

东莞中考考体育在即 体培机构备受青睐却良莠不齐

体育老师提醒：理性选择，科学备考

东莞一高校两项目 获省级基金项目立项

羊城晚报讯 记者余晓玲报道：近日，2023年度广东省基础与应用基础研究基金省市联合基金（粤穗、粤深、粤佛、粤莞、粤惠）项目立项名单公布，东莞民办高校广东科技学院管理学院老师蒋珩、机电工程学院老师王春宝申报的2个项目成功获批立项，每项资助经费30万元，合计60万元。此次项目获批立项，是广东科技学院首次获得地区培育项目，并在全省同类高校（立项数和资助金额）名列第一。

据悉，2023年度广东省基础与应用基础研究基金省市联合基金资助项目共1503项（青年基金项目1201项、地区培育项目193项、重点项目100项、粤港澳研究团队项目9项）。广东省基础与应用基础研究基金省市联合基金由广东省科学技术厅、广东省基础与应用基础研究基金委员会与联合资助地科技管理部门共同设立，旨在发挥广东省基础与应用基础研究基金的导向作用，引导全社会多渠道投入基础研究，推动开放合作，集聚创新资源、培养人才团队，促进基础科学研究和产业技术创新融合发展，支撑粤港澳大湾区国际科技创新中心建设，提升广东原始创新能力。

广东科技学院此次获批立项的两个项目分别是《粤莞联合基金促进区域源头创新的作用研究》和《脑机耦合双向促进智能康复机器人关键技术及应用研究》。《粤莞联合基金促进区域源头创新的作用研究》项目围绕东莞基层镇街（高新区）科技创新体系建设和粤莞联合基金实施成效评价等需求，开展科技管理体制机制、方法等创新探索研究。项目基于因果规则构建模型，定量分析粤莞联合基金促进源头创新跃迁的临界点，总结粤莞联合基金对区域源头创新的促进作用，为政府部门根据创新态势制定组合扶持政策提出建议。

人工智能发展为康复治疗提供了创新手段，闭环的神经刺激是神经重塑的重要途径。《脑机耦合双向促进智能康复机器人关键技术及应用研究》项目在前期构建脑机耦合康复机器人研究基础上，融合rTMS构建“脑机耦合双向促进”训练模式，形成创新的康复途径与方法；同时，探索最优化的训练方案，结合DTI成像技术，揭示“脑机耦合双向促进”对神经重塑作用机理，为精准康复提供理论依据，形成康复机器人研究新思路。



刘志华带领学生开展体育训练

文/范彬彬 图/受访者提供

近日，东莞市教育局官方发布消息，确认2024年东莞体育中考时间为4月20日至4月28日。并且，今年的体育中考较往年相比，体能素质类“平行梯悬垂攀移（女）”考试项目满分标准由20米调整为16米，对不同米数得分情况也进行了相应调整。面对考试时间的紧迫性和评分调整，校外体育培训班大受青睐。但经过笔者走访了解，校外体培机构良莠不齐，东莞中考资深体育老师也建议学生家长不应过度紧张，要科学合理进行体育备考。

A 中考体育被学生家长日益重视

“中考体育满分六十分，要是体育一科落后别人十几分，甚至几十分，文化课要多花多少工夫才能补回来啊！”

近年来，国家对中小学生学习教育和学生身体素质日益重视，体育中考在中考总分中的占比也不断提高。目前东莞中考体育分值是60分，占中考总分（800分）的7.5%。不少家长认为，文化课增加1分太难，体育则相对容易。家长和孩子都期望能在这个科目上拿到高分。

“以前总觉得有时间，对他的体育锻炼也没有太关注，所以就想试试能不能通过一些课外辅导，让孩子针对性地练习，短期内有效提高成绩。”给孩子报名校外体培机构的王女士告诉记者，其实关于校外体培机构她是一直都听说过的，甚至身边有很多朋友的孩子从初一就去报班了，以前她对这些机构的看法是“没什么必要”，但现在看到身边朋友的孩子经过练习后，确实在体育考试方面比较优秀，就逐渐动摇了，想到自己的孩子目前在体育上有“瘸腿”，也感到很焦虑，“时间紧迫，而且那么多人人都报了，我们也要试试看。”

B 火热的体培机构良莠不齐

“东莞中考难点痛点，满分攻略！”“体育中考，火热招生！”“科学练习，事半功倍。”笔者通过走访，发现市面上的跑步训练营、体能提高等这类培训机构，都有专门针对中考推出的考试项目定向培训班；并且，对于考试焦虑而临时报名的学生，则有“初三特训班”。但通过观察，这些体培机构也是良莠不齐，一些体培机构的训练场地仅设在小区公共活动区或存在训练场馆和器材维修落后、教练资质存疑等问题。

