



冀云沧州客户端



沧州晚报官方微信



今日沧州客户端

今日天气

气温: 7℃—-7℃
风向: 东北风4—5级
天气: 多云

天气播报

明日天气

气温: 1℃—-9℃
风向: 东南风微风
天气: 晴

教育

新规

便民

提醒

出行

天气

招聘

省教育厅严格规范寄宿制中小学生日常作息时间

小学、初中起床时间不早于 7:00

近日,河北省教育厅发布《关于规范中小学日常教育教学管理的通知》,自2022年春季学期开始执行。通知提出,各地教育行政部门和各学校要严格规范中小学生的日常作息时间,保证双休日和法定节假日师生充分休息。

通知提出,严格规范寄宿制中小学生的日常作息时间:

——小学、初中起床时间不早于7:00,高中不早于6:30,可根据学生年龄段具体情况适

当安排早操晨练。

——小学上午上课时间不早于8:20,初中、高中不早于8:00。午休时间应不少于1小时。

——小学原则上不安排晚自习,初中晚自习结束时间不晚于21:00,高中不晚于21:40,应预留出学生晚自习后不少于半小时的自由活动时间。

——小学生熄灯就寝时间不晚于21:00,初中生不晚于21:30,高中生不晚于22:30。经批准和备案,学校可根

据当地季节变化对寄宿制学校熄灯就寝时间和早上起床时间做出适当调整,但要保证小学、初中和高中学生每天睡眠时间(不含午休)分别不少于10小时、9小时和8小时。

通知提出,严格规范非寄宿制中小学生的日常作息时间:

——小学上午上课时间不早于8:20,初中、高中不早于8:00。

——学校不得要求学生提前到校参加统一的教育教学活动。对于个别因家庭特殊情况

提前到校学生,学校应提前开门、妥善安置。

——合理安排课间休息和下午上课时间,有条件的地方和学校应保障学生午休时间不少于1小时。

——小学生就寝时间不晚于21:20,初中生不晚于22:00,高中生不晚于23:00。

通知提出,不得占用双休日或法定节假日开展文化课教学活动,引导义务教育阶段学生在双休日或法定节假日

不参加学科类校外培训活动。确因疫情等特殊情况下占用双休日的,可根据实际,经主管教育部门批准,调整为两周休息一次,一次休息四天,同时报省、市级教育行政部门备案。

通知提出,不得利用课后服务时间讲新课,不得将课后服务变为集体补课;保证学生平均每天有一个小时的体育锻炼时间。

关注

出行将更加方便

天津至潍坊高速铁路将经过沧州

近日,国家发展改革委发布关于新建天津至潍坊高速铁路可行性研究报告的批复,同意新建天津至潍坊高速铁路。线路起自京津城际铁路延伸线滨海站,经天津市滨海新区、沧州市和山东省滨州市、东营市、潍坊市,至终点济

青高速铁路潍坊北站,全长约348.9公里,共设10站。同步建设本线至济南联络线150.7公里,本线至津秦高速铁路、京滨城际铁路、济青高速铁路等联络线共约33公里。新建滨海西站动车运用所及东营南站、潍坊北站等存车场。

寒假未成年人网游限玩时间公布
春节当天只能玩1小时

腾讯游戏、网易游戏17日公布春节限玩通知,旗下网络游戏对未成年人限制游戏时间。腾讯游戏公布的“未成年人寒假限玩日历”显示,未成年人今年寒假能打游戏的时间最多为14个小时,春节当天只能玩一个小时。

根据该日历,未成年人只能在1月21日至23日(周五、周六、周日)、1月28日(周五)、1月31日至2月6日(春节假期)、2月11日至13日(周五、周六、周日)的20时至21时之

