

中小学校园该不该对手机说NO?

专家:一刀切不可取

近日,某学校的一场“手机销毁大会”,把“中小学生该不该带手机上学”这个话题再次带入公众视野。支持者认为学生有与外界尤其是家长沟通联系的需求,反对者则担心手机成为校园中干扰孩子学习的负面因素。对此,来自中国教育科学研究院的研究员储朝晖表示,在这个问题上,“一刀切”的做法不可取;如果邀请学生参与规则制定、监督,使手机成为课堂的辅助工具,或对教学产生促进效果。 ■ 据《北京晚报》



记者从多所学校和家长处了解到,由于低年级小学生大多有家长接送,因此带手机的情况并不普遍;高年级小学生以及中学生带手机的情况更为常见。记者采访后发现,学校在这一问题上并未采取强制要求,大多只是要求学生在校园内不许开机。有学校负责人表示,放学后与孩子取得联系是很多家长的客观需求,在学校没有其他办法帮助家长解决这个需求的前提下,一刀切禁带手机的做法并不合适,还容易引起家长的情绪。

很多家长对此却比较矛盾。五年级学生家长王先生表示,如果学校规定了不让带手机,他一定会坚决执行,“遵守规则对孩子来说也是一种教育”;如果学校没有硬性规定,则倾向于不让孩子带手机进入校园,“我家孩子回家反映说,班上有几个孩子带着手机,有时候上着课电话就打了进来;自习课的时候也会凑成一堆玩游戏。”

六年级学生家长林女士告诉记者,他们家离学校很近,所以没让孩子随身带着手机;而班上有的同学离家远,家长又没时间或不

方便接送孩子,这种情况下,孩子一般会带着手机,但一般到校后也会把手机交给老师保存,放学的时候取回。“作为家长,我认为路上必要的联系是应该的,但又担心孩子们在校园里滥用手机。一方面,孩子的自控力较弱,很多孩子在家就长时间地玩游戏,如果到了学校还有机会使用手机,肯定耽误学习、影响视力;另一方面,老师们需要额外花时间和精力管理孩子们使用手机的各种问题,影响日常教学;此外,也容易引起孩子们的攀比心理。”不过,林女士同时也表示,孩子们掌握用手机上网、使用搜索引擎查询资料的能力还是很必需的。

中国教育科学研究院的研究员储朝晖认为,在当前的教育环境下,“手机禁入校园”的一刀切做法肯定不可取,但是学校应该明确规定允许使用手机的特定时间。在这一问题上,可以采取“学生自治”的方式,邀请学生们通过讨论自行建立手机使用的规则和制度,并成为这一规则的监督者,从而保证手机在校园中的合理使用。

秋冬掉发别害怕

健康生活方式是养护秀发的法宝

秋天,除了飘零的落叶之外,往下掉落的还有乌黑亮丽的秀发。枕头上、地板上……无处不在。很多人担心这样下去头发会越来越秃,其实不必太担心。 ■ 法晚

秋冬脱发多是为了减少散热

人在新陈代谢正常的情况下,每天平均都会脱落几十根头发,秋冬季节头发脱落较多是一种正常的生理现象。秋冬季节,气温开始降低。低温使得头皮的毛细血管收缩,输送到毛囊的营养减少,从而使毛囊由生长期进入休止期,造成头发脱落。

瑞士研究者在6年间随访观察了823位健康女性,证实了头发的生长具有季节性,7月份是头发生长最高峰的时候。头发具有引流作用,一方面促进汗液从毛囊内排出,增加皮肤的散热;另一方面促进皮肤表面水分的蒸发,加快皮肤的干燥。

毛发的生长周期是由毛囊的生长周期所决定的,一般分为3个阶段:生长期、退行期和休止期。人类一生中毛发会不断经历从生长期不断生长,到退行期停止生长,最后到休止期脱落的循环过程。季节性头发脱落不会使头发掉光,头发也能再长出来。

人每天会脱落70~100根头发

正常情况下,85%~95%的头皮毛囊处于生长期,约1%的头皮毛囊处于退行期,5%~15%的头皮毛囊处于休止期。正常情况下,每天可脱落70~100根头发,而头发脱落后,毛囊又能重新进入生长期,因此,也会有几乎相同数量的头发开始生长。所以,掉了头发会再长出来。

