

备战高考 我们陪你冲刺！

本报邀请名校名师为高三学子在线答疑

近期,各省市区教育局(局)宣布:开学时间继续延迟,高考时间则会根据疫情再研究,暂时没有定论。高考倒计时所剩无几,正常的复习节奏被打乱,2020届高中生有点慌。

来,让我们陪你来冲刺!3月8日上午9:00-11:00,本报邀请我市多所名校的资深学科老师为高三学子在线答疑。

如何提高网课效率?如何舒缓居家学习压力?如何进行各门学科具体的知识梳理?如何才能让高中生尽快回归正常的学习节奏,保持对高考考点、重难点的把控,保证在家期间让语文、数学、英语成绩保持稳定?

如果你有这些困惑,欢迎前来咨询,也欢迎家长和高中学生来“围观”提问。

在线直播咨询平台为甬上APP,请家长和学生下载并安装客户端。活动当日点击首页轮播图即可进入互动活动。为方便网友提问及留言,我们特别建立“2020备战高考”微信群,有需要的学生及家长可扫码入群,预留问题。互动答疑结束后,记者也将把全部问题整理,分享在微信群里。

记者 李臻



甬上APP



备战高考微信群



马雅玲

宁波效实中学语文教师,硕士研究生学历,多年担任班主任,多年任教高三语文,白杨校区高一年级年级组长。主持的课题《师生共同阅读策略研究——以〈万历十五年〉为例》在宁波市基础教育教研课题优秀成果评比中荣获三等奖,曾参与编写《高中语文学科学习任务群教学设计——任务四跨媒介阅读与交流》《相约经典 走进名著(中国现当代卷)》《走进亿教亿学 语文新高一衔接教材》等,多次获得“语文报杯”“叶圣陶杯”全国中学生作文大赛写作指导特等奖、一等奖。



周海军

高级教师,宁波市名师,现为镇海中学数学教研组长,曾获得浙江省教坛新秀,宁波市劳动模范,宁波市优秀教研组长等荣誉称号。自镇海中学任教以来,先后担任跨区班,创新实验班的班主任,数学竞赛辅导教师,辅导学生有多人进入国家集训队,有10多人获中国数学奥林匹克金银牌,多次获得全国高中数学联赛优秀教练员称号。



张海娣

毕业于浙江大学英语语言文学专业,现任宁波中学高三外语组备课组长。执教16年,曾获第十届宁波市教坛新秀城区一等奖,“一师一优课”省级优质课。在外语教学上,尤其擅长写作教学。

特级教师给出“锦囊妙计” 助力高三学子提高学习效率

新冠肺炎疫情之下,学校推迟开学时间,高三学生“停课不停学”的居家学习状态也持续了一阵时间。一个人在家缺少老师的引导与督促,又有许多自由支配时间,同学们一时不知所措。

高三学生在家利用网络平台学习的最大问题是效率不高。昨天,记者特邀象山中学党委书记、特级教师俞炯志,谈一谈高三学生如何提高居家备考学习效率。

1. 认识到居家学习的重要性

这次假期是我们高考前最后一次可以相对自由的支配时间,同学们一定要静下心来,把自己的全部精力都投入到学习中去,暂时抛弃上网打游戏、聊天,看网络小说、电视连续剧等爱好,坚信一份投入就有一份收获。离高考已不足100天,只有不断坚持,一切就皆有可能。

2. 结合学校安排,制订学习计划

学习计划越具体越好,要落实到每一天的每一个时间段应该做哪个具体任务,而且每天对计划的实施情况要作评价和反思。假期里绝对不能养成睡懒觉、作业随意、书写潦草等不良习惯。

对于英语和七选三学科,要认真做好以下三方面工作。首先,结合自己的

基础和一月份高考选考的成绩,与父母、老师商讨确定要继续学习的学科,一旦决定,不要轻易改变;其次,针对一月份高考选考成绩单中的层级水平,确定下阶段该学科复习的重点;再次,认真反思一月份高考选考前备考的得失,为六月份高考选考做好准备。

