

北京高考报名今日启动

北京2024年普通高等学校招生报名于今日启动。高考报名包括网上提交报名申请、网上填报个人信息并缴费和报名资格现场确认三个阶段。北京教育考试院表示,已进行现场报名资格确认的考生不退费。

考试院介绍,统考考生要选择相应的报考科目、是否参加艺术类统一考试、是否参加体育专业考试等考试项目,单考考生要选择是否参加公共文化课考试、是否参加艺术类统一考试,网上支付总费用为所选考试项目费用总和。网上支付成功后考生的报考科目、是否参加艺术类统一考试等考试信息不能更改。

考生在网上报名期间如果要更改以上项目,可在考生基本信息页面中“取消订单”,然后重新选择相关项目进行交费,原订单所交费用将在报名资格确认后退回考生缴费所用账户。

参加报名的考生不要急于

在交完报名考试费后立即注销账户信息,否则将给退费造成麻烦。已在网上交费符合以下条件之一的考生可以退费:未按要求进行现场报名资格确认的;现场报名资格审核不合格的;因网上支付时操作不当,或因网络技术原因,造成同一考生重复支付的;因修改报考项目而被考生取消的已成功支付的订单。

符合退费条件的考生,报名考试费将于12月30日前退还至考生缴费所用账户。退费到账通常需要1至7天,特殊情况有可能需要半个月左右时间,因此,考生可在退费工作完毕后一个月之内查询到账情况。

考试院提示,高考报名网上支付使用微信或支付宝方式,报名前应确认在手机上已安装微信或支付宝App,且相应账户上有充足余额;建议使用360浏览器(极速模式)、谷歌浏览器、IE11及以上版本浏览器。

热点问答

需要使用多大分辨率的显示器?
答:1024*768或者以上。

需要使用什么浏览器?
答:浏览器建议使用IE11、360极速浏览器、谷歌浏览器。

浏览器要做什么设置?
答:要关闭弹出式窗口设置,启用Cookie和JAVA小程序脚本,具体做法是(以IE11为例):浏览器菜单→Internet选项→安全→Internet设为默认级别浏览器菜单→Internet选项→隐私→设为中级,关闭“启用弹出窗口阻止程序”。

是否可以在报名时使用360、腾讯、百度、雅虎、GOOGLE助手等工具?
答:不可以,在报名时请卸载或者禁用,这些工具有些有弹出式窗口阻止功能。

是否可以使用防火墙?
答:可以,但是要设置防火墙允许你的机器和报名服务器进行数据交换,设置允许Cookie和

JAVA小程序脚本,打开80端口,具体设置方法请参考你的防火墙使用说明,如果在设置后还是不能正常报名,请暂时禁用防火墙。

在填写报名数据时是否可以使用全角输入?
答:不可以,报名时所有的数据项都要求使用半角输入。

报名登录时出现验证码不正确时怎么办?
答:首先确认输入是否正确,如果没有,则输入正确的验证码后再重新登录;如果输入了正确的验证码后还是报验证码不正确,则请刷新登录页面,然后再输入新的验证码进行登录,如果还是报验证码错误,则请参考下一条。

在报名时发现页面有乱码,或者数据显示不正确时怎么办?
答:首先刷新该页面,看是否显示正常,如果还是不正常,则参考上述第3、4、5问并进行以下操作,然后再重新刷新该页面:浏览器菜单→Internet选项→常规→删除Cookie浏览器菜单→Internet选项→常规→删除文件→删除临时文件。

强基工程

身边的优秀教师赵学良

为学校、教师、学生发展服务

编者按:丰台区基础教育“强基工程”总体目标明确指出,“培养一支名师引领、结构合理、充满活力的干部教师队伍”“每所学校都有领军型教师”。为进一步落实基础教育“强基工程”,讲好丰台教育故事,让大家更好地了解丰台区的优秀教师队伍,特推出“强基工程 身边的优秀教师”专题。通过对全区教育系统2023年获评北京市中小学正高级教师的27名优秀教师、教育工作者的典型事迹进行集中宣传,充分展示丰台区教育战线的精神风貌,助力区域教育社会影响力和公众认可度的提升。



——赵学良——

2005年6月加入中国共产党。丰台教科院院长,1988年毕业于首都师范大学化学系。从教34年来,历任化学教师、教研组长、年级组长、学校教研室主任、教学主任。2005年任区教科所副所长,2015年原教科所、党校、干部培训学校和教育督导中心成立教科院,任院长。曾先后主持丰台区“十二五”“十三五”“十四五”时期教育发展规划研制,承担多项国家、市、区科研课题和重大项目研究,获得“国家级、市级教育教学成果奖”“国家级教育研究成果奖”。获评“丰台区人民教师”“北京市党校系统优秀工作者”“北京市普教系统党建研究先进工作者”。

——典型事迹——

坚持为区域教育、学校、教师和学生发展提供科学务实的指导服务,确立“科学服务 引领发展”的办院理念,赵学良带领教科院成为区域教育决策与发展的最重要智库,在区域教育深化改革和高质量发展中发挥重