小贴士:◎ 缓解压力,保证充足的睡眠。

◎ 合理饮食,调整饮食结构。摄入充足的蛋白质、适量的碳水化合物、适量的植物油,少吃动物脂肪,多吃新鲜水果和蔬菜,同时注重饮食的规律性。

◎ 促进局部血液循环,包括梳头、头皮按摩、体育锻炼等。

不忘初心,爱不孤独

——2017平安希望小学黄山地区支教圆满落幕



随着最后一批支教志愿者的返程,2017年平安希望小学黄山地区支教行动也正式落下了帷幕。

这场由平安养老险安徽分公司联合省青少年发展基金会主办,20名志愿者老师共同支持的支教活动,在为期一个月的时间里,为黄山市黄山区永丰平安中心学校的孩子们送去了知识、欢乐,也激起了孩子们对外面世界的向往。

讲述:临别不舍,颗颗爱心感动大山

9月30日,这一天的阳光,似乎比平日里更暖了一些。在黄山市黄山区永丰平安中心学校的大门口,孩子们自发地站成一排,为陪伴了他们一个月的支教老师们送行。“老师,我们会想念您的。”“老师,这是我送给您的礼物,是您教我画的小兔子!”“老师,您不走好不好呀?”一句句暖心的挽留,一双双期盼的眼睛,让许诺和他的同事们都很不忍心。

短短一个月的支教活动,对于大山里的孩子们来说,是比过年吃饺子还要幸福的事情。一个月的欢声笑语,感染了学校的孩子们,也感染了这座偏远的山区学校。

感悟:你想看一颗星,孩子们会带你看满天星空
回城的路上,支教老师汪洋打开了此次支教的照相

册。“你看,这一张是我带孩子们做盆栽的画面,我们叫它‘种子天团’,我记得那天早上,孩子们用小手小心翼翼把长好的盆栽捧到学校,他们呵护盆栽种子的样子,何尝不像我们呵护他们一样?”说着,汪洋的眼圈也红了。

汪洋说,他参与两年支教,两年的七个朝夕,一点一滴都让他充满力量,感到幸福。

“在这里,你想看一颗星星,孩子们会带你去欣赏满天星空。”汪洋说,明年的支教行动他还会继续参与,因为这里有他的初心。

不舍:与山里孩子相约,明年再来

齐振广参加平安集团的支教活动,今年已经是第九个年头了。作为“老支教志愿者”,今年的支教还是让他感动不已。“孩子们的童真和纯朴,感动了我,也影响了我,以后我们会继续把这项活动做下去,我还与孩子们相约,明年再见。”

他还呼吁,全社会都能加入到关爱贫困地区教育和贫困学子的事业中来,关注教育扶贫,为这里的孩子送去关爱。

校长:孩子们更加活泼开朗,憧憬外面的世界

持续一个月的支教活动,给永丰平安中心学校带来了不小的变化。

“平安的志愿者来到学校后,不仅给孩子们带来了100多节丰富的课程,培养了孩子们对手工、美术、篮球、音乐等课程的兴趣。”杜校长说,支教让孩子们学到了许多课本以外的知识,加深了对外面世界的了解和对知识的渴求,许多孩子也变得更加活泼。

“平安养老险安徽分公司的支教活动,在很大程度上丰富了山区孩子的视野,同时带动了更多的人来关注和帮扶山区的贫困孩子。”当地教育部门一位相关负责人坦言,作为一家企业,可以在发展自身的同时,不忘社会责任,值得赞扬。

平安:不忘初心,坚持公益,继续前行

不忘初心,坚持公益。据悉,平安养老险安徽分公司至今已牵头维护了两所平安希望小学,分别为绩溪县长安镇平安希望小学和黄山市黄山区永丰平安中心学校。

2015年到2016年,平安养老险安徽分公司在黄山市黄山区永丰平安中心学校开展两期支教行动,吸引近五百名大学生和社会人士踊跃报名,引起社会对乡村教育的关注,更是给孩子们带去与外界心灵交流的机会。同时2014年至今,在两所学校合计发放奖学金近7万元,覆盖学生约100人次。未来,平安养老险安徽分公司还将继续一如既往地孩子的健康成长提供助力。