

本市高中学业等级考开考,试卷导向鲜明

选拔理科头脑 物化双选成主流

避考物理 大学“日子难过”

多年前,一份来自某名牌高校的新生调查显示,该校在第一次统考大学物理科目时惊讶地发现,沪浙两地学生的整体不及格率达到了30%以上,甚至还有个别学生的物理学科仅有初中水平。根源就在于两地高中生在选择高考科目组时,不少人有意回避了“相对比较难”的物理学科,把选择化学、生物等“相对较易”的学科作为达到理工类投档线的捷径。由于功利心作祟,那些弃考物理的学生在大学里日子很不好过。因为,没有大学物理打下的底子,诸如环境科学、土木工程、航空航天、材料力学等专业都难以顺利学好,而大多数生物工程、化学工程等专业,也是需要学习大学物理的。随着高校对招生科目组的重新编排设定,大多数理工科专业,尤其是双一流高校提出了“物化双选”要求。



教育新观察

今年,沪上一所顶尖高中的应届高三学生约480人,文科班仅三四十人,其余理科考生都双选了物理和化学。而且,这所学校早在高一时就告知学生“要么物化双选,要么物化都不选”。这样的忠告被高校称为是“对学生学业生涯的高度负责”。

精准选拔 考查“科学思维”

数理化是理工科最基础的三门学科,特别是在现代高新技术突飞猛进的态势下,理工科领域皆十分看重从业者的“科学思维”能力。有高校招生负责人表示,“物化双选”有利于高校更精准地选拔“理科头脑”。

被很多高三学生称为高考“上半场”的今年普通高中学业水平等级性考试昨天开考。自选的物理、化学两门重头学科赢得“极高人气”。经过近年来不断调整招生科目组,高校在选拔理工科拔尖学生时导向更加明确,学生进入大学后专业学习的后劲也将更足。

这样的要求在昨天本市的物理、化学等级考的试题中表现得很明显。物理卷在实验情境和真实情境中考查“科学态度与责任”素养,如在“光学实验”“滑动变阻器”情境中,重点考查了考生严谨求实的科学态度;在“再生制动与气囊减震”情境中,设计了与汽车节约能源及汽车安全相关的试题,以增强考生的节能意识和安全意识。化学卷也着力突出考查学生的科学思维,例如,“抗高血压药福辛普利中间体的合成”试题,要求学生根据反应条件和实验现象分析有机物结构变化并理解其规律,突出了基于证据推理结论的思维过程;又如,“钨酸钙陶

瓷薄膜材料”试题,通过分析晶胞结构和电极反应考查了宏微结合、模型认知的学科素养;还有“单质锆样品含量的测定”“铁及其化合物性质的探究”等试题,均以实验探究过程为载体,考查学生对真实科研过程的理解,发展学生的科学探究能力。

基本政策 无根本性变化

教育部上一次调整选考科目要求,是2021年公布的《普通高校本科招生专业选考科目要求指引(通用版)》,主要体现在强化相关专业对高中学习科目的基础性要求,绝大多数理工农医类专业均要求高中

阶段必选物理、化学两门科目。这一选科要求在2024年高考中开始实施,就是俗称的“24版选科要求”。日前,上海市教育考试院又公布了《2027年普通高校本科专业选考科目要求》,针对的是现在高一及以下年级学生。市教育考试院还特别说明,2027年选科要求仍然遵循现有规定,即“24版选科要求”的基本政策并未发生根本性变化。

从今年全国高校的专业调整来看,“物化双选”是迈向科学殿堂的重要途径。例如上海交通大学,本科扩招名额重点投向国家急需的前沿技术和新兴业态,扩大人工智能、集成电路、生物医药、医疗健康、新能源等学科领域的招生规模。又如武汉大学,今年新增机器人工程、数字经济、智慧城市与空间规划、智慧能源工程、时空信息工程等专业,培养助力解决核心技术难题的拔尖人才。

本报记者 王蔚

“节后综合征”找上门 专家教你“满血复活”

“五一”小长假结束后,你有没有出现不想起床、不想上班?这可能是“节后综合征”找上门了。

上海中医药大学附属岳阳中西医结合医院治未病科主任周扬介绍,“节后综合征”是人们在长假或节日后重新投入工作、学习时,因身心调节失衡出现的一系列不适症状,属于短暂的身心适应障碍。“生理上有恶心、头晕、厌食、失眠、困乏等表现,心理上会出现厌倦、提不起精神影响工作和学习效率甚至焦虑、神经衰弱等表现。”要减少或避免“节后综合征”的发生,有几点可以参考——

开始上班后注意合理放松身心,比如适时午休、聆听轻音乐等;同时,戒掉熬夜的坏毛病,养成早睡早起的好习惯,尽快把生物钟调整为健康状态;此外,刚恢复工作时还

要合理安排工作量,避免日程安排过满一时难以适应。

节后注意及时调整饮食结构,避免无节制进食高油、高糖食物,增加蔬菜、粗粮、新鲜水果和优质蛋白饮食,饮用含酒精、糖、茶碱、咖啡因的饮料需适度。

连续数天的身心松弛状态,会惯性延长,造成迟迟无法恢复正常工作状态的现象。此时,参加一些舒缓的运动能够增强肌肉与神经的相互作用,舒缓持续性的神经兴奋与紧张感,助力集中注意力,积极投入工作。

周扬表示,通过系统性的身心调整,“节后综合征”的影响可有效缓解。若出现持续两周以上的抑郁情绪或心悸、持续失眠等躯体化症状,建议寻求心理或专科医师帮助。

本报记者 郢阳

藏族患儿脊柱100度侧弯 “头环牵引+手术”成功矫正

一名来自青海的10岁藏族严重脊柱侧弯患儿,在上海市儿童医院经历了头颅骨盆牵引装置置入术一百多天后,迎来了决定性的治疗时刻。“五一”前夕,该患儿成功接受了脊柱侧弯矫治手术,正式摆脱了束缚他身体的头环牵引装置,并顺利植入了内固定装置,目前恢复情况良好,已经能够下地行走。

