

谁来保障孩子的2小时活动时间

本报评论员 赵晓煜

晚报观察

近日,教育部办公厅发出关于开展第7个全国近视防控宣传教育月活动的通知。通知要求,各地中小学校保障学生每天校内、校外各1个小时体育活动时间,鼓励有条件的学校学生校内户外活动时间达到2小时。

(据9月8日《沧州晚报》2版)

不少人感叹,身边的“小眼镜”越来越多了。
国家卫健委公布的一项数

据显示,2022年,我国儿童青少年总体近视率为53.6%。其中,6岁以下儿童的近视比例为14.5%,小学生为36%,而初中生和高中的近视比例则分别为71.6%和81%。

按照教育部办公厅的通知要求,要保障学生校内户外活动时间达到2小时。那么,谁来保障学生能够拥有2小时的体育活动时间呢?怎么把它落到实处,而不是仅仅停留在文件上呢?

第一责任人显然是各地教育行政部门、各中小学校长、任课教师和家长。首先,他们要提高对近视防控的重视程度,要认识到眼睛近视不仅仅是视力差、戴眼镜不方便这么简单,一旦发



展为高度近视,对眼睛健康会造成不可逆的影响。

还要充分认识到户外活动的对防控近视所起到的重要作用。那就是,户外活动接触阳光,能增加眼内多巴胺等活性物质释放,促进眼球正常发育并抑制眼轴变长,是防控近视有效、经济的方法。

其次,是把保障学生有足够的户外活动时间落到实处。笔者记得上小学和中学时,一到课间,大家都会出去玩,跳皮筋、跳绳、打羽毛球,既松弛了紧绷的神经,也锻炼了身体。学校上下午可各安排30分钟的大课间活动,任课老师不要拖堂,不许占用。

户外活动不用拘泥于活动形式和内容,可将部分室内课程,如班会课等放至户外进行。也可成立户外活动兴趣小组,积极开展形式多样、内容丰富的户外活动。

走出校门后,家长要成为孩子锻炼身体的引导者和监督者,可带领他们跑步、打球、轮滑,既保证了孩子在校外的体育活动时间,又密切了亲子关系。

防控儿童青少年近视需要政府、学校、家庭等各方面共同努力,共同行动,营造爱眼护眼的环境,共同呵护好孩子的眼睛,让他们拥有一个光明的未来。

留言板

他刚把被困夫妻救出,汽车就沉入水底

【事件】

几天前,天津的李女士和丈夫驾车出门,在经过渤海新区黄骅市吕桥镇孙正庄村时,与一辆三轮车发生剐蹭事故,车辆扎进河里。危急时刻,路过此处的闫绍红一把拉住李女士的手臂,将她拽上岸,又将司机救上来。他刚把被困车内的夫妻二人救出来,汽车就沉入了水底。

(9月13日《沧州晚报》)

【留言板】

@一杯浓茶:反映迅捷,要不然后果不堪设想。

@七十:下意识的反应最见人心!

@走路不要玩手机:如果碰到这样的事,我也会救人,毕竟是两条人命啊!

@桂珍姐:救人的过程惊心动魄!

@阖家幸福:见义勇为!

@无拘无束:应该大力弘扬!

@候鸟:夫妻俩遇到好人了!

@艾克沈:咱沧州是福地,因为好人多!

@快乐老太婆:为英雄点赞!

@辣妈:正能量!

@善行善德:不仅被救的人安全获救,他自己也平安归来。

@抖一抖:安全救人,必须大力表扬!

画中话

开车“碰瓷”



近日,湖南长沙警方成功打掉一个流窜全国多地作案开车“碰瓷”的犯罪团伙。

犯罪嫌疑人利用受害人没有购买商业险的空子,对其进行尾随、撞击,制造交通事故,索要高额赔偿。

截至目前,警方抓获犯

罪嫌疑人44人,为受害人挽回损失100多万元。

警方提醒,在驾驶车辆时,应严格遵守交通法规,同时要增强防范意识,遭遇“碰瓷”时,要第一时间报警处理,不要给犯罪分子可趁之机。

据@红星新闻

回音壁

抓鸭子吃肉赔了8000元

上海的一家店主买了一只宠物“柯尔鸭”,平时散养在店门口。“柯尔鸭”可爱的外形为店里招揽了不少顾客。近日,店主刚给鸭子洗完澡,鸭子就被一名男子顺走了。当民警找到男子时,“柯尔鸭”已经成了盘中餐。男子对自己的行为表达了歉意。双方协商后,该男子当场赔付了8000元以弥补对方的损失。

据@潇湘晨报

回音:还吃吗?

