

□本报记者 王亚同

“娃儿上小学4年级,以前作业多,辅导起来鸡飞狗跳,现在在学校就能完成了。”
“辅导班只报了篮球,孩子睡眠充足,睡眠质量也提高了。”
“孩子小时候喜欢画画,为了专心学习只能放弃,今年又把爱好捡起来了。”
4月18日,财富中心某小区的家长们在微信群里兴奋地聊着“双减”。类似场景,在重庆已非鲜见——“双减”后,孩子们有了更多时间投身于户外运动、兴趣爱好,生活学习各方面已悄然发生变化,在春暖花开的时节,校内外绽放着勃勃生机与活力。

自去年7月以来,我市按照中央部署和市委要求,坚持校内校外“一盘棋”推进,“双减”取得了阶段性成效,呈现出新面貌、新气象。2022年,重庆“双减”如何巩固提升成效?前不久举行的重庆市“双减”工作督导动员部署会上传出消息,我市将进一步加强督导,在减负提质、规范校外培训上纵深发力。

重庆分学科精细化指导作业设计与实施入选教育部经典案例

不久前,教育部办公厅发出《关于推广学校落实“双减”典型案例的通知》,从各地的好经验好做法中,遴选了10个典型案例予以推广。其中,重庆市分学科精细化指导作业设计与实施的举措成功入选。

减轻学生作业负担,是“双减”的首要任务。为做好校内减负提质,重庆着力围绕精细化指导作业设计,充分发挥教研机构的研究、指导和服务作用,在全国率先出台了《义务教育阶段语文等12个学科作业设计与实施指导意见》,涵盖小学语文、数学、英语、初中语文、数学、英语、道德与法治、历史、地理、物理、化学、生物等12个学科,对指导义务教育阶段学校加强作业管理、提升育人质量起到积极推动作用。

此举,让学校作业“大变身”。
两江新区西南大学附中的生物课,学生们自己动手创新生物作业设计,从花鸟鱼虫、四季轮转中形成感性认识、理性思维。在老师指导下,西大附中中学生万子照制作了植物滴胶。“里面封住了一朵花的花冠、花瓣、花蕊等,希望未来某一天再看到它时,能想起2022年的春天。”她说,作业成了充满创意的作品,让自己更有趣去深入探索生物学。
学校老师也“八仙过海”,纷纷对作业设计进行积极探索和尝试。江津区塔溪实验小学在综合实践课程中,师生一起走进工厂探索科技奥秘。忠县实验小学设置了1-12册《开心零作业超市菜单》,供全校学生在每周四自由选择完成。

“按照‘压总量、控时间、调结构、提质量’的总体要求,不断提升作业管理水平。”市教委有关负责人介绍,目前,全市所有义务教育阶段学校均建立作业公示制度,作业

小学三至六年级书面作业平均完成时间不超过60分钟,课后服务时间原则上不早于正常下班时间,学科类培训机构统一登记为非营利性机构——

重庆“双减”向纵深发力

时间均达到国家要求。

出台学科课堂教学基本要求 课后服务实现“四个全覆盖”

与作业减负相对应的,是提升课后服务、课堂教学质量。

市委教育工委书记、市教委主任黄政介绍,“双减”以来,全市中小学“一校一策”制定了课后服务实施方案,推进“5+2”课后服务模式,即:学校每周5天开展课后服务,每天至少开展2小时,实现课后服务“四个全覆盖”——周一至周五每天全覆盖、所有义务教育学校全覆盖、所有学科全覆盖、所有有需要的学生全覆盖。

不少区县在课后服务上亮点频出。北碚区中小学创新“作业辅导+社团活动”课后服务模式,开设艺术、体育、劳动、阅读、科技等社团800余个。江北区利用课后服务开展“五个一点”活动,提供多元化“菜单式”课程套餐供学生选择。石柱、梁平等区县还深入挖掘地方特色文化教育资源,因地制宜推出地域化特色课程。

