

### 环保部门将严控噪声污染,为广大考生营造安静的备考环境

# 中高考期间被吵请举报

本报讯(记者侯小健 通讯员王校彬) 高考、中考在即,为确保广大考生有个安静的学习、休息和考试环境,省国土环境资源厅近日发出通知,要求各市县环保部门加强环境噪声污染控制和现场监督检查,有效控制和减少环境噪声污染。环保部门特

别提醒,中、高考期间,考生、家长如发现环境噪声污染可拨打“12369”举报。

省国土环境资源厅要求各市县环保部门要会同教育、公安、城市管理等部门共同开展高考、中考期间环境噪声污染控制和现场监督检查工作,根据当地实际情况制

定工作方案和行之有效的具体措施,狠抓落实。通知要求加大现场巡查力度,尤其是要对高考、中考考场周围进行全天巡查,制止并依法查处噪声污染行为。

该厅还要求各市县环保部门设立高考、中考期间环境噪声污染“12369”举报电话,

并通过媒体向社会公布,对考试期间的环境噪声和扰民活动进行监督。同时,安排环境执法人员值班巡查,做到24小时值班,确保及时受理查处群众举报的环境噪声污染行为。对群众反映强烈、影响大、危害严重的噪声污染事件,将通过媒体予以曝光。

### 海口龙华区铁腕治违建 对违法建筑断水断电

本报海口6月1日讯(记者林伟 特约记者陈安宇)记者从海口市龙华区获悉,从今天起,该区联合供水供电等部门,对违法建筑全面断水断电,使其无法施工、无法使用,对违建行为形成高压包围态势。

龙华区委、区政府已下发通知,基层各街道社区,不得为违建工地办理用电手续提供证明。对已经办理的,经核实后协调供电部门予以断电处理。对于没有合法报建手续的建筑工地,坚决不批准供电。对于私

自偷电的行为,要从重进行处罚。如果有其他单位或个人私自向违法建筑工地供电,也将以违建用电论处,承担相应的连带责任。龙华区政府有关负责人表示,通过以上措施,从源头上打击违法建筑,切断违建产生的链条。

据了解,从今天起,龙华区城管部门还将对辖区内已经完工、可以对外出售的违法建筑,采取喷绘、贴通告等方式,把违法建筑标志出来,提醒消费者不要购买。

### 高考备考,名师支招——

## 对照考纲复习梳理 少量做题保持手感

本报海口6月1日讯(记者周元)高考临近,不少考生受到焦虑情绪的困扰。海师附中心理健康教育中心主任、中学心理健康教育特级教师李惠君给考生提出三个建议。首先是悦纳,即愉快地面对现实。老师和家长可以告诉学生,焦虑至少有三大好处:证明我们是情绪正常的人;可以激发我们的身体潜能,唤起良好的应激状态;可以提高心理的专注程度,为提高成绩创造良好的身心条件。当焦虑到来时,考生可暗示自

己:“太好了,我发挥潜能的机会来了。”考生对焦虑保持开放悦纳的态度,焦虑就会变成积极愉快的情绪体验,成为进步的动力。其次是忽略。李惠君说,如果考生很难把焦虑当朋友,那也不要把它当敌人。因为

不要再大量做题,最好回归课本,多看看基础知识、原理以及一些实验步骤等。此外,高考大纲已经列出了高考考查的知识点,考生对照高考大纲看课本,能更有效地把握知识脉络、查漏补缺,“如果考生感到看课本有点累了,看不下去了,可以适当做

一点题目,保持一下做题的手感。同时,还可以看看以往容易做错的题,熟悉解题思路和方法,避免犯同样的错误。”

### 应对考前焦虑有三招 调整心态从容应考

当考生把焦虑当成对手,视为洪水猛兽时,就会花费精力去对付它,从而分散了学习的心力。

为了节省有限的时间和心力,李惠君建议考生对焦虑不理不睬,搁置不理,不要因为

焦虑停滞不前。考生要冷落焦虑,并做该做和能做的事,哪怕效率再低,也不要停下手中的事去理会焦虑,不要带着症状坚持做事,做到顺其自然,为所当为。“按照强化理论的解释,不被强化的行为会自行消退。”李惠君说。

如果考生无法达到悦纳、忽略焦虑的潇洒境界,使焦虑泛化以致严重影响学习到与生活了,这时候就需要调节了。李惠君建议考生通过主动调节来缓解焦虑。比如采取一些简单易行的放松操等。

要避免在太热的地方活动或做一些剧烈运动,以免中暑对身体造成不必要的伤害。此外,考前3天,考生一般都放假回家,很多家长把这当成给孩子补充营养的大好机会,顿顿大鱼大肉。黄老师称,过多摄入高蛋白的食物,反而会增加孩子的消化负担。饮食在保证营养的同时,最好清淡一些。

黄老师同时建议考生提前准备好准考证、文具等,以平和心态上考场。每考完一个科目不要扎堆对答案,以免影响情绪,打乱考试节奏。

### 南海第一救助飞行队救回受伤渔民



6月1日下午,琼儋州08068号渔船向南海第一救助飞行队求救:一渔民在海上作业时,左手不慎严重受伤。飞行队B-7303机组即时飞赴三亚西90海里处,将受伤渔民救回。图为傍晚时分,三亚凤凰机场,救护人员将伤者移交给三亚120救护人员。

本报记者 宋国强 摄

没有人不知道红磨坊 / 没有人不知道百老汇 / 欧美六国全明星阵容联袂献演  
超视听震撼立体香艳歌舞大赏  
浪漫与激情的完美组合 / 带来无懈可击的现场感染力

“阳光海口·娱乐之都·品味之城”精品文艺演出

大印集团 www.hndayin.com  
微信、微博、视频、杂志

大印集团·温馨提示  
本次演出所有门票均已售罄,感谢社会各界青睐!  
百老汇香艳魅影即现,敬请盛装出席!

演出时间:2011.06.04 晚8时整 演出地点:海南省歌舞剧院(国兴大道68号)

特别支持:中共海口市委宣传部 海口市文体局 主办单位:海南大印集团  
承办单位:海南中视文化传播股份有限公司 指定酒店:海南椰海大酒店 咨询电话:66700015

中国移动通信 CHINA MOBILE

中国移动全球通积分计划/动感地带M计划  
积蓄快乐 分享甜蜜

您的每一分支持,我们都铭记在心,并努力回报!  
中国移动积分商城 [jf.10086.cn](http://jf.10086.cn), 上千款礼品等您兑换。

缤纷兑 千款好礼任您选  
轻松兑 好礼免费送到家  
超值兑 超值好礼享不停

积分查询  
中国移动全球通/动感地带客户,可用手机免费拨打1259013988查询本手机的全球通积分/动感地带M值。

兑换方式  
1、登陆中国移动“积分商城”网站([jf.10086.cn](http://jf.10086.cn))兑换。  
2、登陆中国移动海南公司门户网站([hl.10086.cn](http://hl.10086.cn)),进入“积分商城”兑换。  
3、拨打10086客户服务热线或到当地营业厅、专营店兑换。  
我们将把您兑换的实物礼品免费送到家。

www.10086.cn 客服热线 10086