

2020 高考开启

大同中学三学生留在学校备考

明天,他们带着叮咛出发

窗外如注的暴雨把高考的战鼓敲得震天响,而在上海市大同中学招待所 105 房间,却透出安静的光。台灯下,一个绑着“丸子头”的女孩正在仔细阅读着老师总结的语文“考前宝典”,勾勾画画。书桌一侧,花儿吐艳。

女孩叫李映慈,就读于大同中学高三(3)班。从高一一起,家住浦东的她就选择了在校住宿。上周二,高三年级离校仪式结束后,李映慈选择了继续留在学校,备战高考。

“其实,父母可能比我更焦虑,如果我在家,时不时会来嘘寒问暖,我留在学校复习,感觉效率更高一点。”虽然嘴上“嫌”父母唠叨,但小姑娘的言语间,还是透出对父母的理解和感激。她告诉记者,妈妈在居委会工作,从今年 1 月疫情暴发至今,天天连轴转。然

而,不管多晚回家,妈妈也总会问她吃什么早餐,第二天一早准备妥当。

大同中学学生发展中心主任傅桂花告诉记者,李映慈成绩优异,三年的寄宿生活,培养了她良好的自律习惯。这几天,李映慈每天上午 6 时左右起床,根据高考日程安排,上午复习语文,下午复习英语,再做一套数学模拟卷,晚上 10 时左右入睡,生活简单而规律。学校的“读书廊”前,有一池锦鲤鱼。“如果天气好,我中午的时候也会去操场上走走,再去看看鱼,就当拜锦鲤了!”李映慈笑言。从学校步行至考点,大约 10 分钟。

除了李映慈,另有 2 名男生今晚也将入住学校。早晨叫醒时间 6:15,午间叫醒时间 14:00,考生出入校园线路安排……招待所一

楼,一张高考期间考生住宿时间安排表把所有细节标注得一目了然。

宿舍管理员沈阿姨正忙着给 3 个孩子准备雨衣、雨鞋、雨伞和所需的各类防疫用品、防蚊用品。“明天菜单定了吗?一定要保证学生的营养。”检查完宿舍情况,傅桂花老师正在和食堂师傅核对高考期间的菜单。傅老师介绍,大同中学 900 余名学生中,约有 300 余名住得较远的学生选择寄宿。每逢节假日,学校就会腾出平时供校外交流老师住宿的校招待所,将留校学生集中于此,方便管理,也更安全。时间一长,孩子们早把这里当成了第二个家。

明天,他们就将“从家”步行去 10 分钟外的考点,带着老师和宿管阿姨的叮咛出发。

本报记者 陆梓华

护考

公交

备好预案 配足运能

本报讯 (首席记者 曹刚)2020 年上海高考明天开始,申城公交企业提前准备,备好预案,保障考生畅通出行。巴士三公司所属线路途经全市 45 个高考考场,为服务考生及家长出行,途经公交线路均已配足运能,并安排了 10 辆备用车。公司营运监控指挥中心也将通过巴士通管理平台,密切关注考场周边区域的线路营运情况。发现道路拥堵及短时间客流集聚,灵活调度,及时疏散客流,加快车辆周转,避免耽误考生赴考。

“我们共梳理出 136 路、766 路杨柳青路梅川路(曹杨二中)、224 路华阴路骊山路(宜川中学)、112 路、766 路、859 路新村路万泉路(晋元中学)等 10 个上岗点。”巴士三公司负责人介绍,高考期间,每天将安排 2 名现场管理人员,对相关公交线路加强监管,提醒驾驶员减速慢行,禁止鸣号;在营运途中,如遇考生有特殊情况,在确保安全的前提下,可先送到考场。

巴士四公司等多家公交企业在高考期间都将从严查处速超过路口、违规鸣号、争道抢行、疲劳驾驶等违法违规行为;提前检查所有营运车辆的技术状况,及时发现并修复车辆制动、转向、灯光、雨刮器等故障。此外,各线路终点站不但配置了医药箱,还备有清凉油、人丹、保心丸等防暑应急物品,供考生及家长免费取用。