“行业发展起来之后，进入行业的人也就比较杂。”据东莞一家专注学生体测及中考的校外体培机构教练介绍，近几年，随着体育成绩被越来越多的学生家长重视，校外体培机构也如雨后春笋一般兴起，但由于有的行业从业者可能并没有受过

专业的运动指导培训，甚至有的以前是做健身教练转行的，他们很容易存在不了解孩子体质差别、缺乏运动保护相关知识的问题。“正常来说，正规体培机构会在学生进入训练前，对他进行全面的‘摸排’，了解他的运动情况和身体发力习惯，避免错误的运动导致孩子受伤。”

通过在社交媒体上进行本地搜索，笔者发现还有“中考私教”的存在，这部分人一般自称自己是学校体育老师或者体育学院体育专业学生。一方面，尽管像“私教”这样的个人辅导学生家长还是比较谨慎的；另一方面，这些所谓“私教”的存在也侧面表明校外体培的需求大。所以针对当下一些校外体育培训存在的问题，家长们应如何判断、如何选择需要更加理性谨慎。

C 根据实际制定科学训练计划

“是否有必要报课外培训班，需要结合家庭和孩子的情况，理性选择。”有着24年体育教学经验的东莞中学高级教师刘志华在谈到学生家长报名校外中考体育培训班时表示，体育中考不仅关系到学生的升学压力和身心健康，更是对意志力的考验，切忌跟风报名，根据实际情况制定科学、合理的训练计划才是关键。

“我认为，学生在初中阶段，应认真上好体育课，积极参与大课间和校内外体育活，保质保量完成体育作业。家长在成长中多关注孩子的身心健康。通过三年的共同努力，学生的身体素质完全可以在体育中考考出理想的成绩。”

据刘志华透露，东莞中学把“培养身心健康，具有家国情怀，具备终身学习能力和创新精神的人格”作为人才培养目标，把学生的“身心健康”放在

首位，一直都非常关注学生的体育锻炼，不仅初一每天开设一节体育课，还有针对初三毕业班的专门训练：一是每节课安排中等强度以上运动负荷，做到面向全体学生、关注个体差异；二是做好针对性的辅导工作，通过初二期末体育测试成绩，挑选出约80名体育相对薄弱的同学，进行针对性的训练和辅导；三是发挥体育老师专业水平，分项目进行指导，让学生得以应对体育中考中的选考类；最后是实行师徒结对进行帮扶。让每班的体育相对薄弱的同学与体育素养优秀的同学结为师徒关系，利用课余时间进行训练，每月测试一次。

“体育锻炼是需要长期培养的，校外体育培训也不是体育考试的高分速成班。”刘志华建议学生家长要多关注孩子的身心健康，以身作则，主动参与，在日积月累中提升孩

子的身体素质。

面对体育中考的时间紧迫性，刘志华建议初三学生：第一，根据实际情况制定科学、合理的训练计划，包括每天的训练时间、训练内容以及训练强度等。同时，也要考虑到其他学科的学习安排，确保两者之间的平衡；第二，要充分利用课余时间进行训练。根据个人的弱项，利用课间10分钟、早、中、晚等，都可以进行短时间的训练；第三，要有健康的身体。体育中考前，避免受伤和发感感冒，以最好的状态进行训练和考试；第四，保证饮食的均衡和充足的睡眠。多吃富含蛋白质、维生素和矿物质的食物，如瘦肉、鸡蛋、牛奶、新鲜蔬菜和水果等，保证每天睡眠八小时以上；第五，要保持良好的心态、要坚定地相信自己的潜力和能力。在训练中遇到困难时，要勇敢面对，积极寻求解决办法。



春季外出时佩戴防护口罩预防过敏

春天过敏怎么办？如何助力孩子长身体？

听专家讲讲春季健康经

春季过敏“来袭” 避免接触过敏原至关重要

文/图 姚梓婷

春季，乍暖还寒，气温波动大，空气干燥，加上室内尘螨、蟑螂、真菌、动物毛屑的增多以及街边飘扬的花粉和柳絮，都可能成为诱发鼻炎的关键因素。

“预防春季过敏性鼻炎，避免接触过敏原至关重要。”东莞市中医医院治未病科（健康调养门诊）主任医师王文辉指出，在南方，尘螨过敏较为普遍，而北方则以花粉过敏为主，建议过敏性鼻炎患者应避免接触花粉、动物皮毛等过敏原，定期在晴朗天气开窗通风，勤洗勤换床单被褥，经常晾晒床垫，定期清洗空调滤网，

