共50分钟。每天中午，校园都会安静下来，学习了一上午的同学们很快进入梦乡。50分钟后，优美音乐响起，唤醒午睡的学生们。

睡垫、毯子、枕头等装备齐全

临近期末，各科复习越来越紧张，为了不让部分教师

增多学习的任务，利用中午时间加班加点，市实验小学规定，全校一到六年级的学生都实行午睡制。

和望春小学不同，市实验小学的同学们都是躺着午睡。

学校办公室主任沈晨芸说，为了让孩子们睡得更舒服，大家可以把桌子拼在一起睡，也可以在地上打地铺睡。而住在学校附近的也可以回家午睡。

睡在地上或桌上会不会着凉？

沈晨芸说，正是考虑到这个问题，家长们的应对方案是，给孩子们备好了各种睡垫、毯子、小枕头等，“垫子厚点的睡在地上，薄点的都睡到上去”。

市实验小学的午睡时间为12:10—13:20。每天中午吃完饭，老师和同学们就会把教室打扫干净。同学们或打地铺，或拼桌子，都能找到舒适的位置。

一年级刘同学说，在幼儿园时每天都会午睡，现在如果不午睡，下午会没精神，上课还会打瞌睡，午睡后精神好多了。

第二阶段黄标车限行本月起实施

昨天三辆车违规闯进限行区被警告



执法人员在世纪大道检查违反禁令标志的高污染黄标车和无标车。 徐佳伟 摄

□记者 周科娜 通讯员 陈晓众

本日起，宁波市区开始实施第二阶段黄标车、无标车限行措施。每天的7点到21点时间段，在限行区范围内，禁止高污染的黄标车和无标车通行。

昨天是端午节小长假后上班的第二天，交警部门和环保部门在世纪大道和通途路交叉口对黄标车和无标车的违章行为进行了现场执法。一上午的执法，共有3辆车闯入限行区域。

一上午三辆车闯入限行区域

第二阶段的限行针对的是高污染黄标车和无标车，即国0汽油车和国0、国I柴油车，无标车指未取得环保检验合格标志的汽车。这些车辆在上午7点至21点的时间段禁止驶入环城北路-新星路-机场路-鄞州大道-福庆南路-福庆北路-通途路-世纪大道等道路构成的封闭圈内（不包括环线道路）。

昨天选择的世纪大道和通途路的交叉口，正好位于封闭圈沿线。为了方便调取车辆环保标志信息，交警部

门还在点位上设置了电子探头，可以直接从电脑上查看车辆的相关信息。上午9:50，一辆车牌号为浙B97513的依维柯驶入封闭圈内，电脑屏幕显示该车辆为高污染黄标车。交警立即将车辆拦了下来，车主出示了车辆环保标志，环保标志上明确显示该车为国I车。此后又有两辆违反禁令标志的货车闯入了限行区。由于第二阶段限行措施刚实施，交警部门对这些违章车辆进行了警告。

违章车辆每天从600辆降至20辆

去年8月1日开始，宁波市区主要区域实行第一阶段黄标车和无标车限行并设置了4个月的劝导期，去年12月1日起，对违反规定的车辆正式执行处罚措施。第二阶段的限行措施也从今年6月1日起开始实施。

记者从交警部门获悉，交警部门通过电子警察对闯

入限行区的车辆进行抓拍。“今年4月起，我们用电子警察对高污染黄标车和无标车闯入限行区进行抓拍。从目前获取的监控数据看，市区已经从以往的每天600辆违章，降低至目前的20辆，成效较为明显，也降低了汽车尾气对环境的污染。”现场执法的交警告诉记者。

已淘汰黄标车1.2万余辆

为了鼓励黄标车提前淘汰，今年2月1日起，我市开始实施黄标车提前淘汰政府奖励补贴政策。

昨天，记者从市机动车排气污染防治管理中心获悉，截至今年5月31日，我市已淘汰黄标车12696辆。其中，市本级3364辆，镇海661辆，北仑1299辆，鄞州

2862辆，慈溪1530辆，余姚1327辆，奉化802辆，宁海437辆，象山414辆。

此外，我市五县（市）六区均已经划定了限行区，截至上月，全市限行区域共计370多平方公里。

特级教师带徒计划启动

160多名特级教师 结对培训近400名学员

□记者 成良田

本报讯 宁波市教育局日前启动“卓越工程”特级教师（名教师）带徒计划。效实中学校长周千红等170多名特级教师与近400名年轻教师结对，进行为期3年多的培训。

带徒计划涉及幼儿园、小学、初中、普高、中职等各段学校，与这些省级特级教师、宁波名师结对的学员，为经选拔产生的青年教师队伍建设“卓越工程”全体学员。结对采取一对一或者一对多形式。

按规定，导师将做好学员的指导工作，为每位学员制订个性化培养方案，每学期向学员开示范课不少于一节；学员每学期至少向导师上一节汇报课，并就至少一个课题在导师指导下开展研究，形成研究成果。

此外，培训要求理论与实践结合，所有学员每年集中进行2天培训，由市教育局人事处和教研室、职成教教研室、特级教师协会共同策划培训课程。

在带徒计划实施过程中，市教育局将对过程进行考核，包括每次带徒活动的参加情况及作业完成情况、各项学习成果等内容。在2017年暑期左右还将举行结业考核。学员考核结果将作为评选“卓越工程”优秀学员的重要依据。

据悉，“带徒计划”是我市青年教师培养“卓越工程”的子计划，与跨区域带徒工作项目资源共享。通过特级教师带徒集体活动和个性化指导，以期建设一支高素质青年教师队伍。

培养计划自2014年6月启动，至2017年9月结束。

海曙区启动 门牌补更工程

□记者 滕华 通讯员 毛一波 徐珂

本报讯 针对海曙区原有路街巷弄门牌丢失、损毁、腐坏等现象，作为群众路线教育实践活动的整改举措，海曙区民政局将启动“门牌补更工程”，预计投入100多万元，用三年的时间逐步实现辖区306条沿街沿路、住宅区门牌标志齐全、安装规范的总体要求，这是近年来规模最大的一次路牌补更工作。

据悉，此次门牌补更工作共分三个阶段，第一阶段从2014年5月至2015年6月，完成白云、西门、望春街道，共94条街路、40个社区的门牌补更工作；第二阶段从2015年10月至2017年3月。全面推进段塘、鼓楼、江夏、南门、月湖，共212条街路、36个社区的门牌补更工作；第三阶段从2017年4月至2017年6月，主要是分类补录门牌数据，分类制作门牌补更档案，完成门牌补更工作成果报告。

目前，海曙区民政局已选择白云街道的蓝天路为试点，全面摸清该路现有218个门牌数、对缺号、跳号、空号、一户多号以及自编号、自制门牌等情况，逐户上门登记造册，确定门牌补更数量51个，下一步将统一制作规范化的街路门牌，并由工作人员陪同，确定门牌安装位置，由专业安装队伍统一安装，确保门牌悬挂整齐、规范，定钉、粘贴牢固。