

4月14日,本刊邀请省高考各学科阅卷组、质检组重量级人物会聚洛阳,帮助高三学生抓住最后机会,迅速提升成绩——

# 冲刺提分 别错过高考冲刺提分报告会

### 全天票价800元,10人以上可享受700元团体优惠价

□记者 崔晓或

越来越近,越来越近,高考的脚步越来越近,高三学生正在进入高考冲刺阶段!

越是在紧要关头,越是在冲刺阶段,越需要“高手”指点迷津。

4月14日,星期天,全天时间,一场高考冲刺提分报告会即将到来!作为活动主办方,《洛阳晚报·教育周刊》为高三学生邀请到我省高考命题组、阅卷组重量级人物,针对语文、数学、外语、文综、理综5个科目,为考生面授机宜。

此次报告会的主讲专家有5位,他们分别是:河南省高考作文评卷组组长、语文高考研究专家许兆真,河南省高考质检评价组成员、高考命题与考试研究专家孙士放,自2003年以来一直承担高考英语阅卷工作的英语高考研究专家王晓伟,曾连续8年担任省高考文综试卷评析组成员的高考命题研究专家程崇杰,连年参加高考阅卷工作的高考理综阅卷组优秀阅卷员朱道训。

本次报告会由洛阳市彩虹教育学校

承办,在洛阳外国语学校校本部综合科技楼进行。报告会的相关事宜,请您关注《洛阳日报》《洛阳晚报》相关宣传报道。

由于名额有限,一律凭票入场,有意者请尽快联系订票。

电话:64289710 13343899009

13838845013

如果您希望现场购票,洛阳市彩虹教育学校的6个校区均设有购票点,您可就近前往。

涧西校区 中州西路天津路路口向

西100米 13937918875

洛龙校区 政和路定鼎门街口东北角 15515300757

西工校区 中州中路定鼎路路口西南角 15515300365

瀍河校区 瀍河东花坛启明东路东北角 15515300537

老城校区 老城新街中州东路向北100米 15515300723

南昌路VIP校区 南昌路申泰大厦1101室 15515307242



许兆真

河南大学文学院写作教研室主任,河南省写作学会副会长;河南省高考作文评卷组组长,语文高考研究专家,参加高招评卷工作近30年,对高考作文把握独到而准确,解析透彻而深刻。



孙士放

郑州一中数学组组长,河南省高考质检评价组成员,多次主持示范性高中高考模拟试题工作,高考命题与考试研究专家,长期致力于高考复习、命题等专题研究,主编自主招生、高三复习等方面教学用书20余本。



王晓伟

河南大学教授,英语高考研究专家。自2003年以来,一直承担高考英语阅卷工作,先后负责具体阅卷任务、小组阅卷任务和学科质检任务,具有丰富的阅卷经验,熟知相关质量标准 and 监控手段。



程崇杰

开封高中教研组长,高考命题研究专家,河南省兼职教研员,曾连续8年担任河南省高考文综试卷评析组成员,所教班级学生多次获得开封市文科状元。



朱道训

信阳高中理科组组长,连年参加高考阅卷工作,高考理综阅卷组优秀阅卷员。2011年,其所带的班级有3人考入清华、1人考入北大,90%以上的人考入985高校。



## 德国人让孩子早睡早起

### 晚7点后不再播放儿童节目

健康的生活习惯可以影响人的一生。在德国人的教育里,早早上床睡觉,是孩子们的“义务”和健康的生活习惯。

#### 晚7点后不再播放儿童节目

在德国,我曾多次邀请一位德国朋友和他的妻子来家里吃饭。不过,每次来我家,他们都不带孩子,理由是,“孩子要睡觉”。开始我有些不解,后来了解到,德国孩子有一个约定俗成“法定睡觉时间”——晚上7点。14岁以下的德国孩子,晚上7点的时候就要上床睡觉了,最晚不得超过8点,到时间家长会熄灭孩子房间的灯,哪怕睡不着,也要躺在床上。

孩子们也有“法定起床时间”——早上6点,最晚不得超过7点。这个时候,孩子们就像“闹钟”一样起床,再爬到家长的床上叫醒他们。很多德国家长也不知道这“法定睡觉时间”和“法定起床时间”的来由,但他们认为这样做

有利于孩子健康。

我的一个朋友说,早点睡觉,定时起床有两个好处:父母在晚间可以利用的时间增多了,孩子也不容易赖床,而且养成了良好的生活习惯。德国联邦健康教育中心的一名专家说,德国人非常重视睡眠,生病时可以不吃饭,但一定要睡觉,这样免疫力能得到迅速提高。特别是在儿童时期,充足的睡眠,不仅能促进大脑发育、提高免疫力,而且能保证身高。

#### 按时睡觉也是家庭作业

为了培养孩子早睡的习惯,德国幼儿园要求家长把孩子每次睡觉的时间当作“家庭作业”上交。在幼儿园里,还有“怎样睡得香”的课程,比如抱着娃娃躺着听妈妈讲故事等。

德国的儿童电视台晚上6点以后的节目,也多是安静型节目,有利于孩子作息;7点以后就不再播放儿童节目了。



德国的许多公共场所也有帮助孩子早睡的服务。一个朋友最近刚到德国,前两天他带孩子去看晚场电影,买票时却被售票员制止了。对此,他很不理解。售票员耐心地解释说,电影晚上

10点才结束,对7岁的孩子来说,这个时间上床睡觉太晚了。不过,售票员建议他把孩子“寄存”到电影院的孩子活动室,那里可以让孩子“准时”睡觉,还有专门的护理人员看管孩子。(青木)