

近日,市教育局发布《2019 年衡阳市中等职业学校招生报考指南》,为广大学子填报志愿“导航”

“温馨提示”助你填好中职志愿

■本报记者 翟 瑜

本报讯 近日,市教育局发布《2019 年衡阳市中等职业学校招生报考指南》。今年我市中职招生继续实行网上填报志愿和招生录取,招生工作将更加科学、合理,更加公开、透明。为此,在志愿填报之前,市教育局将通过县(市)区和学校为每一位初中毕业生免费发放一本《衡阳市 2019 年中等职业学校招生报考指南》,进行详细的政策解读和招生学校介绍,并通过衡阳教育信息网及时发布最新招生信息,请各位考生和家长认真研读今年的中职招生政策,合理选择报考志愿。对于招生过程中出现的虚假宣传、买卖生源等现象,将不折不扣地落实中职招生工作责任追究制度,对违反招生纪律的单位和个人,按照有关规定要求,坚决予以严肃处理。

《指南》提出,省、市示范性特色专

业(群)、精品专业是中职学校的重点建设项目,办得最好的专业。某专业有多所学校开办,建议考生选择省、市示范性特色专业、精品专业立项建设学校。

据了解,我市中等职业学校按办学性质来分,可分为政府、行业(部门)、企业等举办的公办中职学校和民间资本举办的民办中职学校。政府举办的中职学校由财政部门提供经费保障;行业(部门)、企业办的中职学校绝大部分办学资金由财政或企业予以保障;民办中职学校办学经费主要由举办者个人或多人以股份的方式筹集。一般情况下,民办中职学校的收费要高于政府举办的公办中职学校和行业(部门)、企业办的中职学校。

近年来,国家、省、市大力发展职业教育,安排专项资金扶持一批综合实

力比较强的中职学校,先后评选了一批市示范性中等职业学校,市卓越中职学校,省示范性县级职教中心牵头学校、省示范性中等职业学校,省卓越中职学校,国家重点中等职业学校,国家中等职业教育改革发展示范校,这些学校办学质量和水平处于全市领先地位。建议学生(家长)优先选择获得上述称号的中职学校,家庭经济困难学生报读公办中职学校。

相关链接

填报中职学校注意事项

①注意几个关键时间节点:

填报志愿时间:6月1日—5日

补填志愿时间:8月6日—10日

确认录取时间:

第一批次:7月20日—25日

第二批次:7月26日—30日

第三批次:8月1日—5日

家校携手 共同培养孩子好习惯

■尚书堂培训学校校长 邓丽婷

明代著名的思想家、文学家、哲学家和军事家王阳明先生说得好:“变化气质,难在克服习气。”意思是说,要改变一个人,变化他的气质,最重要的是养成良好的习惯。习惯会变成一个人的性格,进而影响一个人的命运。

让孩子养成好习惯从两方面努力

人生的各种结果都是一个微积分的累积过程。一个人的成长,一个人的健康,一个人的财富,一个人的权利,都是累积起来的。同样,一个孩子好习惯的养成,也是慢慢培养出来的。

孩子最强的学习方式是模仿,家长最无用的教育方式是说教。所以说,家长想要让孩子养成良好的习惯,可以从两方面努力。

第一件事情是引领,做孩子的示范和榜样。

好的教育不是说出来的,绝对是做出来的。想让孩子学习努力,家长必须工作努力;想让孩子多阅读,家长自己多看书;想让孩子少玩手机,家长自己要远离手机;想让孩子情绪平和,家长自己要控制情绪。

第二件事情是鼓励和坚持。

一个习惯的养成需要一段时间。如果一个孩子有了不好的习惯,要打破这个不好的习惯,重建一个好的习惯,需要的时间会更长。所以,在这个过程中,家长要持续地鼓励,才能让孩子坚持下去。

为什么家长的鼓励对孩子很重要?如果一个人长期被鼓励、被欣赏、被表扬,人体会分泌出一种物质,叫脑内啡。脑内啡这种物质有什么作用呢?一是让人心情愉悦平静,二是激活大脑,分泌“记忆物质”。那么,这个孩子就会很好地去学习,很好地完成家长布置的任务。相反,如果一个人长期被批评、被打骂,人体就会分泌出肾上腺素、去甲肾上腺素和多巴胺。这三种物质容易使人产生紧张等不良情绪,所以孩子必须要通过动来缓解自己的这些情绪。一个长期被批评被打骂的孩子,多半注意力不集中,无法完成家长布置的任务。所以,家长们要多去鼓励自己的孩子。

家庭公约成为最美家庭孵化器

我的老师齐大辉教授研发出了一套工具叫“家庭公约”,用“家庭公约”来孵化最美家庭。很多人在使用“家庭公约”之后,他们家发生了翻天覆地的变化。全国妇联主席沈跃跃走马上任之后,特别去会见了齐大辉教授,对齐教授的“家庭公约”高度认可。

“家庭公约”归纳起来就是“双五一好”。非常简单,实操性也非常强。即:说五句话,做五件事,念一个好。高雅一点地说,就是“五句良言、五项正行、一个正念”。

首先谈谈五句良言。

第一句良言:“我想这么样可以吗?”用这种非常尊重对方、用协商的口吻来跟别人说话的时候,别人更容易感觉舒服、更容易接受。

第二句良言:“早上好,一天愉快!”在家里,大家相互问好,家会更加温暖;在班里,大家相互问好,班级会更加温暖;在单位,大家相互问好,企业会更加温暖……这样一来,大家心情都舒畅、愉悦,生活、学习、工作就会轻松愉快。

