

做心态良好的优等考生 做优雅、情绪稳定的好家长

最后阶段如何备战中考高? 四名特级教师带来“锦囊”

距离高考、中考时间越来越近,考前最后阶段如何复习?5月27日,4名特级、正高级教师在华茂教育开讲,这是华茂教育“三大育四爱”系列公益升学讲座的又一场重磅活动。

现场,有初三和高三的学生单独前来听讲座的,也有家长陪着孩子一起来的,还有家长单独前来,他们把老师的PPT一页页拍下来,把现场讲的用视频录下来,打算带回去与孩子分享。



认真听讲的家长们。

1 回归课本,注重基础知识落实

“十年来,中考数学的高频考点都比较稳定。”

“中考科学和实际生活的联系非常紧密,学生可以梳理一下近一年与科学相关的事件。”

上午,浙江省初中数学特级教师、正高级教师、新浙教版教材核心作者潘小梅,浙江省初中科学特级教师、正高级教师、海曙区初中科学教研员朱红,为初三考生和部分家长分析了数学与科学近年来的中考情况,并给出了复习建议。

潘小梅老师介绍,宁波的数学中考一向比较重视数学知识在现实生活中的运用,这一类型的题目

已连续考了三年。这些试题的难度并不很大,它考验的是学生的阅读理解能力和将现实问题转化为数学问题的能力。

朱红老师则根据科学的学科特点,分享了考前复习的策略。她表示,中考科学的命题内容和实际生活的关联度很高。因此,学生可以收集从去年7月到今年6月之间与科学相关的各类事件。“比如今年的土耳其地震这类事件,可以提前了解一下。”朱红提醒各位学生,最后一两周,要把6册书本都翻一遍,侧重于书上的实验、活动和插图的部分。

2 关注核心价值和学科素养

下午,浙江省高中语文特级教师、正高级教师任富强带来了《最后十天,我们能做些什么?》的分享,他谈了语文新高考阅读、写作的考测重点和最后阶段的复习建议。浙江省高中历史特级教师、正高级教师赵寅芬则带来了《整合融通,精准梳理》的分享,她讲的是高三历史选考冲刺复习的方向与方法。

两名老师同样告诉学生,最后十天,回归教材,整合融通的重要性。

“高考考纲没有了,那么高考考什么呢?八个字,核心价值,学科素养。”任老师一开场,就吸引了大家的注意力。他接着分析,学科素养又可以归纳为八个字:必备知识、关键能力。

任老师通过大量例题分析了三个复习要点:梳理价值体系、必备知识体系化和关键能力结构化。他分析,当代青年的时代担当是高考全国卷作文命题的关键词,这一思想的来源要依托课本,适当拓展。任老师还以“本手、妙手、俗手”这一高考作文题为例,详细讲解了从审题、拟题、确立分论点,到证明及段落构成的思路及方法建议。

赵老师则通过部分学生的困惑引起了大家的共鸣。“教材翻来翻去,老师讲来讲去,知识好像都知道。考试考来考去,试卷析来析去,成绩就是没提高。”这是部分学生的困惑。对此,赵老师进行追问并分析了几个原因。

原因之一是学生考试要求并没有想象中的那么明白;原因二是对教材并没有想象中的那么熟悉。围绕这几方面,赵老师分析了高考的考试要求,以及如何回归教材做好最后的复习。

赵老师特别强调了要加强概括材料能力的训练。2023年1月的高考首考历史卷,非选择题三道大题共51分,概括材料的分值达到了39分,选择题也有多道题目体现了对学生材料分析能力的考查。

最后,赵老师还从情绪上建议考生要做个心态良好的优等考生,家长要做个优雅、情绪稳定的好家长。温暖地笑、耐心地倾听以及积极的语言、稳定的情绪、平和的心态,是家长在考前应该送给孩子的五件暖心礼物。

记者 王伟 林桦 文/摄

太有意义了! 这场活动让他们绽放出难得的笑容

“来,大家跟着我一起慢慢抬手,摇摇起来,听听这美妙的音乐声……”5月23日下午,一场认知症好朋友分享会在宁波凯健夏映苑展开,定向邀请了近20位长者参加活动。活动时长45分钟,主要以“音乐照护”为内容,分成“相见欢”“时光隧道”等多个环节,让长者们主动融入其中。