间登录游戏。其余时间未成年人均无法进入游戏。

此外,网易游戏针对春节期间未成年人网游时间发出通知。其中明确,春节假期,未成年人每天可在20时至21时体验游戏。

此前有报道称,有未成年人让爷爷奶奶刷脸,绕过游戏防沉迷系统。对此,腾讯游戏表示,55岁以上老年人账号夜间登录游戏,每次登录都需要人脸识别;同账号多设备频繁使用,会触发人脸识别系统。

今晚,请观赏2022年度“最小满月”
这也是农历辛丑牛年最后一轮满月

今天日落时分,一轮皎洁的明月将会从东南方冉冉升起。由于近地理位置会有遮挡,你可以等它升起一定高度后再进行观赏。

这轮满月有些特别,它是农历辛丑牛年最后一轮满月,

也是2022年第一轮满月,更是2022年度“最小满月”。

月亮围绕地球公转的轨道是椭圆形,在运转过程中,其距离地球时远时近,两者相差约5万千米。因此,从地球上望去就有了“大月亮”和“小月亮”之分。

体育总局等部门:

健身器材配建要特别考虑老年人需求

日前,体育总局、财政部、市场监管总局联合印发《关于加强公共场所全民健身器材

配建管理工作的意见》,提出健身器材配建要特别考虑老年人等群体需求。

热点



买得起不一定修得起
修车最贵的10款车型出炉

近日,中保研汽车技术研究院发布了第13期汽车“零整比”数据以及修车最贵的10款车型。

这10款车型如下:

北京奔驰C级(BJ7204HE1)
华晨宝马X1
东风英菲尼迪Q50L

华晨宝马X3
雷克萨斯ES(进口)
北京奔驰GLC
北京奔驰E级
奥迪A8(进口)
华晨宝马3系
天津一汽丰田亚洲龙

今起加满一箱油,多花13.5元

来自国家发改委的消息,今天零时起,每吨汽油价格上调345元,每吨柴油价格上调330元。

据测算,89号汽油价格每升上调0.26元,92号汽油价格每升上调0.27元,95号汽油价格每升上调0.29元,0

号柴油价格每升上调0.28元。

以油箱容量50升的普通私家车计算,调价后,加满一箱油将多花13.5元。这是2022年第一次调整油价。下一次调价窗口将在1月29日24时开启。

民政部门公布第九批非法社会组织名单
“智联城市产业联盟”等被取缔

民政部网站17日公布第九批地方民政部门依法取缔的部分非法社会组织名单,其中包括:

智联城市产业联盟
5G商用产业联盟
华商会

中国煤矿创伤学会华北分会
中国鲁艺书画研究院
中国职业乐手协会全国鼓手教育中心
东望荣经课堂
区块链研讨俱乐部
年冠赛鸽俱乐部

最高法要求:

依法遏制“法拍房”炒作

最高人民法院近日提出,落实“房子是用来住的、不是

用来炒的”定位,依法遏制“借名买房”“法拍房”炒作。

速览

2025年将实现
小雨不积水
大雨不内涝

近日印发的《河北省城市内涝治理实施方案》提出,到2025年,实现“小雨不积水、大雨不内涝”治理目标。

实施方案提出,到2025年,城市建成区面积的50%达到“海绵城市”建设要求,形成“源头减排、管网排放、蓄排并举、超标应急”的城市排水防涝工程体系,有效应对城市内涝防治标准内的降雨,实现“小雨不积水、大雨不内涝”的治理目标,基本消除“城市看海”现象。

国家发改委:
鼓励视频平台
春节限时低价

国家发展改革委近日发布《关于做好近期促进消费工作的通知》,提出春节期间鼓励网络视频平台限时低价放映电影,同时鼓励冰雪消费活动降低门票价格和停车费等。

通知提出,增加春节期间网络电视、网络电影、赛事直播等文化体育节目供应,鼓励网络视频平台限时低价放映电影;完善旅游景区、文化场馆等在线预订、无接触式服务、智能导游导览等功能,更好地满足群众的休闲消费需求。

本版稿件除署名者外,均据新华社、央视等。