3. 语文数学是六月份高考重点

居家补缺的措施主要有下面四条:第一,系统梳理基础知识、整理以往做过的试卷和作业,反思错误的原因;

第二,针对自己薄弱点,在“国家中小学网络云平台”、“之江汇”和“甬上云校”等平台上学习相应的课程和资料;

第三,通过班级微信群、QQ等手段请教老师和同学;

第四,坚持做限时训练。

4. 保养好身体,调整好心情

高考不仅是智力上的竞争,更是体力和心理上的博弈,趁这次在家的机会,要吃好、睡好、休息好,并适当进行身体锻炼。假如出现心理波动,产生焦虑情绪,要及时与父母和老师交流,求得他们的帮助。同时,尽可能参加力所能及的家务劳动或社区公益活动。

记者 马亭亭

杭州点0571-88732799 地址杭州丰岭路 广告	台州成钻五金有限公司遗失法人章一枚(法人名:林芳芳),声明作废。 杭州连昌信息技术有限公司遗失2018年8月至2019年10月账本声明作废。 台州市椒江鸿飞汽车配件店遗失台州市椒江区市场监督管理局2019年02月21日核发的营业执照正副本,统一社会信用代码92331002MA2DTNT75X,声明作废。 遗失声明 厉雪艳遗失浙江万国汽车有限公司履约保证金协议书一份,车架号LVSHJCAL3JE795143,金额¥2000(贰仟圆整),特此声明作废! 杭州大厦旅行社遗失财务专用章,及法人章(法人:张玲中)一枚,声明作废。	徐如芳遗失浙江万恒汽车有限公司履约保证金协议1份,编号0000709,金额6900元,声明作废。 杭州鱼京物联网科技有限公司财务章作废,特此公告。 嘉兴经开万达广场商业管理有限公司遗失负一楼商铺B1063沪城阿婆陈翠龙收据1份,收据编码0001421,声明作废。 遗失声明 李炯炯遗失浙江万国汽车有限公司汽车销售及服务协议书一份(编号0011194),特此声明作废! 孙飞杨遗失汽车合格证,证号:WCD04LK00111446,遗失太平洋保单,保单号:AHAZ15CTP20B00107U,遗失汽车发票,票号:02742133,声明作废。 华凯保险销售股份有限公司萧山临浦营业部注销公告:本公司董事会已决定解散本公司,请债权人自接到本公司书面通知书之日起三十日内,未接到通知书的自本公告之日起四十五日内,向公司清算组申报债权登记,逾期不申报的视为没有提出要求。	杭州秦歌科技有限公司减资公告 经本公司出资人决定:本公司认缴出资从10000万元减至5000万元。请债权人自接到本公司书面通知书之日起三十日内,未接到通知书的自本公告之日起四十五日内,有权要求本公司清偿债务或者提供相应的担保,逾期不提出的视为其没有提出要求。 杭州秦歌科技有限公司 浙江喜望实业有限公司减资公告 经本公司股东会(出资人)决议决定:本公司注册资本从伍亿元减至壹仟万元。请债权人自接到本公司书面通知书之日起三十日内,未接到通知书的自本公告之日起四十五日内,有权要求本公司清偿债务或者提供相应的担保,逾期不提出的视为其没有提出要求。 特此公告 杭州润上品牌管理有限公司注销清算公告 本公司股东会(出资人)已决议解散本公司,请债权人自接到本公司书面通知书之日起三十日内,未接到通知书的自本公告之日起四十五日内,向公司清算组申报债权登记,逾期不申报的视为其没有提出要求。