围绕提高课堂教学质量。我市组织开展“基础教育精品课”遴选工作,创新教学方法,激发教师投身课堂的积极性和创造性。市教委出台《重庆市义务教育阶段学科课堂教学基本要求(试行)》等,推动全市不断深化课堂教学改革,提升教学水平。

目前,全市所有区县均已建立课后服务保障机制,义务教育阶段学校课后服务实现“5+2”全覆盖,参与课后服务学生达到300.16万人,参与率达到98.32%。

专项整治校外培训行为 学科类校外培训机构压减99.55%

除减少学生作业负担,“双减”还有一个目标,就是减少校外培训负担。重庆打出“压减培训机构、加大监管力度、加强风险管理”系列组合拳,规范校外培训治理。

据了解,“双减”政策实施以来,全市1545家学科类校外培训机构已压减1538家,其中转型1064家、注销或停办474家,压减率99.55%。

我市还出台相关制度,明确规定不得再审批新的学科类校外培训机构,不得再审批新的学龄前儿童校外培训机构;建立由教育部门牵头,体育、文旅、科技部门配合的体育、文化艺术、科技类培训机构审批管理机制。

同时,扎实开展规范校外培训行为专项整治,共排查梳理与“培训”“教育”有关的机构约2.6万家,开展联合执法8217次,处理违法违规机构1589家。扎实开展非学科类培训机构超收费用专项治理,学科类培训机构全部登记为非营利性,出台学科类校外培训机构收费标准。据估算,每年为30余万个家庭节省校外培训费用60余亿元。

为加强风险管控,我市出台培训机构从业人员和培训材料管理办法,开展培训机构培训材料专项整治。目前,全市各区县均建立校外教育培训监管和服务平台,对所有已审批的机构采取“第三方托管+风险储备金”模式进行监管。

小学生在校内基本完成书面作业 不再审批新的学科类校外培训机构

市教委有关负责人介绍,“双减”作为一项涉及各方面的系统性工程,当前仍存在一些不容忽视的问题。如学科类培训机构压减后“一对一”“高端家教”等隐形变异校外培训查处难度大,学校课后服务水平不高、内容亟待丰富等。

为进一步推动“双减”政策在全市落深落细,近日,市教委、市政府教育督导室印发了《关于印发重庆市2022年“双减”督导工作方案的通知》。

在减轻学生过重作业负担上,《通知》要求学校要完善作业管理办法,确保难度不超国家课标;严禁给家长布置或变相布置作业,可在校内适当安排巩固练习;小学三至六年级书面作业平均完成时间不超过60分钟,初中书面作业平均完成时间不超过90分钟。加强作业完成指导,教师要指导小学生在课内基本完成书面作业,初中生在课内完成大部分书面作业;教师要认真批改作业,及时做好反馈。

在保证课后服务时间,原则上不早于正常下班时间,对有特殊需要的学生,学校应提供延时托管服务。提高课后服务质量,学校要增强课后服务的吸引力,拓展课后服务渠道,发挥好少年宫、青少年活动中心等校外活动场所在校后服务中的作用。

全面规范校外培训,各区县不再审批新的面向义务教育阶段学生的学科类校外培训机构,现有学科类培训机构统一登记为非营利性机构。此外,对原备案的线上学科类培训机构,改为审批制。学科类培训机构一律不得上市融资,严禁资本化运作。

重庆今年将定向招收 208名学前教育公费师范生 面向应届初中毕业生,学制5年,学历专科

本报讯(记者 张凌涛)4月20日,市教委发布消息称,2022年重庆市将面向全市应届初中毕业生招收学前教育公费师范生,为我市22个区县定向培养幼儿园教师208人,培养学制为5年,学历层次为专科。培养学校为重庆幼儿师范高等专科学校、重庆文化艺术职业学院。

