

家长担心孩子沉迷 孩子表示需要空间

如何破解暑期电子产品“争夺战”

陶 颖

暑假过半,许多家庭的日常渐渐陷入这样的循环:父母高举护眼大旗严防死守,孩子怀揣偷玩心思见缝插针。平板电脑里的动画、手机游戏的音效,成了亲子间无声的导火索。这些本应辅助学习、点缀生活的电子设备,仿佛被装上了无形的引力装置,让孩子难以挣脱,也让家长在管教与妥协间心力交瘁。

说好的约定成了拉锯战

“说好的30分钟,这都快1小时了。”8月9日午后,家住西安市青龙路的王芳在跟儿子说话时,声音里带着压抑的火气。8岁的明明趴在茶几前,双手正飞快地在平板上滑动,屏幕里的游戏角色刚打赢一局,他头也不抬地说:“这关特别难,我好不容易才过,再玩5分钟就好。”

暑假前,王芳和明明曾郑重约定“每天完成作业后能玩30分钟游戏”,可这个规则很快就被打破。起初是明明谎称作业写完了,结果发现是潦草应付;后来是游戏时间结束又要赖。最让王芳崩溃的是8月4日,她忘带东西回家取,竟发现明明踩着小板凳够藏在橱柜上的平板。

“我不是不让他玩,是怕他没节制。”8月10日,王芳叹气说。原本计划好的暑假阅读、户外运动,全被这场攻防战搅得支离破碎,连餐桌上的话题都只剩“今天玩了多久”。

藏在练习册里的“秘密”

“这是什么?”8月6日,当孙嘉柠从儿子的数学练习册里抽出一部智能手机时,指关节因为用力而泛白。

在孙嘉柠看来,暑假就该在家踏踏实实查漏补缺。她给14岁的小杰制定了详细的居家计划:早起读英语,上午做两套数学题,下午整理物理错题,晚上还要写一篇作文,并且明确

规定除了查资料,不准碰任何电子设备。可仔细询问后才知道,刚放假时,孩子便用攒了好几个月的零花钱买了部二手手机,想着偷偷刷短视频放松放松。

“我知道他闷,可升学压力这么大,在家就该多做做题啊。”可没收手机后的3天里,小杰像变了个人,总是坐在书桌前对着习题册发呆。

看着沉默的小杰,孙嘉柠突然想起暑假刚开始时,小杰曾小心翼翼地问她:“妈,我每天认真做题,能不能晚上看30分钟视频?”孙嘉柠皱着眉打断:“有这时间不如多背几个单词。”

“抽屉里的手机安安静静躺着,可我觉得自己好像把什么更重要的东西,锁在了里面。”8月10日,孙嘉柠说。

家长和孩子都有自己的道理

“我怕他眼睛瞎掉。”在家长互助群里,这句话总能引发一串共鸣。张女士的女儿刚上三年级,暑假迷上了平板绘画,每天趴在屏幕前涂涂画画,不到一个月就说“看东西模糊”,去医院检查发现视力降了100度。“医生说长时间使用电子产品伤眼,可孩子哭着说‘这是我的爱好’,我到底该怎么办?”张女士满是无奈。

更多家长发愁的是“时间失控”。“越限制越想玩,简直像场拉锯战。”李先生无奈道,他和妻子工作忙,平时由老人帮忙照看孩子。为控制游戏时间,他们给平板设了密码,没想到儿子竟缠着老人问出密码,趁他们不在家时偷偷解锁。

“他们根本不知道我在看什么。”10岁的蒙蒙说,她喜欢在平板上看自然科普视频,知道哪种蝴蝶的翅膀有“隐身术”,哪种植物会“吃虫子”,可妈妈总说“看这些没用,不如多做几道算术题”。



15岁的小航则觉得“被监视得喘不过气”。“我妈会偷偷查我手机相册,连和同学的聊天记录都要看。”小航说自己其实没玩游戏,只是在看编程教学视频,想暑假自学小程序,“可妈妈从来没问过我在学什么,上来就说‘又在玩手机’。”