要的指导和引领作用。

做区域教育发展的引领者。赵学良主持了区“十二五”“十三五”“十四五”时期的教育发展规划的研制工作,指导规划前期的调研、分调研报告的辅导、分规划的制定、总规划的调研和撰写等工作。以重大项目研究推进区域教育发展。他主持并参与了区域“小学规范化建设”“初中建设工程”“义务教育课程改革”“高中新课程改革”“学生综合素质评价”“集团集群发展”“国际合作与交流”“中学教育资助”“义务教育品质提升”“高中高品质学校建设”等几十项重大项目。

做学校持续发展的指导者。赵学良注重在实践中把党建、干训和科研课题有机融合,深化校本研究,促进学校高品质发展。他积极组织开展主题干部研修,先后组织开展了“小学规范化建设研修班”“初中建设工程研修班”“学校文化建设研修班”“学校品质提升研修班”“书记和校长工作室”等多项主题研修工作,指导创建了30所市级文化建设先进校、22所市级科研先进校

和一批区级义务教育优质校和高中特色校。他组织学校办学实践研讨会,先后成功举办了北京十二中、丰台五小、丰台一幼等20多所学校的办学实践研讨会,总结学校办学成果,提炼办学经验,推广宣传学校,促进学校发展。

做教师专业发展的同行者。他组织建立了一支区级科研骨干教师队伍,完善规划课题管理体系,建立了“教育科研发展规划和课题指南”“各级课题管理办法”“学校科研负责人管理制度”。他注重加强对教师主持立项课题的规范管理和指导,在课题研究中提供伴随式指导。在实践中积极参与和主持国家级一般课题、教育学会课题、市级规划课题、国家和市级课题改革重大项目和区级课题的研究,积极参与课题培训和指导工作。

做学生全面发展的陪伴者。他以学生发展评价为载体,以家长学校建设为平台,建立了学校学生评价负责人队伍,建立了学校学生全面而有个性化的评价体系,建立了家长学校培训和家校共育机制。综合素质评价激励学生成长,建立了小学生市级综评手册与各学校文化建设融合的特色评价体系。家校共育促进学生成长,开展“随迁子女教育项目”“中小学家长委员会建设项目”等实践,编辑了“随迁子女教育项目研究成果汇编”“家庭教育30问”“家校共育手册”等,提升了家校共育的实效。

他将继续秉承“科学服务 引领发展”的理念,为区域基础教育高质量发展贡献力量,在努力为基础教育决策服务,为学校、教师、学生发展服务的道路上更加坚定地运行。

丰台教育

公开课

学习和谐沟通话术

让亲子沟通更和谐顺畅

孩子进入学龄期,尤其是升入中学后,家长们明显感觉到和孩子相处的时间少了,放学回家大部分时间都在学习,很难好好地谈心。我们可以充分利用接孩子回家的路上、吃饭、运动、周末外出等亲子时光与孩子沟通,聊一聊近期发生的事情。如果找不到话题,也可以与孩子一起听新闻,看到社会上的一些焦点问题,聊一聊“你们同学之间有没有讨论?”“你怎么理解这个事情?”或者看到有趣的视频,可以分享给孩子,以此开启一个话题“你对这个感兴趣吗?”“有看到过类似的视频吗?”

除了沟通载体和时机,表达方式也能起到锦上添花的作用。我们的想法与情绪除了通过言语表达,还可以通过面部表情、手势、身体姿势、语音语调等表现出来,尽可能多种方式搭配,可以表达得更准确。如表达赞成时,可以同时作出鼓掌或竖大拇指的动作,表达反对时,可以同时作出摆手或摇头的动作。手势也可以单独使用表达一些想法,或传达特定的指令。如无奈时“摊手”,碰到认识的人“招手”。当然,手势表情会受到社会文化和传统习俗的影响,同一种手势在不同地域或民族,可能表达不同的情绪,所以更多时候,手势是对语言表达的一种补充。既然我们在某个特定的情绪下会出现相对应的表情和身体动作,那是否可以专门做一些动作,传递给对方一些信息呢?答案是肯定的。比如当我们和孩子拌嘴时,经常会大声说话,可以尝试攥拳、暂时抿住嘴,降低自己的音量;提醒自己眼睛看着对方,表示礼貌;试着让自己的嘴角上扬,作出微笑的动作,都可以让亲子关系打破僵局。

其实,沟通技巧和话术会帮助我们应对一些冲突,少一些矛盾,但更重要的是平时多储备高质量的亲子时光。人有负面情绪很正常,亲子冲突也在所难免。但当我们情绪稳定的时候,一定要对孩子多陪伴,创造高质量的亲子时光。这样我们和孩子会彼此熟悉,也会感受到来自家庭更多的安全感与信任感,沟通交流时,就会知道当说到什么话,说到什么程度时,可能会引爆对方的情绪,提前调整自己。

■文/北京师范大学实验中学丰台学校 宋莉