城管

加大巡查 保障静音

本报讯 (记者 金旻矣)高考期间,城管执法部门将在考点周边区域增派执法力量,开展不间断、巡回式流动执法,并做好考点周边秩序维护、交通指引等工作。

市城管执法局表示,5 月 20 日以来,已聚焦校园周边、居住区周边和建筑工地三类重点区域启动“绿色护考”,至今出动执法人员 1.2 万余人次,开展各类检查 2.6 万余次,宣传教育 28252 次。

对于校园及居住区周边,要求店主自觉做到不用高音喇叭揽客、不进行铝合金建材加工、不跨门经营、不占道堆物、不散发小广告。至今已检查校园周边商铺 28404 个,依法查处学校周边跨门经营 454 起,设摊兜售叫卖 345 起、金属切割产生噪声 20 起。

对于全市 3400 余处建筑工地,已加大夜间巡查管控力度,共查处建筑工地违法违规案件 113 起,包括夜间施工扰民案件 65 件、施工扬尘污染案件 23 件、工地未落实安全防护措施案件 25 件。此外,全市 5950 个城管社区工作室也采取“线上+线下”的模式,主动听取学校、居委、考生家长的意见建议。

亲子

家长朋友圈直播要适度

明天就要高考了。考生和家长都要减压,正成为这几天许多心理咨询室的高频话题。华东师大心理咨询中心咨询师陈默说:“考生的焦虑多半是从家长那里传染来的。”高考时期的亲子关系既平常也特殊,需要家长作出正确的调适。

家长先要放平心态

陈默说,有个妈妈来门诊,诉说这几天晚上总是睡不着,因为孩子复习功课时把门反锁了,自己看不到孩子究竟是不是在用功学习,特别不放心。陈默直言,家长要谨防把三种不正确的心态传给考生。

一是攀比心过重。有些家长总拿自己的孩子与别人家的孩子比,灌进孩子耳朵的都是“谁谁谁家的孩子考进了名牌高校”“谁谁谁家孩子被保送了”,把孩子的高考看作是家庭最重要的“面子工程”。

二是信念被歪曲。陈默说,有一个视频让她看得心惊肉跳。某校的高考誓师大会,老师大喊:“同学们,请你们回头看你们父母头上的白发,他们日益为你们操劳啊。马上就要高考了,是骡子是马拉出来遛遛。同学们,你们要有感恩之心啊!”此时,操场上的孩子已是哭声一片。恨不得把祖宗几代的希望都押宝在孩子的高考上,弄得孩子下笔如有千钧重,怎么去高考怎么会不紧张呢?

三是价值观偏差。“你不超越别人,就会被别人超越。”“高考多一分,干掉几千人。”“现在多流汗,考后少流泪。”家长的这种所谓“励志”,根本就是在逼孩子,是在价值观取向上错把考试当成了人生的奋斗目标。

亲子关系张弛有度

近几年的考场外总会出现一道“亮丽风景”,一些送考的妈妈相约上演一场旗袍秀,寓意“旗开得胜”,还有些家长喜欢在朋友圈里“全程直播”孩子进考场、出考场的场景,甚至连孩子穿啥衣服、吃啥早餐都会晒个遍。

上海安洁教育家庭心理治疗师安洁认为,在高考的特殊日子里,亲子关系会变得很敏感,家长在处理与孩子的关系时要张弛有度,既不要过于回避,刻意说些什么“考不好没关系”之类的负能量话,也不要一味地采用满足和讨好的方式对待孩子,只需送上几句信任和祝福的话就行。

首席记者 王蔚

天气

“三黄”今高挂 高考“湿答答”



