

谁抢走了中小学生的睡眠时间？

本报记者 杨景鹏
实习生 赵斯诺

中小学生学习负担重、睡眠时间不足问题已成为社会关注的热点问题，也是教育领域关注的重点问题。

在我们身边，经常能听到家长反映他的孩子睡觉越来越晚，而教育部印发的《中小学健康教育指导纲要》中指出，要保证中小学生学习充足的睡眠时间。一方面是要给中小学生学习减负，另一方面是家长在抱怨孩子越睡越少，为什么中小学生学习房间的灯总是要亮到深夜？到底是谁抢走了中小学生的睡眠时间？连日来，围绕这一话题我市网友展

开广泛热议。

现状：“白+黑”“5+2”成常态

4月的一天，时间是23时15分。网友“凌波微步”在微信朋友圈中分享自己的心情，“儿子写作业，我陪读，我竟迷迷糊糊进入了梦乡……”

看到朋友们发来安慰的表情，网友“凌波微步”在心疼之余，心情颇为复杂。他说，儿子在读八年级，每天睡觉都在22时以后，甚至拖到凌晨，他已经习以为常。早上6时，孩子起床，每天睡眠时间常常不足7小时。”网友“凌波微步”说。

不仅是中学学业重，网友

“紫茉莉”说，她女儿上小学三年级，每次临近考试，每科老师都发了好几份试卷，常常写作业到很晚。最令“紫茉莉”难以接受的是，老师布置的作业有些是让孩子抄试卷、抄练习册上的题等。

家长吐槽中透露着无奈。为了保证孩子们的睡眠，减轻学生的学业负担。教育部曾联合国家发改委、公安部、民政部等九部门下发了与中小学生学习减负相关的通知，俗称“减负三十条”。

与减负相关的政策年年都在出台，但是，情况并没有得到明显改善。

网友“落叶的家”是解放区环南一小的老师，她说，现在很多家

长给孩子报了不少课外兴趣班，每样都有作业，有的是书法，有的是钢琴等，孩子睡觉的时间当然就更晚了。的确如此，如今，很多中小学生的学习状态常常是，“白+黑”“5+2”的连轴转。

建议：多方努力 为孩子赢得更多睡眠时间

不少专家指出，中小学生学习负担越来越重、睡眠时间减少的核心在于追求升学率，这个问题不解决，难以走出困境。

网友“紫茉莉”说，希望相关部门重视给学生减负问题，拿出一些措施。比如，将早上上课时间推后，让孩子吃好早饭，时间更充裕。同时，老师们布置作

业应该更加精简，而不是机械堆砌。

在我市教育部门工作的网友“紫水晶”说，近年来，我市在全面减轻学生课业负担、着眼学生和谐发展出台多项措施，也涌现出类似市实验小学提倡“书包不回家”或“小书包”“轻书包”回家等。“现状仍然不容乐观，这需要多方努力，一方面家长要放平心态，切莫过量给孩子加重负担，学校方面应该对作业量化、精简、有效上下功夫，提高学生的效率，同时我们也看到，社交软件和游戏等，也让孩子们主动牺牲睡眠时间，因此需要多管齐下，一起努力为孩子赢得更多睡眠时间。”网友“紫水晶”说。

和谐交通 需要你我共同参与

本报记者 付凯明
实习生 赵斯诺

人让车，让出一分文明；车让人，让出一分安全；车让车，让出一分秩序。

众所周知，近年来，我市公安交警部门依法加大机动车不礼让行人治理行动，市区机动车礼让行人取得显著成效，得到广大市民点赞。目前，机动车礼让斑马线意识已深入人心，成为驾驶员的行车习惯。可以说，机动车礼让行人既是焦作文明交通的最大亮点，也是焦作文明的亮丽名片。

但是，近日不断有网友反映，在位于丰收路大转盘西的人行横道上，一些非机动车通过马路时，一些行人边过马路边玩手机，忽视机动车驾驶员的感受，有时还会造成机动车拥堵。

这一话题引起广大网友热议，一时间，车让人、人是否也要让车的话题在网友间讨论开来。

记者观察

4月25日17时30分，记者来到了丰收路大转盘龙源世家商业街北口，看到过往的行人和骑行电动车的市民很多。通过十几分钟观察，记者发现大多数行人能够快速有序通过，但也有部分人

在过人行横道边走边玩手机，还有人加速抢道通过，导致一些机动车司机很难把握。

“有一次就在这个地方，前方车辆为了避免让行人突然停车，因为距离较近，我紧急刹车后还是跟前方车辆追尾了。”一位司机对记者说。

随后，记者又来到焦作万达广场西门。通过观察，记者发现类似情况同样存在。前面一波行人过去，机动车刚要启动，突然又来了几位行人，机动车只好继续等待，不一会儿工夫，机动车便排起了长长的队，一些司机很无奈。“过吧，怕被抓拍到不礼让行人。不过吧，行人一会儿一