专家:家长别忽略孩子的感受

“与其严防死守,不如建立‘规则共识’。”西安爱之初心理健康咨询有限公司负责人董琳琳指出,暑期电子设备矛盾的核心,往往是“家长单方面制定规则”,却忽略了孩子的感受。

董琳琳建议从三个层面破解困局。划分边界:和孩子一起制一张“屏幕使用时间表”,用不同颜色标注“学习时间”(如用平板上网课)、“娱乐时间”(如看动画、玩游戏)、“无屏幕时间”(如吃饭、户外活动),并约定“超时一分钟,第二天减少五分钟”,用具体规则代替模糊的“不准玩”。

内容参与:低龄孩子看动画时,家长可以坐在旁边一起讨论“这个故事讲了什么道理”;青少年刷视频时,不妨问问“你觉得这个博主说的对吗”。当家长主动了解孩子关注的内容,既能筛选不良信息,也能让孩子感受到“被尊重”。

现实替代:孩子沉迷屏幕,有时是因为现实生活太单调。家长可以根据孩子的兴趣,安排屏幕外的快乐:喜欢动画的孩子,可以一起学画漫画;沉迷游戏的孩子,试试户外拓展或团队运动。

“或许,破解暑期‘屏幕拉锯战’的关键不在于‘禁’与‘放’的对立,而在于家长能否问问孩子:‘你想玩什么?我们一起试试?’毕竟,暑假的意义不是‘完美管控’,而是让孩子在真实的陪伴里,找到比屏幕更温暖的光。”董琳琳说。

陕西交控绿发公司“电池银行”的成功落地,是一次全新的尝试。“电池银行”通过对新能源汽车电池的集中管理,大幅降低新能源车主的养车成本,同时通过对电池资产的集中管理,规范回收“退役”的新能源汽车电池,实现电池生命周期的价值最大化。该项目投运后,预计5年内可实现碳减排1.42万吨,有效缓解城市交通碳排放压力,推动延安市网约车能源结构绿色低碳转型。



作业人员正在下道避车。



刘宏博(左)与苏志刚进行无人机操作。

给大山“体检”的人

盛夏时节,秦岭山脉,苍翠欲滴。我国第一条电气化铁路——宝成铁路就穿山越岭坐落在这美丽巍峨的山峦之间。

“大家再检查一下安全带、安全绳状态,高空作业这个可马虎不得。”8月4日7时40分,宝鸡工务段杨家湾桥隧车间检查工区副工长刘宏博在班前会上,大声叮嘱着当天的作业注意事项。

宝鸡工务段杨家湾桥隧车间主要承担着宝成铁路88.95公里桥路设备的养护维修工作,管内共有隧道63座、桥梁116座、涵渠206座、山头96座,刘宏博所在的检查工区,每月都要一米不漏地对这些设备进行检查。

群山环绕,桥隧相连,每到汛期,检查压力倍增,刘宏博和同事就

要将隐患找出来并指导养修工区全部消灭掉。“让无人机飞起来,把那些高风险的处所再挨个看一遍。”苏志刚熟练地操作着无人机。以前,山体巡查完全依靠跋山涉水徒步检查,要将管内90多座山头排查一遍,作业人员的工作强度非常大。近年来,随着无人机的应用,“人防+技防”让班组检查如虎添翼,管内隧道口山体排查由原先的30天左右缩短为20天左右,效率大幅提升。

13时30分,当天的巡查作业结束。大家坐在半山坡上休息,清风徐来,吹走满身汗水,工装上的“白色烙印”是他们的荣耀勋章。宝成铁路自建成以来,一代代铁路人薪火相传,用心用情用力呵护铁路安全,护航大动脉畅通无阻。