并清洗室内地毯。

当春季蒿属花粉漫天飞舞时，应尽量减少户外活动，或在外出时佩戴花粉防护口罩和眼镜。回家后抖掉身上灰尘，回家后及时更换外衣、洗脸、漱口、清除鼻腔分泌物，以减少过敏原的吸入。

王文辉说，中医认为，过敏的产生主要是正气与邪气共同作用的结果。风邪外袭，郁于肌肤、内不得通、外不得泄，营卫不和、气血运行失常，使皮肤诱发风团丘疹。因此可结合食疗来帮助缓解各种皮肤过敏症状。

● 食疗小贴士 ●

因表病具有益气养血脱敏功效，适合过敏体质易发皮肤过敏者食用。材料为：乌梅15克、黄芪20克、当归12克、粳米100克。做法是把乌梅、黄芪、当归放砂锅中加水煎开，再用小火慢煎成浓汁，取出药汁后，再加水煎开后取汁，用汁煮糯米成粥，加冰糖趁热食用。

黄芪首乌藤炖猪肉具有益气养血、祛风脱敏功效，适合过敏体质

者食用。材料包括首乌藤15克，黄芪15克，猪肉100克，食盐、葱、生姜、料酒、味精适量。做法是首乌藤、黄芪洗净，切片备用；猪肉洗净，切成2厘米见方的块，放入锅内，加黄芪、调料、水适量。锅置火上烧沸，用文火炖至瘦猪肉熟烂即成。粳米50克，去核红枣2枚，生姜1片。煮熟后，晨起服用，可分次服用。

春季孩子眼睛痒 可能是过敏性结膜炎在作怪

春季是外出踏青赏花、接触大自然的好时机，然而很多小朋友在接触花草动物后，出现频繁眨眼、眼痒难忍，甚至伴有眼红、异物感、畏光流泪等情况，再加上小朋友爱揉眼，手卫生不佳，情况加重。

暨南大学附属东莞爱尔眼科角膜眼表科主任叶健康表示，很可能是过敏性结膜炎在作怪。每到换季，特别是春季，过敏性结膜炎高发，前往小儿眼病门诊的儿童患者增加。叶健康介绍，分辨过敏性结膜炎，除了经常性揉眼等表现外，出现频繁眨眼、翻白眼、眼痒、异物感、怕光流泪，甚至眼红眼肿的情况，都是过敏性结膜炎引起，需要及时进行治疗。

普通的过敏性结膜炎对孩子的视力影响不大，但种不适的

症状仍需要进行系统性的治疗。与此同时，也要帮助孩子找到规律，比方说如果孩子过敏性结膜炎与季节有关，那么便可能是花粉、树粉等季节性因素，外出的话就需要做好戴口罩、护目镜等防护措施。如果是常年都过敏，那么可以尝试更换枕头、毛毯和床垫，勤洗床上用品，常在家中吸尘除尘，减少动物接触，避免过敏原的出现。

叶健康表示，面对过敏性结膜炎，家长除了要带孩子及时就医之外，也要帮助孩子养成一个良好的卫生健康习惯，勤洗手、少揉眼，配合上规律的生活作息、健康的饮食搭配以及适当的体育锻炼。只有自身的健康问题解决好，维持一个强健的体魄，才是应对过敏性结膜炎的最佳方式。

部分荔枝品种成花率仅10% 东莞荔枝专家支招保花保果

羊城晚报讯 记者秦小辉、通讯员农安报道：进入三月，东莞各个品种的荔枝陆续进入盛花期。然而，受前期天气影响，东莞荔枝的成花率普遍偏低，其中，早熟品种妃子笑成花率约70%，中晚熟品种观音绿成花率约50%，冰荔、岭丰糯、仙进奉等品种成花率约20%-30%，主要品种桂味、糯米糍成花率普遍在10%左右。

为此，市农技办邀请华南农业大学园艺学院教授李建国来到东莞市厚街镇开展荔枝保花保果管理技术培训，培训以“现场授课+视频直播”的形式进行。现场除40多名荔枝农参加培训外，通过视频号观看直播的人数达到近1000人。

李建国介绍了全国荔枝主产区成花情况，针对东莞荔枝生产的实际，重点强调要通过冲梢、杀小虫、喷施叶面肥、施壮花肥、病虫害防治等措施，加强现有花穗的保护，并根据不同树势和生长阶段，采用控穗疏花、放蜂授粉、保果壮果等相应技术措施，努力提高今年荔枝收成。