第三句良言:“回来了,一天辛苦了!”这句话比较适合夫妻之间说。父母和睦、家庭和谐是孩子最大的幸福。

第四句良言:“回来了,今天开心吗?”这句话主要是父母对孩子说的。孩子放学回到家,不要开口就问孩子学习情况,或要孩子做作业……这样让孩子觉得这不是家,而是学校。“回来了,今天开心吗”就是一个亲子沟通的引导。亲子沟通非常重要,很容易打开孩子的心门,让孩子很愿意与家长交流。

第五句良言:“晚安,做个好梦!”睡觉前与孩子互道晚安,给孩子的是温暖,是安全感。家庭幸福指数就会大幅度提升。

接下来讲讲五项正行。

第一项正行:叠被子。方寸的整理,给孩子带来一生的修养。不但可以引导孩子爱劳动,更重要的是让孩子养成整理房间的好习惯。

第二项正行:刷池子。厨房洗碗的池子、洗脸漱口的池子、厕所的池子都是家庭成员公共的,可以让孩子去刷干净。刷池子诠释的一个理念:我为人人,人人为

我。同时,孩子在家养成了注意公共卫生的习惯,那么他在其他公共场合,也会非常注意,这样,孩子的修养、孩子良好的品质就自然而然形成了。

第三项正行:复位子。复位,就是把东西回归原位。用完的书放到原位,用完的文具放到原位,用完的书桌,整理干净……养成“复位子”的好习惯,能让孩子保持房间整洁,而且不会丢三落四。

第四项正行:静机子。远离手机,少玩电脑,从家长做起。至少家长要做到,在孩子面前静机子,不能有事没事都在玩手机、玩电脑,要给孩子做个好样板。

第五项正行:光盘子,就是不要浪费粮食。现在不少孩子,吃个东西挑三拣四,不好吃的不吃,吃不完的随便扔……究其根源,就是缺乏敬畏之心。不懂得珍惜,不懂得敬畏。一个孩子没有敬畏之心,就会变得肆无忌惮,无法无天。培养孩子的敬畏之心,先从珍惜粮食开始。

最后讲讲“日念一好”。

“日念一好”就是每天念孩子一个优点。这样能引导孩子积极向上,增强自信。那怎么样才能做到“日念一好”呢?

首先要无条件地接纳孩子。很多家长只愿意接纳孩子好的一面,比如说孩子学习成绩好,孩子有礼貌,孩子多才多艺……却不能接纳孩子不好的一面,殊不知,每个人都有好的一面和不好的一面。所以,家长要端正心态,对孩子好的方面和不好的方面都要无条件地接纳。引导孩子养成好的习惯,去掉身上的毛病。

第二就是要确认特质。你想让孩子拥有哪方面的特质,就往哪方面去确认。发现孩子一个小亮点,然后不断地去确认,最后就会成为他身上的闪光点,这个特质就在孩子身上生根发芽了。

孩子习惯培养好了,品行培养好了,亲子关系融洽了,夫妻关系和谐了,大家就一定会拥有一个美满幸福的家庭,孩子一定会健康成长。



衡东县关工委

31 名优秀学子 领到“爱心红包”

5月27日,衡东县关工委“传承红色基因,争做时代新人”主题教育暨扶贫助学活动走进衡东县九中。800余名师生聆听了宣讲组成员的精彩讲座,31名优秀学子领到县关工委的“爱心红包”。

活动现场为31名品学兼优的贫困学生每人发放资助金500元,并鼓励他们树立信心,勤奋学习,把暂时的困难当作学习的动力,树立理想,坚定信念,以优异的成绩回报社会。

94岁高龄离休干部赵斌等为大家带来了精彩的讲座。他们用一个个生动鲜明的故事,通过声情并茂的讲述,让师生们深刻地感受党的光辉发展历程,同时把社会主义核心价值观牢牢扎根进孩子们的脑海,把红色基因种植在少年儿童的心田。同学们纷纷表示,要当好红色基因的传承者、实践者,走好新时代的长征路。

(通讯员 刘亿丰)

珠晖区教育系统

辉煌七十年 童心颂党恩

5月28日上午,在“六一”国际儿童节来临之际,珠晖区教育系统“辉煌七十年·童心颂党恩”“廉风润校园”系列教育活动暨第二届中小學生建制班合唱比赛在二七二厂大礼堂举行。

活动在玄碧塘小学《我和我的祖国》合唱中拉开了帷幕,《雏鹰翱翔》《雁城是我家》《让快乐飞翔》等一首首脍炙人口的歌曲在礼堂回荡。孩子们在自己的节日里尽情欢唱,用童心热情讴歌伟大的党、伟大的祖国和伟大的新时代。

本次活动特邀了中国音乐家协会副主席、中国好声音湖南赛区评委、国家二级演员王曼娟等资深专家担任评委,评委们进行了公平、公正的评分。最终,东风教育集团冶金校区等4个单位获得一等奖,玄碧塘小学等6个单位获得二等奖,茶山坳复兴小学等6个单位获得三等奖。

(通讯员 周文君)