

伴考 2014

最后一课,不撕书也无泪别

教师建议:考生情绪不宜波动过大,适度紧张更利于考试发挥

6月7日,高三学子们就要走进高考考场,迎来人生中一个重要的转折点。学生们的最后一课是怎样度过的?大家用何种方式缅怀自己即将逝去的高中岁月?记者来到淄博五中,探访这些即将走上“战场”的学生们。



高三同学们鼓掌来激励自己,缓解考前压力。 本报记者 王鸿哲 摄

本报记者 谭文佳 通讯员 赵杰

认真上课是最有意义的纪念

5日下午,淄博五中高三一班的张老师给学生们上了考前的最后一课。没有撕书、没有宣泄,没有泪别,在老师那熟悉而又幽默的话语中,学生们如往常一样在明亮的教室中端坐;为缓解考前学生的紧张情绪,张老师在讲解高考注意事项的同时,还不时穿插着小笑话,让学生们不时爆发出阵阵笑声。

随着铃声的响起,高

前的最后一课也随之结束。平平淡淡,和往常没有太多不一样的地方,但学生们的内心也是如此吗?学生小司告诉记者:“内心还是感觉蛮不一样的,毕竟是自己高中的最后一课,而且是张老师给我们上的最后一课,想想心里有种说不出的滋味。之前也想过怎样度过这有意义的一课,后来觉得,还是把这一课上好最有意义。用歌词

里的话就是‘平平淡淡才是真’嘛。”

“后天就要高考,不建议学生们有大的情绪波动,所以我们在此前都已经特别注意这一点,没有举行任何外在的形式来纪念这最后一课。作为老师,我要把对高考的一些感悟与注意事项认真的告诉学生;而学生能够仔细聆听,就是过好了最后一课。”张老师说。

相关链接

考前不宜过度放松

到了这个时候,心态最重要。高三的班主任老师路则元说,考前学生会有一点紧张是正常的,反而不建议考生在考前过度放松,不看书也不做题,这样不利于考生情绪的稳定性,适当的紧张有利于学生水平的发挥。

但过度紧张和焦虑则会影响考生复习和考试,应及时加以调整。“考生要正确认识高考,精心准备,尽力而为,但不把它视为唯一机会;同时要正确认识自己,不要自加不必要的压力,要合理安排好考前生活,劳逸结合,学会一些自我放松的办法,如自然端坐深呼吸、睡前散步、睡前温水泡脚等,有助于解除疲劳;当自我调节成效不明显时,不妨去找心理医生咨询,必要时还可服用一些药物来缓解或消除焦虑紧张状态。”

考前如何让自己的心情保持愉悦也有方法。路老师介绍,多伸出援助之手帮助他人可以让人从中获得快乐。老师会鼓励学生多帮助身边的学生,如帮助他人解决难题等。

张店交警公布 高考应急电话

2139057、2139080

本报6月5日讯(记者 孙慧瑶 通讯员 王玲 徐建彬) 为给广大考生创造一个良好的应试交通环境,张店交警大队专门设立应急服务电话,设置应急服务车以及临时停车区等多项服务措施,全力做好高考期间交通组织工作。

高考期间,考生及家长如遇有交通堵塞、交通事故及其他涉及学生考试方面的紧急情况,可随时拨打应急电话。指挥中心在接到考生和家长求助报警后,将及时通知辖区中队民警就近援助,妥善处置。应急服务电话号码:2139057、2139080。

针对往年总有一些考生忘带准考证、考试迟到等“特殊”情况,大队专门抽调4台警车作为高考服务车,停放于市实验中学北门,警车前后挡风玻璃粘贴“张店交警高考服务车”标识,每台警车1名民警,随时接受考生及家长的求助,为广大考生提供便利。



高考期间,交警会在考点周边执勤,为考生提供服务。

用品质和技术与世界对话

——中直青联委员、国家部委青年精英、大学生记者团走进东风日产

2014年5月29日,“与世界对话”青年论坛暨2014东风日产“青年日”活动正式拉开帷幕。本次活动由中国青年报社、中直青联和东风日产联合主办,中直青联委员、国家各部委青年干部,以及来自清华大学、人民大学等50所重点高校的大学生记者和第二届“最美启辰车设计大赛”的优胜者,共计百人聚首花都。

活动当天,将同期举行第二届“最美启辰车设计大赛”颁奖典礼,“我们拿什么与世界对话”青年论坛,“One-day Workshop”体验等活动,百余名青年代表将在东风日产深入一线学习、交流。中国青年报社总编辑张坤、中直机关团工委副书记、中直青联主席吴佳松,人民日报社副秘书长、中直青联副主席邓亚萍,新华社总经理室副总经理、中直青联副主席陈磊等莅临参加。