通讯员 周箫 摄影报道



俯瞰宝成铁路(无人机拍摄)。通讯员 张赢弘 摄

“海鸥振翅,展鸿鹄之志;一座江城,愿听天下风雨声……”长江之畔,记者在安徽省芜湖市第二中学的校园里听到这样一首校歌。歌声唱给“江城”走出的抗战名将——戴安澜。

戴安澜自号“海鸥”,芜湖无人,毕业于黄埔军校,曾参加北伐战争。抗战期间,他在台儿庄战役、武汉会战、昆仑关战役中屡建战功。

1942年初,中国远征军开赴缅甸。戴安澜率第200师作为中国远征军的先头部队赴缅参战,与数倍于己的日军在同古展开血战。他带头立下遗嘱:只要还有一兵一卒,亦需坚守到底。如本师长战死,以副师长代之,副师长战死以参谋长代之……全师各级指挥官纷纷效仿,誓与同古共存亡。

历时12天的同古保卫战,200师以牺牲800人的代价,打退了日军20多次冲锋,歼灭敌军4000多人,俘敌400多人,予敌重创,打出了国威。

就在不久之后,部队遭遇敌人袭击,戴安澜身负重伤,在距祖国只有100多公里的茅邦村,38岁的“海鸥”艰难地向祖国的方向凝望片刻后,永远闭上了双眼,留下的最后一句话是:“反攻!反攻!祖国万岁!”

戴安澜将军追悼仪式在广西全州举行,毛主席亲笔题赠挽词。抗战胜利后,戴安澜的灵柩迁葬回芜湖。“随戴将军一起‘回来’的,还有安澜工业职业学校,也就是我们学校的前身。”芜湖市第二中学党委书记毛红说,学校还有个名字叫“安澜中学”。

走进无为市洪巷镇练溪社区风和村,一座青砖黑瓦的民居映入眼帘,这里是戴安澜故居,如今陈列着他的生平事迹、照片和部分勋章等。

“1904年,戴安澜在这里出生,后来不断学习、成长,走上了保家卫国的道路。”洪巷镇干部戴茂标是将军的后人,他告诉记者,戴安澜因身体瘦弱落选军校,而后刻苦锻炼,终于成为了黄埔3期的学员。也是在这个时候,他改名为“戴安澜”,自号“海鸥”。“以名言志,安邦定国,搏击风浪。”戴茂标说。

故居不远处,长着一棵枝繁叶茂的老枫树,相传戴安澜从树下经过,走向革命,如今成了游客们的一处怀想地。

村民告诉记者,戴安澜不仅是教科书上的英雄,更是亲切的乡人:他爱唱戏,擅长旦角;他重视教育,亲戚在家乡创办仁泉小学,他

戴安澜:永远振翅的「海鸥」



戴安澜像(资料照片)。新华社发

带头捐钱;他有情怀,为儿女起名“覆东”“靖东”“澄东”“藩篱”,寓意安定东方、保家卫国;他倡导新式婚姻,与夫人无比恩爱,却在家中写下绝笔:“现在孤军奋斗,决以全部牺牲,以报国家养育。为国战死,事极光荣……”如今仁泉小学依旧书声琅琅,老枫树被画进校徽,一只只海鸥绣在学生们胸前,安澜的名字挂在了书屋里。“海鸥是将军,也是我们。”一位学生说。

芜湖市风景优美的赭山上,安葬着戴安澜的遗骨,常有祭扫的市民献上鲜花,表达对英烈的敬仰和追思。

在“江城”很多地方都能找到海鸥和安澜的“踪迹”。名为安澜的路上车流如织,名为安澜的桥见证长江奔流。海鸥贴在芜湖二中的浮雕墙上,也悬挂在校史馆的屋顶。毛红告诉记者,学校建设体现戴安澜事迹的校史馆,把戴安澜的精神融入校训,学生成立各类社团,将他的故事改编为话剧,用青春的方式继承英烈遗志。

“我们要学习海鸥将军不畏困难、勇于向前、心怀大我的精神。”芜湖市第二中学初二学生曹冰霖说。

在她以及很多芜湖人看来,枫树下飞出的那只“海鸥”,早已化作万千形态“回家”:一座桥、一条路、一所学校、一群水鸟……这便是英雄最恒久的生命。

洋县:以法治力量促进朱鹮种群保护

新华社记者 付瑞霞 姜辰蓉

晨光初露,在被誉为“朱鹮之乡”的汉中市洋县,一群夜宿的朱鹮已苏醒,振翅离巢。

远处,照相机的快门声此起彼伏,来自全国各地的摄影爱好者已经提前架起“长枪短炮”,争相拍摄朱鹮翩跹起舞的壮观景象。在这些摄影爱好者的身旁,一面“野生鸟类摄影行为规范”宣传牌格外引人注目。