个，一会儿一波，确实让人很无奈。”一位司机向记者坦言。

交警声音

车让人是文明的体现，那么，行人该不该让车，能否共同构建文明和谐交通呢？

市公安局交警支队山阳大队大队长冯斌在接受记者采访时说：“其实，礼让需要理解，生活中行人与司机的身份也并非固定，无论是谁，都会走斑马线，不妨换位思考，车让人、人快走，方便他人，也是方便自己。人让车，也是文明礼让的一种体现，因为整个交通文明不是只靠机动车一方的。”

网友热议

网友“拉菲1898”：作为一名司机，我基本每次都做到车让人，这是最起码的文明和安全。

网友“V-TOU”S：我确实见过一些过马路的行人，戴着耳机慢慢通过，丝毫不顾及自己的安全和他人的感受。

网友“那些花儿”：过马路时要集中注意力，快速通过斑马线，给礼让你的司机点赞或举手致意，遇到人少而车流量大的时候，后退一步并示意车辆先行。让我们一起努力，共同营造文明、和谐、畅通的道路通行环境！

微话题

焦作日报微信公众平台提供最权威的新闻资讯，为本地地区微友提供更为真实可靠的消息源，并有针对性地提供可读性强、关注度高、硬性范围广的内容及时推广给读者，大大提高了读者的阅读效率。目前，焦作日报微信公众平台在本地地区成为了最受我市市民喜爱的微信公众账号之一。

招商合作电话: (0391) 8797000

河南新闻名专栏

微信号: JZRBWX

【今日话题】

“晒娃”

近日，上海一名11岁女孩的一条有关加强家长微信朋友圈“健康晒娃”的建议，引发公众关注。有人认为孩子优秀，将其照片、视频分享到朋友圈无可厚非，在社交媒体上分享自己与孩子的生活、记录孩子成长的点点滴滴，不应该引发激烈的争议。反对者则认为，这是过度炫耀的行为，也是不尊重孩子感受的体现。对此，你怎么看？

【观点1+1】

④河北白帆：家长“晒娃”可以有，但要节制莫强求；尊重孩子多沟通，保护隐私无烦扰。

④不问归期m：家长在网络世界“晒娃”时必须保持理智，控制好尺度，即知道为什么要“晒”，什么该“晒”，什么不该“晒”。我认为，如果掌握不好这个问题的尺度，很有可能引起朋友圈里人的厌恶与反感，只有适度“晒娃”，才能带来积极的影响。

④常睿平：“晒娃”应该分情况，家长不能只为满足自己的虚荣心，而不顾孩子的心理影响，在此问题上应该尊重孩子的意见。

④不知潇湘在何处：可以“晒娃”，但前提是家长应该征得孩子同意，这是对孩子的尊重，也是对个人隐私的保护。

④细数青山望蓬莱：无节制“晒娃”，实际上是家长的虚荣心在作怪，名义上是炫耀孩子，实际上是炫耀家长自己。

④一更时分：孩子不是父母的附属品，每个人都有自己的感受。家长过度“晒娃”，其实是对孩子不尊重，甚至会给他们造成感情上的伤害。我认为，只有合理“晒娃”、适度“晒娃”，才能实现良性互动！

④贵贵的蒲公英：“晒娃”未必都是炫耀之举，但无节制地“晒娃”肯定是炫耀，时间久了难免惹人烦，而且也不利于孩子健康成长。

④秋泉12：“健康晒娃”可以有，但家长必须尊重孩子的意愿，不能任性而为。孩子优秀值得家长骄傲，适当“晒娃”能够与

其他家长分享育儿心得，也不失为一种好的教育方法！

④南宫卿宇：“晒娃”能记录孩子成长的点点滴滴，能和朋友们分享快乐，还便于和其他家长交流育儿心得，挺好！

④摇滚的大仙：家长“晒”自家的娃，是记录生活岁月的一种方式，没有对错之分，别人不必多管闲事。

④悦眉满生画：“晒娃”与否，是每个人的自由，家长们不必在意别人的看法。当然，各位家长在“晒娃”的同时，也要注意保护好孩子的隐私，以免给孩子留下安全隐患。

④老吕飞刀：“晒娃”究竟是记录孩子成长的点点滴滴，还是家长自己的炫耀行为，不同立场的人对此有不同的认识。然而，我身边很多喜欢“晒娃”的家长，都会被朋友屏蔽或“踢出”朋友圈，这足以说明问题了！

④益昌人：家长“晒娃”朋友圈，炫耀引得他人烦；保护孩子需用心，尊重理解方长远。

【下期话题】

包装换流量

近日，有媒体报道“鲁迅说过的话，可以一键查询”后，在网上引起热议。网友竟相登录北京鲁迅博物馆官网的资料查询在线检索系统，仅5月7日上午，该检索系统点击访问量就达870万人次，致使系统瘫痪数十次。