技术和品质,

东风日产快速发展的双刃剑

东风日产在成立之初就已清晰定位,要成为真正的国际化汽车企业,要在产品核心技术的开发设计上,形成自己的核心竞争力,与国际汽车大企业共同引导未来汽车消费潮流。因此,东风日产在成立的同时,就建立了自己的技术中心。短短十年间,东风日产技术中心已成为拥有千余名优秀员工的日产全球四大海外研发中心之一,是中国在研车型最多、自主品牌推出速度最快的技术中心,也是华南地区最大的汽车研发中心,其整体研发水平已达到Rank B,并预计在2015年达到Rank A水平。由东风日产技术中心自主开发的、被称



参观东风日产花都工厂改善体验馆-新华社总经理室副总经理、中直青联副主席陈磊,人民日报社副秘书长、中直青联副主席邓亚萍,中国青年报社总编辑张坤,东风日产党委书记周先鹏,中直机关团工委副书记、中直青联主席吴佳松等。

为中国第一国民车的启辰品牌,用了不到三年时间,就实现年销量超过10万辆的好成绩,稳坐中国汽车合资自主第一品牌。

对于东风日产,如果设计开发技术是魂,那么制造生产技术则为骨。多年来东风日产在制造工艺、装备技术和品质管理方式等方面,始终同步甚至超越于全球水准。如它的装配技术,是依托雷诺日产联盟全球先进的柔性化生产制造技术,并通过现地化改善设计的。从总装到检测品质合格下线,花都工厂平均57秒即可生产、组装一辆世界级品质的汽车。这项成绩,刷新了全球生产节拍的纪录,在日产全球OEE(生产综合效率)综合评比中

始终保持领先。而总部所在的广州生产基地,和出品天籁、英菲尼迪高端车的襄阳生产基地,更是连续多年获得雷诺日产联盟全球生产质量最高水平的“年度工厂”、“雷诺日产全球标杆工厂”等荣誉。2012年,东风日产作为全球范围内唯一的汽车企业,获得日本能率协会颁发的“工厂管理奖”。

“东风日产始终追求与世界同步的技术、品质,同时目前也已经具备了与世界同步的技术研发实力及品质管理水平,以东风日产为代表的国际化车企不断崛起,必将带动中国整体汽车工业的进步。青年日活动为我们搭建了一个开阔国际视野,投身

产业实践的平台,有利于为企业及行业甄选、储备更多优秀青年人才。“中国青年报社总编辑张坤在深入了解东风日产后深有感触。

人才,是成就企业的基石

青年人才是社会的精英和中国工业的希望,中国汽车梦想的实现取决于我们的青年人。在十年的发展历程中,东风日产充分意识到欲打造世界级的技术、品质,就必须培养、储备具备国际化理念的青年人才。

在培养创造性产品研发青年技术人才方面,东风日产引进了面向全球各技术中心推出的

GTP培训计划(Global training program)。该项计划包含设计类、实验类、管理类共17门课程,让青年技术人才能够快速接受与世界同步的培训。截止目前通过GTP培训平台已向日产全球输送了16名日产全球技术中心认证讲师;

在培养与挖掘未来一代年轻人才方面,东风日产多年来通过“领先校园计划”、“阳光职业·金色未来”等校企合作形式,培育了各类汽车专业人才超过10,000人。2014年,为了进一步扩大人才培养范围,东风日产在“青年日”开幕式上宣布启动“东风日产启辰高校社团扶持计划”,将培养和扶持一批汽车爱好者社团,支持社团开展全方位、各种形式的校内和校外活动,为中国汽车产业的发展注入源源不断的新鲜血液。

针对这次活动,人民日报社副秘书长、中直青联副主席邓亚萍表示印象深刻,“东风日产敢于开放技术中心,让我们零距离体验新时代中国汽车研发和制造的最新技术和工艺,充分体现了东风日产对于自身技术和品质的自信,以及培育青年人才的积极热情。中国汽车工业要想走向世界,参与全球化竞争,需要有这样的精神,相信在更多与东风日产一样的优秀企业努力下,中国汽车梦不会太远。”

而任勇则表示,“与世界对话,是中国车企和中国汽车人的梦想和矢志不渝的追求,我们愿意以开放的心态,向广大青年人介绍汽车前瞻性技术,推广先进管理经验,为中国汽车工业培养更多的优秀人才,让青年人从起步就与世界同步!”