据了解,学前教育公费师范生招生对象为具有重庆市初中阶段三年完整学籍的本市户籍的应届初中毕业生,需参加重庆市2022年初中毕业生学业水平暨高中升学考试,身体健康,体检合格(以参加中考体检结论为准)。

凡自愿报考2022年学前教育公费师范生的应届初中毕业生,须在4月25日—27日分类别报名登记时,自愿选择填报“公费幼师”类别,同时可兼报普通高中,联招区县的可兼报联招;6月1日9:00—6月10日18:00间,须登录“重庆市中职招生网上录取系统”(http://zzb.cqzk.com.cn/)填报志愿,每名考生可填报8个志愿(定向就业区县),志愿以平行的方式投档。志愿填报截止后,不得取消或更改;6月12日—6月14日须参加2022年初中毕业生学业水平暨高中升学考试。

在投档录取环节,将根据考生的初中毕业生学业水平暨高中升学考试成绩择优录取。考生一经录取,不再投档。被录取考生普通中学不再录取。被录取的考生,凭录取通知书到培养学校签订《重庆市公费师范生培养协议书》,具体时间由各培养学校确定并通知到学生。

据了解,学前教育公费师范生在5年修读年限内,免缴学费,免缴住宿费并补助生活费,市级财政按照年初预算招生人数分年度向承担培养任务的院校下达资助经费预算。学前教育公费师范生毕业后,通过公开择优考核招聘到签订协议区县(自治县)政府举办的幼儿园工作,最低任教服务期限为6年。在协议规定的服务期内,学前教育公费师范生不得脱产攻读本科和研究生,但可在职攻读本科及以上学历。

渝北打造万人研发 软件产业基地

本报讯(记者 张莎)记者从4月19日举行的重庆(渝北)智能新能源汽车产业发展主题沙龙上获悉,渝北区正以仙桃数据谷为核心载体,聚焦智能驾驶、智能座舱、车规级芯片等领域,大力发展汽车软件产业,打造全球首个万人研发的软件产业基地。

在主题沙龙上,中国工程院院士、行业专家、新能源造车企业、本地龙头企业、汽车软件企业、核心配套企业等相关负责人围绕汽车产业高质量发展、新能源汽车新生态等展开讨论,共商智能新能源汽车产业发展大计。

据了解,作为去年被正式确定的全市首个“市级汽车电子重点关键产业园”所在地,目前渝北区已集聚中国软件产业百强企业12家、汽车智能化龙头企业20家、汽车核心软件研发企业300家、配套软件交付企业1000家,为奔驰、宝马等20余家品牌车企提供智能化产品服务,整车装载量超过1000万辆。在新能源汽车整车制造方面,目前已有国内三家自主品牌整车制造项目相继落户渝北。

全国肿瘤防治宣传周专家圆桌会——

癌症防治重庆行动早成效显

市卫生健康委疾控处处长胡宇峰: 宣传教育,积极预防,抓住癌症防治关键执行点

溯本求源,多原因共促成效

对于重庆市癌症早死亡率下降的原因,市卫生健康委疾控处处长胡宇峰表示,从环境上来说,重庆市环境建设持续改善,大大降低了患癌风险。从民众意识上来说,一方面,从2009年起,全市开展全民健康生活方式行动,普及健康知识,促进了居民健康行为的形成,降低了重庆市癌症发病的风险。另一方面,我市加强癌症早诊早治的宣传教育,提高了居民主动寻求筛查和早诊早治的意识,提高了早诊率,从而降低了发病率和过早死亡率。“当然,重庆市医疗救治能力的明显提升,提高了癌症救治的水平,也降低了癌症的早死概率。”胡宇峰说。