患儿来自青海玉树,2个月大时就被发现背部向左侧歪斜,随着年岁增长,畸形愈发严重,出现腰背部疼痛,负重和行走时疼痛加剧。家人带着他四处求医,最终辗转来到上海市儿童医院。入院检查发现,其脊柱侧弯角度竟高达100度,病情极为复杂且危急,已严重威胁到呼吸功能。

医院高度重视,迅速组织多学科专家进行会诊,定制了详细的治疗方案。先是进行骨盆内固定术和头颅骨盆牵引装置置入术,为脊

柱矫治创造条件。在头环牵引期间,神经外科多次会诊评估颅脑情况,呼吸科密切关注呼吸功能并指导训练,康复科制定针对性康复计划,内分泌科调整骨代谢相关治疗,全体医护人员精心呵护患儿的每一丝进步。

在头环牵引一百多天后,患儿身体状况达到最佳手术条件。骨科团队联合多学科专家,成功为患儿实施了脊柱侧弯矫治手术。术后,患儿恢复顺利,很快便能下地走路,身体各项机能也在逐步恢复。

患儿此次能够得到及时且高质量的救治,得益于上海市儿童医院与青海玉树地区的医疗协作以及公益项目的强力支持。“格桑花之爱”公益项目多年来不断拓展,从发育性髋关节发育不良(DDH)早期筛查和干预治疗,逐步覆盖更多先天性疾病筛查,为众多高原地区患儿带来希望。

本报记者 左妍



橡皮筋跳起来 阳光课间动起来

上海市松江区中山小学积极推行阳光课间行动,引入传统游戏,让学生们在趣味运动中健康成长。

图为学生们在校内跳橡皮筋,共享大课间运动快乐

本报记者 陶磊

通讯员 姜辉辉

摄影报道

从体验劳动不易到理解劳动者,从感动到写诗“颁奖” 初中生花式感谢校园“隐形超人”



学有堂

张阿姨是上海市格致初级中学的保洁领班,在她看来,自己和同事们的日常工作再普通不过——拿着扫帚和抹布这里扫扫那里擦擦,让校园“随时随地”保持干净整洁。她没想到,这“随时随地”被孩子们看在眼里。最近,她收到了一首写给保洁阿姨的诗,充满想象力的语言,来自初一(10)班张雨彤的创作,“您把落叶扫成候鸟队列……大地接过扫把时,满城银杏忽然黄成九十度的光”。

同样收到惊喜的,还有保安师傅、食堂大厨、后勤工作人员等校园里的普通劳动者。校长王珏介绍,为了让同学们理解劳动者的平凡和非凡,学校不仅组织了各班学生不同岗位上体验和实践,也鼓励各班设计有心意的礼物,感谢他们的默默付出。

“执勤周时,我和同学们负责扫操场上的落叶,我们扫了半个小时就已经很辛苦了,但是保洁阿姨要日复一日做这个工作。”张雨彤说,她用绘图软件制作了贺卡,觉得自己的字不够漂亮,特意选择了

软件中的手写字,将小诗“写”在卡片上。初一(12)班陈泽瑶发现了校园的“扮美秘诀”,“我的座位正好能看到教室外,有一次上课时,我就看到保洁阿姨在走廊里忙碌。难怪有时候上一节课厕所里有纸团,下一节课再去已经干净了”。同班的范欣怡觉得,“我们也可以注意自己的行为,减轻阿姨的负担,比如洗完手不要把手甩得到处都是。”

物业经理王廷钧收到了人生中最特别的一张奖状——“隐形的翅膀奖”,上面画着一朵盛开的牵牛花。“牵牛花的花语是勤劳朴实的人。我觉得他们非常靠谱,比如,教室的粉笔盒里永远有好写的粉笔,我们发现桌椅有缺角或者晃动,我们不知道什么时候,就换成全新的了。”预备4班女孩陆萄稂说。“我用扭扭棒做了一盆花,也想送给物业的叔叔阿姨。这些花是蓝色的,因为……我们桌面就是蓝色的!”预备(4)班苏子懿补充。预备(12)班女孩陈翊瑄的一篮“餐巾纸手作花”颜色缤纷,因为“他们就像是全能的!”

“每天午餐非常热乎,好多菜都超级好吃!”初一(5)邓乔尹的

话,引起了同学们的共鸣。预备(12)班女生段语涵用超轻彩泥捏出了藕夹、鸡排、番茄炒蛋等10余种大家最爱的菜肴,制作成立体贺卡,送到了食堂师傅手中,“让我们知道我们记得他们,让他们更有归属感”。预备(9)班商量后决定,在班上发起“光盘行动”,这是送给大厨们的最好礼物。

预备(4)班男生朱翼添觉得,校园最神奇的“魔法”,来自负责电脑维修的吴凡老师。“有一次班级电脑死机,我们班三个学生电脑管理员都束手无策,小吴老师好像能对这些电子设备能够‘血脉压制’,没有一次他搞不定!”朱翼添不大擅长手工制作,于是选择了当面说出感谢,把年轻的吴老师说得不好意思起来。孩子们放学了,门卫王延庆师傅还不能离开——学校有个残障孩子,家长因为工作原因每天18时多才能来接。于是,王师傅就把孩子安排在离校门最近的办公室休息,准备好点心。五一放假前,老师带着孩子向王师傅道谢,让孩子感受到,周围有那么多人关心着自己,要懂得感恩。

本报记者 陆梓华