“音乐照护”是引进日本的养老先进技术,将音乐治疗与肢体锻炼相结合的新型照护模式,是一种充满童趣的怀旧疗法。本次活动特邀来自宁波卫生职业技术学院老年保健与管理专业的林婉玉博士作为组织嘉宾,带领志愿者和工作人员,一对一引导长者用手上的乐器完成了一场“合奏”。

活动过程中,有一位奶奶拍拍她瘫痪的左臂摇摇头,林婉玉马上蹲下身来安慰:“奶奶,你是健康的,你看你的右手非常灵活,很多事都可以用右手代替。”奶奶若有所思地微笑着点点头,志愿者也伸出她的左手与奶奶的右手配合完成演奏。还有一位80岁的爷爷刚开始坐在轮椅上板着脸,一直都没什么表情,直到活动结束后才绽放出笑容。

听护工介绍,这些长者不少都是因疾病导致身体发生变化,心情也自

然都变得郁郁寡欢。住进凯健夏映苑后,在专业人员的精心照料下,长者们的心态慢慢变得乐观。“通过这次活动也跟林博士学习了不少‘音乐照护’的方法,以后可以多给长者们带来欢乐体验。”

据凯健夏映苑院长程鹏介绍,由于认知症患者经常接受分散化和不协调的照护,无法很好地满足他们的需求,这会给家庭照料带来很大的困难。所以在认知症的诊断和治疗方面,特别是在获得服务、疾病管理以及沟通和协调方面,都需要作出改进。

为此,设立凯健夏映苑认知症照护专区迫在眉睫。作为2023年浙江省政府民生工程项目,该照护区专门针对中、重度认知症老人提供专业的照护服务,同时开展各种针对性的日常活动,包括多感官刺激活动、音乐欣赏活动、追忆往事活动、园艺种植活动、健康运动等,减缓认知症老人的病情加重,提高认知症老人的日常生活能力和社会活动参与度。

认知症照护区将于6月份开放投入运营,现已开启参观、预订,床位有限,先到先得,有需求的读者可拨打热线电话咨询。

地址:宁波市鄞州区潘火街道下应北路282号
电话:0574-83060000

宁波今年第二批集中土拍结果出炉 8宗市区宅地,封顶4宗,成交总金额约52.2亿元

宁波2023年第二批出让的共8宗市区宅地,最终出让结果刚刚全部出炉。这批宅地成交总金额约52.2亿元。3宗商品住宅用地(含商住混合用地)中,海曙原南门旧货市场地块、江北庄桥天鑫未来社区地块,均被拍至封顶价,最终入围线下摇号环节的

房企分别为20家、4家;镇海庄市光明新村西侧地块,则以底价成交。

另有一宗鄞州江万府北侧的保障性租赁住房用地和一宗洪塘下沈村的保障性安居住房用地,也被拍至封顶价,入围线下摇号房企分别为2家、16家。详细地块信息、成交信息如下:

区域	大致位置	地块名称	土地用途	计容建面(m ²)	成交楼面价(元/m ²)	竞得方	溢价率
鄞州区	江南路与桑田路交叉口,江万府北	鄞州区JD08-G3-1-C1地块	保障性租赁住房	7012.8	5219	上海锦器钢材	14.38%
		鄞州区YZ09-04-j1地块		28412	2344	宁波城投	0
江北区	洪塘,下沈村	江北区JB14-01-34、37地块		162000	3058	海运建设	15%
镇海区	庄市老街南	镇海区ZH06-03-45-01地块	保障性安居住房	105500	2740	镇海海江投资	0
奉化区	西坞	奉化区FH33-02-05地块		25272	1378	奉化投资	5%

区域	大致位置	地块名称	土地用途	计容建面(m ²)	成交楼面价(元/m ²)	毛坯限价(元/m ²)	竞得方	溢价率
镇海区	原南门旧货市场	镇海区HS16-02-32a地块	纯宅地	88800	19986	34300	浙江建投置业	15%
江北区	庄桥,天鑫未来社区	江北区JB12-02-02地块	纯宅地	30000	13419	27900	扬州华景置业	15%
镇海区	庄市,光明新村西侧	镇海区XCL03-01-02地块	纯宅地	76000	9000	22600	镇海城市更新&镇海海江投资	0

记者 施文 通讯员 向琰