重庆大学附属肿瘤医院党委书记吴永忠: 上下联动,多方协同,构建肿瘤防治共同体

“一网一链”,在家门口治愈癌症 癌症防治,体系支撑是基础。重庆大学附属肿瘤医院党委书记吴永忠介绍,重庆癌症防治体系的建设经历了3个阶段。在2014年前为规范治疗阶段,“重治轻防”,肿瘤防治重点更多地放在了推行肿瘤的综合治疗理念上,更加注重重肿瘤的规范化治疗。“在这个阶段,我们把眼光更多聚焦于医院怎么去治病,怎么去合理、规范地治疗病人。”吴永忠说。

自2015年开始,重庆癌症防治体系的建设理念由“重治轻防”转变为“防治并重”,进入第二个阶段——体系建设阶段,由重庆大学附属肿瘤医院牵头构建“一网一链”肿瘤防治体系。其中“一网”是“市级—区域级—区县级”肿瘤防治网络,“一链”则是指区域协作的涵盖肿瘤登记、科普宣传、预防筛查、规范诊疗、康复管理的完整诊疗服务链。

在此防治体系下,区县医院能开展基本的肿瘤诊疗技术,各区域有肿瘤专科医院能够对相对疑难的病人进行诊疗,重大疑难病人又有重大附属肿瘤医院“兜底”,让普通群众实现“在家门口就能治愈癌症”。

三级预防,有效降低癌症负担

据重庆市卫生健康委公布的数据,2021年重庆新发癌症病例约9.7万人,5.6万人因癌症死亡。不过,胡宇峰表示癌症是一类可防可控的慢性病,癌症防治的关键执行点是实施癌症的三级预防策略,可有效降低癌症的疾病负担。

其中,一级预防在源头,指的是病因预防,通过尽量避免或减少危险因素暴露,可降低癌症发病风险。二级预防针对高危人群进行早期筛查,早期诊断和早期治疗,提高癌症治愈率和生存率,降低癌症死亡率。三级预防则是在治疗端,通过合理治疗和康复,缓解癌症患者症状,提高生存率和生存质量。

据了解,截止2021年底,已建成涵盖10个二级肿瘤医院、27个肿瘤规范化诊疗基地、57个肿瘤专科联盟成员单位的三级肿瘤防治网络。

全面防治,构建肿瘤防治共同体 从2020年至今,重庆癌症防治体系进入第三个阶段“全面防治阶段”:建立了肿瘤防治网和完整的肿瘤诊疗服务链,下一步主要任务是构建由政府与医院、社会与医院、医院与医院、医院内部防治链条的肿瘤防治共同体。

自2012年以来,重庆每年持续开展城市癌症早诊早治项目,在重庆市2022年全国肿瘤防治宣传周启动仪式上,重庆居民癌症自助风险评估小程序上线,机会性筛查与早诊早治项目同步启动,预计将进行20万人的患癌风险评估,并对3万人次的癌症高危人群进行临床筛查。

吴永忠表示,“在防治并重的基础上,充分发挥政府主导作用,广泛动员社会层面开展机会性筛查,引导广大市民参与防癌抗癌活动,增强肿瘤的防治意识和知识”,多方协作,上下联动,共同推进肿瘤防治取得新成效。



重庆大学附属肿瘤医院对外服务发展部主任赵玉兰: 走出去,请进来,提升基层医疗癌症防治水平

“基层的医护人员是距离基层老百姓距离最近的,只有提高了他们的意识和能力,才能更好地服务于广大基层的老百姓。”在肿瘤防治中,重庆大学附属肿瘤医院对外服务发展部主任赵玉兰强调了基层的重要性,她表示,应全面提高基层医护人员肿瘤防治意识和肿瘤规范化诊疗能力。

在具体操作层面,赵玉兰认为,可以从“走出去、请进来”两端发力,并通过线上线下结合的模式进行。走出

去,即指优势资源下沉,“通过专家团队、医护人员定期到基层医院工作,带去技术和知识,开展学术讲座,手把手帮扶。”请进来则是上级培训,“邀请基层医护人员到我院进行专业知识、管理知识的培训。”同时,赵玉兰认为,采取线上线下相结合的模式,可突破时空限制,做到肿瘤学科新进展、规范化诊疗的相关知识和及时、有效分享,实现共同提高。