培训结束后，农技服务人员组织荔枝农到荔枝园察看荔枝成花情况，同省市专家进行面对面交流，李教授耐心详细地解答了荔枝农的多个疑难问题。

长高“黄金季” 孩子长高这样“助力”

“医生，我家孩子去年喝炖海狗汤，感觉长高不少，准备给他多吃一点，是不是就能长得更高？”很多家长有这样的误区，其实孩子吃多了滋补的食物，性腺轴容易提前启动，第二性征提前出现。一旦发育，会使骨龄加速进展导致骨骺线提前闭合。吃这些“补品”，可能短时间内身高蹭上去了，但是会压缩长高的整体时间，反而会影响最终身高。

东莞市人民医院儿科主任任康春介绍，一个人的身高是由很多原因决定的，不能因为家长自己觉得孩子矮就盲目地去“乱投医”，加之广东有吃补品的习惯，总想给孩子“补点东西”，反而扰乱了孩子生长发育。饮食均衡。要想孩子长

得高，科学饮食和充足的营养必不可少，家长要培养孩子养成健康饮食习惯，不挑食、不偏食、不暴饮暴食。一日三餐，定时定量、饮食规律。充足的营养是长高的重要物质基础，家长们应牢记让宝宝合理饮食：食物多样、不挑食、不偏食、主食副食搭配、荤素搭配、食量八成饱，尽量选择天然食物。

适度运动。适度运动可以刺激骨骼发育和生长。一般情况下，1至3岁的宝宝每天要保证1小时的户外运动，3岁以上要保证每天至少2小时。对孩子长高帮助较大的运动类型有：跳跃类运动，如摸高、跳跃、跳绳、篮球等；拉伸类运动，如引体向上、游泳、伸展体操等。

打好科技赋能组合拳

中建二局一公司华南分公司稳步推进科技创新专项行动

日前，中建二局一公司华南分公司为落实“一六六”监督，实行“增、管、实”三字诀稳步推进科技创新专项行动工作，靶向赋能公司科技，取得实质性成效。

在“增”字上下功夫。制定“六个专项行动”科技创新专项行动工作方案4项及24项小项措施，组织124名科技管理人员参加标准化培训和考核，编制《科技创效资源库》，持续推进标准化做法。

<p>公告·声明·启事</p> <p>遗失声明 广州快拍摄影工作室遗失财务专用章、合同专用章、发票专用章、法人私章(杨淑荣)各一枚，现登报声明作废。</p> <p>遗失声明 东莞市兴航机电科技有限公司遗失财务章一枚，特此声明作废。</p> <p>遗失声明 东莞市我们科技有限公司遗失公章一枚，特此声明作废。</p> <p>遗失声明 东莞市绿源环境科技有限公司遗失财务章一枚，特此声明作废。</p> <p>遗失声明 东莞市中裕米业贸易有限公司遗失公章一枚，特此声明作废。</p> <p>遗失声明 汕头市潮阳区谷饶镇丰定理厂遗失公章、法人章(陈勇忠)私章各一枚，特此声明作废。</p> <p>遗失声明 湛江市佳源汽车租赁有限公司法定名称章编号：4408234030885，现声明作废。</p>	<p>减资公告 东莞天聚航空材料有限公司(统一社会信用代码：91441900MA51D55L5P)经股东会决议，同意减少注册资本人民币100万元，请债权人自本公告发布之日起45日内向本公司申报债权，本公司将依法向企业登记机关申请减资登记。2024年03月15日</p> <p>注销公告 东莞市虎门重装备企业联合会(统一社会信用代码：110393484A)拟向东莞市工商业联合会申请注销《社会团体法人登记证书》，现已成立清算组，清算组联系人：蔡兴通，电话：13925868088；请债权人于本公告发布之日起60日内向清算组申报债权，逾期视为放弃。特此公告。2024年03月15日</p> <p>清算公告 东莞市清源再生资源有限公司(统一社会信用代码：91441900MA44WV133W)经股东会决定解散，成立清算组清理公司债权债务，请债权人自本公告发布之日起45日内向我公司清算组申报债权。清算组联系人：杨海，联系电话：13532956756，地址：东莞市长安镇渡边社区兴业一路92号201。2024年03月15日</p> <p>清算公告 东莞市展成五金制品有限公司(统一社会信用代码：91441900MA44WV133W)经股东会决定解散，成立清算组清理公司债权债务，请债权人自本公告发布之日起45日内向我公司清算组申报债权。清算组联系人：杨海，联系电话：13532956756，地址：东莞市长安镇渡边社区兴业一路92号201。2024年03月15日</p> <p>上门广告服务协议 江晨广告：15333838077 13712489454(微信同号)</p>
--	--