兴业银行宁波分行助力外贸企业复工复产

作为全国外贸十强城市之一,宁波外贸企业的地位举足轻重。为有力推动疫情防控期间外贸企业复工复产,兴业银行宁波分行主动服务、开通绿色通道,方便企业、让利企业。

宁波CHZ公司为一家专业生产黄铜合金产品的绿色循环经济企业,同时是宁波市制造业百强企业。受新冠肺炎疫情影响,其下游客户停工停产,下游回款未能及时收回,但国外客户的货款支付时间即将到期。兴业银行宁波分行在了解到这一情况后,第一时间联系客户,积极协调提

供帮助,开通绿色通道快速为其办理了240万美元的进口贸易融资,用于支付境外客户的货款。

“考虑到疫情期间该企业资金回流缓慢、现金流压力大,在原有融资成本的基础上,此笔融资业务下调了21BP,切实帮助企业缓解资金困难”该行相关负责人表示。

宁波某化工企业为橡胶和塑料制品进出口企业,急需支付一笔273.18万美元货款到台湾某公司,但受疫情影响企业关单信息未录入货物贸易监测系统,无法

进行货款支付,但如未按时支付将承担违约责任。兴业银行宁波分行得知后,立即启动应急绿色通道,在审核相关合同发票关单信息一致后,先行予以支付,后期及时追踪关单信息并完成检验手续,同时提醒客户可通过网上银行先行缴付关税。

疫情期间,减少人员聚集是助力疫情防控的重要举措,兴业银行本着“非急需不现场”、“网上办不见面”的原则,依托“兴业单证通”和“单一窗口”等跨境业务线上渠道,搭建线上化绿色通道,坚持第一时间办理与防疫相关的跨境汇款、资金

交易、头寸清算等业务。除日常需求较大的跨境汇款以外,“兴业单证通”还可为国际信用证、国际保函、进出口押汇等贸易融资和资金交易提供在线服务。兴业银行通过着力提升线上服务体验,减少现场办理的接触性感染和交叉感染风险,为防疫抗疫尽到应有之义。

当前疫情防控正处于关键阶段,兴业银行宁波分行积极承担社会责任,大力支持外贸企业复工复产,坚持疫情防控和业务发展统筹推进、协同发展,众志成城,共克时艰,助力打赢疫情防控阻击战。

基金一览

投资有风险 入市须谨慎

泓德基金:从绩优到爆款频现

50亿!2月28日,秦毅管理的泓德睿泽混合基金一日完成募集。据了解,泓德睿泽混合基金由泓德基金的研究总监秦毅担任基金经理。目前秦毅在管规模42亿,截至今年2月末,他所管理的泓德泓华混合任职期总回报70.88%。查询历史资料发现,秦毅也是由泓德基金一路培养起来的基金经理,他于2015年开始管理专户产品、2016年担任研究总监、2017年下半年开始管理公募产

品,在他的管理期内,股市刚好完整地经历了一轮牛熊,而这对于他的投资能力也是非常好的一次检验。以他管理的另一只产品泓德泓业为例,2019年市场从企稳回升到强势上涨,泓德泓业混合全年斩获收益45.71%,超越上证综指数。2020年A股开局不利,截至2月底,上证综指累计下跌-5.57%,而泓德泓业却凭借出色的择股能力和严格的风险控制逆市上涨4.71%。

黄杰

港股捡便宜谨防“套路多”

今年以来A股表现活跃,也提振了投资者情绪。另一方面,拥有众多优质中资上市公司的港股市场也吸引着投资者的关注。Wind数据显示,截至2月28日,恒生AH股溢价指数为126.73,意味着相较于A股而言,港股更为“便宜”。分析人士表示,虽然港股“便宜”,但港股投资“套路多”,背后的投资风险不容忽视,需要专业化研究进行分

依托资深投资机构更靠谱

析,筛选出优质个股。因此,对个人投资者来说,投资港股的最佳策略是交给专业机构。据悉,正在发行的国投瑞银港股通价值发现基金主要通过港股通布局港股市场,由瑞银资产管理(香港)担任港股投资顾问,寻找和投资港股优秀公司,帮助投资者避开港股投资的各种“套路”。

黄杰