重庆大学附属肿瘤医院肿瘤防治办公室主任何美: 健康生活方式,早发现早治疗,癌症预防科学施策

大多数癌症发病比较隐秘,早期无明显症状,重庆大学附属肿瘤医院肿瘤防治办公室主任何美表示,确诊的时候多数患者已经发展成为中晚期,已经失去了手术的机会,大多数以放疗化疗为主,治疗效果较差,生存时间较短。因此,对于癌症最重要的是防患于未然,首先,提高健身素养,保持健康的生活方式。不吸烟不喝酒,合

理膳食,均衡营养,讲究卫生,避免感染,多运动,保持适宜的体重。同时,何美指出,定期防癌体检,做到早发现早治疗。癌症的治疗效果、生存时间与发现时间的早晚密切相关。发现越早,治疗效果越好,生存时间越长,因此,市民朋友们一定要重视防癌体检,选择正确的医疗机构,定期进行防癌体检。

重庆大学附属肿瘤医院胃肠肿瘤中心主任孙浩: 早诊早治,健康心态,40岁以上要定期到医院筛查

对于胃肠癌症,重庆大学附属肿瘤医院胃肠肿瘤中心主任孙浩认为,一定要抓住先机,积极参与筛查,“早期胃癌治愈性很高,肿瘤已经出现转移,晚期胃癌费用高,且效果不理想”。孙浩强调,在目前对于胃癌筛查,做胃镜是最有效的方式。但在实际临床中,大众对胃镜仍存在误解,孙浩说:“很多人都认为做胃镜很痛苦,但目前纤维胃镜很细,还可配合麻醉做无痛胃镜,睡一觉就做好了。”孙浩建议,40岁以上居民,均需到医院进行胃镜健康筛查。

做好胃肠疾病预防,孙浩建议,要养成良好的生活习惯,参加体育锻炼,“现在生活压力大,保持舒畅的心情,也非常重要。”孙浩说。

重庆大学附属肿瘤医院乳腺肿瘤中心副主任周鑫: 自我查体,及时诊疗,乳腺癌防治要早早行动

乳腺癌被誉为“女性健康杀手”之一,根据国家癌症中心发布《2022年全国癌症报告》显示,乳腺癌位列女性癌症发病率榜首。今年癌症防治宣传周主题为“癌症防治,早早行动”,防治乳腺癌,如何做到“早”?

重庆大学附属肿瘤医院乳腺肿瘤中心副主任周鑫指出,从社会医疗机构层面上,要加强乳腺癌相关知识的科普宣传;从个人来说,则要建立培养健康意识,每1-2年到医院进行体检,定期进行乳腺癌的早期筛查,同时,在日常生活中,女性也可以进行自我查体,如有异常及时到正规医院就诊,“这样肯定会起到早诊断、早发现、早治疗的目的,自然而然患者的治疗效果也会得到提高。”周鑫说。

骆丹 图片由受访者提供



科普讲座、专家走基层进乡村、重庆居民癌症自助风险评估小程序上线……在4月15日-21日2022年全国肿瘤防治宣传周,重庆全面开展各项活动,将肿瘤防治宣传深入到广大民众中。

据市卫生健康委提供的数据,重庆市四类主要慢性病过早死亡率由2020年的13.66%下降到2021年的12.80%,其中癌症早死率由2020年的6.55%下降到2021年的5.97%。提前完成了“健康中国行动”提出的要求指标。降低癌症发病率和死亡率,提高癌症早诊率和生存率,切实遏制癌症危害,提升市民健康水平,重庆有什么经验做法?个人应该如何正确认识癌症、积极防控癌症?来自市卫生健康委疾控处、重庆大学附属肿瘤医院的领导、专家们开出了“药方”。