乘客轮流哄娃 宝宝破涕为笑

近日,在杭州开往丽水的高铁上,一对夫妻带着俩娃出门探亲,5个月大的宝宝哭闹不止,宝爸宝妈束手无策。这时,后排四五名乘客争先恐后出手,“抢”着哄娃。几个人轮流哄着,小宝宝几分钟内就转哭为笑了。

据@新华网

回音:谁不是哭哭啼啼长大的?多一些理解,少一些指责。

沧州晚报
分类广告
(资源置换)
13091164900

食品商贸公司招聘
沧州市区快销品业务一名,底薪+提成+公休+五险,有工作经验者优先。微信:13091164900
地址:沧州市运河区南外环

调料商贸公司招聘
业务员2名,女,25-40岁,底薪+提成3500-5000元;市内电三轮送货工,男,20-45岁,3500-4300元;小货司机,男,25-45岁,4500元。
电话:13292719181

河北悦荷餐饮管理有限公司招聘

- 1.餐厅主厨工资6000起;
- 2.切墩师傅工资4500起;
- 3.副灶师傅工资4500起;
- 4.面案主管工资6000起;
- 5.面点师傅工资3800起;
- 6.售餐员勤杂工3500起;
- 7.小吃师傅工资4000起
- 8.西点师(面议)

以上包吃住,有工作经验的优先,要有创新能力,要求身体健康,干活利索,能力强,素质高,上保险。有全勤奖,节假日有福利。

(另找招学徒工数名2500元!炒菜、切墩、面案)各岗位全勤奖200
地点:沧州市道东某学校食堂
电话:19932283866李经理
16713222229张经理

农业合作社招聘

收银员1名,理货员1名,要求:55岁以下,男女不限,高中以上,形象好,普通话,待人和蔼可亲,工作认真负责,无家庭负担,待遇2500-3500元,转正后可以上社保,无夜班,食宿自理,工作环境好。有超市经验优先。
工作地点:沧州市运河区光荣路彩虹桥西 微信:13091164900

火锅店招聘

1、点碳工2名,负责刷锅点锅,5000元一个月,早10:00-15:00 下午17:00-23:00;
2、兼职服务员6名,16:30-23:00,工资2800元。
以上人员年龄50岁以下,身体健康,要求干净利索,包吃住。
地址:沧州市新华区摩卡小镇附近
微信:13091164900

广告材料公司招聘

一、会计(女)3000-4000元,要求:40岁之内,会用电脑,月休四天;
二、厢货司机(4.2米蓝牌货车)5000-7000元,要求45岁之内,有公休;
三、电三轮送货工,男,50岁以下,3800-4500元,有公休。
公司有班车,年终奖,交社保,包食宿。微信:13091164900

商贸有限公司 诚招

1、电三轮配送工2名,工资3900-4200元;
2、司机3名,工资4000-4500元,两人一车。
以上职务要求:年龄45岁以下,身体健康,有责任心。微信:13091164900
地址:沧州市开发区八里屯

世翔生物公司招聘

1.外贸专员:利用公司提供的渠道寻找海外客户,整理回复询盘,并做好后期跟进工作。待遇:底薪+提成,3000-10000元以上。
2.业务员:市场销售及运营,待遇:底薪+提成,10000元以上。
3.网络销售:利用网络进行公司产品的宣传、销售及推广。待遇:底薪+提成,4000元以上。
4.短视频运营:负责公司旗下短视频账号的运营推广,负责短视频内容的素材收集,制定短视频的运营推广方案,制定短视频的产品销售与推广。待遇:保底5000元+业绩奖。
5.车间男工:车间操作工,工作简单,要求能吃苦耐劳,身体健康。待遇:工资3600元+计件工资。每月5500-7000元左右。以上岗位要求50岁以下,品行端正,工作踏实认真,应对快速敏锐,责任心强,有一定工作经验优先录用。月休四天,上保险,管吃住。手机:13363683938 公司地址:沧州市运河区西屯

速冻食品部招聘

厢货、面包车司机3名,男,45岁以下,底薪4500元+全勤奖+件提+奖金,要求身体健康,1年以上驾龄,有责任心,干活利索。
地址:沧州市开发区
微信:13091164900

果蔬店招聘

1、三轮送货卸货工,工作时间下午18点-19点,凌晨2点至8点30,待遇3800元-4000元+奖金+全勤200元;
2、理货员:凌晨2点-8点30,待遇3300元+200元全勤。以上人员要求53岁以下,身体健康,试用三天,一天70元,录用后计正常工资水平。
地址:沧州市新华区国富市场附近 微信:13091164900