“这面宣传牌是引导生态摄影行业合法合规,保护朱鹮生存繁衍的措施之一。”洋县人民检察院副检察长纪建军告诉记者。

洋县地处秦岭南麓,生态良好,物种丰富,吸引了许多生态摄影爱好者前来“打卡”。洋县当地也出现了一批“鸟导”,他们专门为摄影爱好者提供拍摄路线规划、鸟类识别等服务。

“2024年底,我们接到群众举报,个别‘鸟导’和摄影爱好者为了达到拍摄效果,以泥鳅等诱饵吸引朱鹮聚集,待朱鹮俯身觅食时将它们骤然惊起,迫使朱鹮频繁起落。”纪建军说,“洋县人民检察院发挥公益诉讼预防性功能,通过召开行政公

陕西省第三届“长安科普”讲解员比赛在渭南举办

本报讯(李二娟)8月8日,由陕西省社会科学界联合会主办的陕西省第三届“长安科普”讲解员比赛暨第四届省市区社科普及基地讲解员大赛选拔赛复赛在渭南市举办。

此次比赛以“担负起新时代的文化使命”为主题,设置自主命题讲解、随机命题讲解和评委问答三个环节,全面考察选手的知识储备、表达

(上接第一版)

当一位清华大学水利专业学生触摸浇筑中的大坝混凝土,感受到那份厚重与温度时,他感慨道:“原来课本上的‘百年工程’,是无数工匠把汗珠砸进图纸,用青春嵌入钢筋的真实结晶。”这场由工会携手顶尖学府打造的“匠心接力共筑安澜”研学活动,让年轻学子在产业工匠学院里亲历了精神传承的震撼一课。

省农林水利气象工会精心构筑的“大文化”格局,让南泥湾精神在匠心碰撞与文化浸润中焕发新枝。

精神传承的火种,也在校园里反向播撒。“劳模工匠进校园”活动中,当李娟、赵强等劳模走进校园分享成长故事,台下观众的眼中闪烁着光;在职工趣味运动会上,拔河绳凝聚着“团结协作”的力量;在创意读书角里,字句传递着进取的火花。

“大活动”深根固土

五月的渭北平原波浪翻涌,陕西省机电技工学校实训车间里,油漆喷枪与金属碰撞的声响应和着此起彼伏的掌声。

省农林水利气象工会系统“劳模工匠进校园”暨“南泥湾精神+”系列大思政课、“工匠新星

杯”创新技能竞赛发布活动,在农机轰鸣与青春笑语的交织中展开,劳模工匠与青年学子共同演绎了一场匠心对话。

“我们以传承弘扬南泥湾精神为牵引,以竞赛为载体,创新构建‘沉浸式参观+互动式教学+传承式实践’三维育人模式,打造工会思想政治教育培训新高地。”周晓芳在现场如是说。在这里,没有高台说教,有的只是技能切磋中的思想碰撞与匠心传递。

省农林水利气象工会将南泥湾精神的传承,深深融入产业实践的沃土。从“四季送”的关怀暖流,到工会帮扶的雪中送炭;从维护劳动者权益的坚实行动,到劳动技能竞赛的激烈角逐;从工匠学院的系统培育,到田间地头、重大工程一线的生动实践——以业务活动为驱动,将精神基因转化为职工内生的澎湃动力。

以“大宣传”唤醒记忆,以“大调研”感知脉动,以“大文化”烙印认同,以“大活动”深植根基——这条由省农林水利气象工会精心编织的“精神基因链”,正在系统内劳动者的汗水中延展且愈发坚韧。

正如周晓芳所言:“我们不仅要守护好南泥湾这块精神丰碑,更要让它在新时代产业发展的沃土里,长出更繁茂的枝叶。”