其实早在2007年，这套鲁迅作品查询检索系统就已上线，多年运行冷冷清清。直至最近，该查询系统经过媒体重新包装，才使流量暴涨。技术人员开发这套查询系统的本意是方便学者检索资料，如今却意外变成了网友跟风打卡的“玩具”，令人五味杂陈。对于包装换流量，你怎么看？

（参与热点话题讨论，请关注《焦作日报》官方微博: @焦作日报）
本期栏目主持人 本报记者 聂楠

莫让“虫草姑娘”把人性优点变弱点

□药 溪

“退聘礼的钱还是凑不够，要把叔叔从海拔6000米高的山上摘来的冬虫草拿出来卖，价格是100元一根……”老家逼亲的穷苦“虫草姑娘”身后，竟是一场请君入瓮的骗局。浙江省义乌市警方日前打掉一个网络诈骗团伙，跨省抓获李某、钟某、夏某等18名犯罪嫌疑人，目前已有14人被采取刑事强制措施。

（据《焦作日报》）

在网络欺诈的各种套路中，贩卖焦虑和怜悯是不法分子屡试不爽的手段。我国网民基数巨大，即使上当受骗属于小概率事件，诈骗犯罪团伙仍能赚得盆满钵满。

如果“虫草姑娘”事件属实的话，那位姑娘的遭遇着实令人同情，更何况她还是个未婚的姑娘，可以给人更多想象的空间。诈骗犯罪团伙正是利用了这些“泪点”“痛点”，杜撰了一个凄惨离奇的感人故事，很多人直到钱财被骗后才恍然大悟“虫草姑娘”是个有“毒副作用”的虚构人物。

事实上，这样的骗局一直在网络世界上演，从“卖茶女”到“虫草姑娘”，“误加”他人微信、拉近双方感情、骗取对方打款、最后“拉黑”受害人，类似的行骗模式几乎如出一辙，但愿意为此买单的人仍然前赴后继。这种现象是值得我

们思考的社会问题。

梳理近年来的网络诈骗案，我们发现一种“剧情”失败后，诈骗犯罪团伙会很快更新“剧本”，让诈骗伎俩“变脸”，又可以突破人们的心理防线。在这样一轮轮的“骗术轰炸”下，社会的道德与良知被不断消耗。这次也如此，“虫草姑娘”把人性的优点变成了弱点，很多人会把怜悯、同情等内心的良善之情感裹得更严，甚至变得越发麻木，让社会道德沦陷。

优点当发扬，弱点当摒弃。人性的优点让我们与动物有了本质的区别。对诈骗伎俩产生“免疫”能力，绝不是要我们把人性的优点当

弱点扔进生物进化的垃圾堆。相反，只有让社会良心深植于大众心底，我们才能不断增强抵御网络诈骗的能力。为此，公众需要擦亮识破骗术的双眼，监管部门更应该把防范、宣传和教育工作做得更加精准到位。

抛砖引玉！我们可以运用大数据、云计算技术分析行骗者和受害者的特点，开展更具针对性的防范工作；有必要将宣传舆论的阵地前移到网络覆盖不充分的人群，因为他们才是知识普及的盲点……

总之，在防范网络诈骗的战斗中，我们要守住社会良知这道底线，莫让人性的优点变弱点。



近日，深圳市富源学校部分高考学生因涉嫌“高考移民”引发社会关注。深圳市教育局5月12日晚间通报，该校2019年高考报名考生中，有32名考生属“高考移民”，取消其在本市的高考报名资格。
徐 骏 作（新华社发）

媒体观点

验车更复杂 服务当完善

【事件】近日，车主发现检测场验车时间明显变长，等待时间较过去增加了两到三倍，检测时间需要四五个小时以上。业内人士表示，这是由于5月1日两项新的国标实施后，车辆检测内容变化所致，尾气检测项目增加，设备也升级，而工作人员操作相对变慢，造成等待时间过长。

【观点】对此，相关部门应当推进车检社会化改革，增设更多验车点，改造老验车上。业内人士表示，这是由于5月1日两项新的国标实施后，车辆检测内容变化所致，尾气检测项目增加，设备也升级，而工作人员操作相对变慢，造成等待时间过长。

【观点】对此，相关部门应当推进车检社会化改革，增设更多验车点，改造老验车上。业内人士表示，这是由于5月1日两项新的国标实施后，车辆检测内容变化所致，尾气检测项目增加，设备也升级，而工作人员操作相对变慢，造成等待时间过长。

讣告

我夫秦寒光，因病于2019年5月11日逝世，享年83岁。兹定于2019年5月15日8时30分在市殡仪馆举行遗体告别仪式。望其生前亲朋好友届时参加。

妻: 孙玉玲 携
长子: 秦冰琪
次子: 秦冰瑜 媳: 赵艳玲
长女: 秦冰梅 婿: 乞 霖

泣告