■ 今天早上的南京西路,暴雨模糊了镜头 本报记者 张龙 摄

本报讯 (记者 马丹 罗水元)今天,大到暴雨再袭申城上班路,暴雨、大风、雷电“三黄”预警高挂。继昨天上午 11 时 50 分启动全市防汛防台Ⅳ级响应行动后,今天上午 10 时 05 分,又将全市防汛防台应急响应行动提升到了Ⅲ级。这也是今年入汛以来,全市防汛防台应急响应行动持续时间最长的一次。至截稿时,全市监测到了多处积水点,最深处于 37 厘米,防汛部门抓紧时间抢排积水。

气象专家解释,今天本市被梅雨主雨带全面“掌控”,这也是今天大雨现身的主要原因。据气象统计资料显示,本市 6 月 1 日入汛以来,已出现 9 次暴雨过程,累积雨量较常年平均明显偏多,其中市区偏多五成,雨量分布呈现南北多、中部少的特点。

为何今年梅雨特别“猛”? 湿漉漉的梅雨

季何时才结束?专家表示,今年上海的梅雨相对来说比较典型,以持续性降水为主,这和梅雨带一直在长江中下游摆动有关。“别小看梅雨主雨带这几公里的摆动,可能就会带来申城当天是否有雨、究竟是小雨还是暴雨的差异。这也是今天的雨量更大的主要原因。”

据上午最新预报,明天雨带还会在长江中下游地区维持,也有雨相伴,但是雨势会弱一些,8 日到 10 日,随着主雨带北抬,降水减弱,以短时阵性降水为主,阳光又会充足起来。这个季节,气温是给点阳光就灿烂,8 日以后,气温有明显回升态势,最高冲上 30℃+,体感闷热。但是,10 日之后,雨带会再度南北摆动,雨水又会趋于增多,本市重回多阴雨天气。由于近期雨带仍会在长江中下游地区摆动,申城出梅或许尚待时日。

新民随笔

高考的意义

曹刚

明天,上海高考时隔十多年,重回七月。距离开考还有不足 24 小时,想和考生们聊聊高考的意义。

先畅想三天后,走出考场的你,将迎来一段彻底放松惬意的假期,尽情享受吧。但是,过不了多久,彷徨和迷茫很可能接踵而来——下一个小目标在哪里?寒窗苦读十二载,每个阶段都有明确的学习目标,努力考高分,冲击好学校。可现在,你突然发现,心愿达成,然后呢?你打算以怎样的心态,迎接全新挑战?

三天后的事,你多半无暇去想。此时此刻,安心复习,看看错题、背背公式、读读古文,睡个好觉,明天轻松上阵。你即将面临的,不是一场毕其功于一役、不成功便成仁的战

斗,而是人生旅程走到特定的驿站,给自己 12 年的努力做个特别有仪式感的总结。否则,心理压力过大,反而容易发挥失常。

当你拼尽全力向前冲的时候,放轻松,也要看清楚——即将冲过的,不是迎接众人欢呼的红色终点线,而只是一条起跑线。高考,位于人生马拉松的起跑区。即便起跑暂时落后,也不会影响你后程发力,迎头赶上。就算你顺利冲进领跑阵营,也可能不留神,变成“龟兔赛跑”里的那只兔子。懒觉睡到日上三竿,翘课翘到理所当然,游戏打到天昏地暗……在大学校园里,这样的“兔子”并不少,他们都曾以为,自己还没起跑就稳操胜券。

进大学以后,凭兴趣多读几卷书,趁假期

多行几里路,多结识几位志同道合、毫无利益瓜葛的知心朋友,多尝试几个接触社会、感悟世间百态的实习岗位。图书馆、自习室、运动场、宿舍联谊、社团活动、初恋牵手……许多美好的“第一次”正等着你去邂逅。可一旦你把高考当作人生最后一搏,败则一蹶不振,胜则狂喜不已,你将无法静下心来思考自己究竟喜欢什么,将来打算为社会做些什么。

高考或许会决定你的人生方向,但不决定未来的生活质量和幸福指数,更不能代表人生的高度。如果错过起点当终点,从此陷入自嗨而无法自拔,那么高考高分和录取名校,可能真的将定格你的人生高度——就到这里了,仅此而已。