

伊宁市社区图书馆建设雏议

马 静 (新疆伊犁州图书馆)

一、伊宁市社区文化建设存在的问题及经验

党的十五大提出加强社区建设以来，社区体制正逐渐取代原有的街道体制成为城镇社会基本构成。社区以小见大，具体而微观地反映出一个城市的精神面貌，其市民的整体文化素质决定着城市的整个文化力，而社区文化恰恰是城市文化的基础。社区文化近年来成为人们关注的一个话题。政府也把加强社区文化建设，提高社区文化品位，营造良好的社区文化氛围作为一件大事来抓，取得了很好的成绩。但是，在社区文化建设中往往重活动，重宣传效应和轰动效果，还有待进一步完善。笔者对伊宁市社区文化工作进行了调查，发现社会图书馆的建设没有得到足够的重视。伊宁市内共有 77 个社区，社区文化活动主要是以文艺活动为主，参与活动的居民大多以老年人为主；社区的休闲娱乐主要是以麻将室、棋盘室、录像室、影碟厅、租书室为主。由此看出，社区文化活动侧重于娱乐性、休闲性；社区图书馆的建设几乎是空白，图书馆建设被忽略。我们认为建立社区图书馆可以有效地加强社区文化服务功能，强化社区的精神文明建设，促进社区文化的形成，可以满足人们文化生活的多方面的需要，有助于进一步完善社区功能。

近年，伊犁州图书馆审时度势，抓住机遇，以伊宁市边境经济合作区社区为试点，与合作区社区联合办馆，采取由社区自主管理的形式，成立了伊犁州图书馆合作区社区分馆。由社区提供场地、设施，州图书馆为分馆提供图书近千册，期刊 70 余种，报纸 40 余种。并且长期对分馆管理人员进行业务指导和培训。社区分馆的开馆，受到了广大社区居民的欢迎，有的读者主动提出要义务承担社区分馆管理员。目前合作区社区分馆每天接待读者 50 余人。合作区社区分馆在抓社会效益的同时，适当进行有偿服务，把有偿服务的收入重新投入到社区图书馆的建设中，为社区图书馆的持续发展打下了良好的基础。社区图书馆的创办为社区营造了一种浓厚、积极、健康、向上的文化氛围，是一项很有意义的举措。

二、发展社区图书馆对城市发展具有重要意义

社区，大多数人对这一词语只是耳熟，但搞不

清究竟什么是社区。所谓社区，是聚居在一定地域范围内的人们所组成的社会生活共同体，也就是说在一定地域中具有共同联系和社会互动关系的人类生活群体，它强调地域特征，强调人们的共同联系和社会互动。而社区图书馆则是指在上述所指的社区中所建立的主要为本社区居民服务，同时在条件允许的情况下可以适当向周边地区辐射的图书馆。由此可以看出，社区图书馆的基本特点，就是向社区民众开放，并以满足社区内民众的阅读需求和信息交流为目的。

一座城市要想具有自己的魅力，就必须有着自己特殊的文化品格和精神气质，城市精神是一个城市独具特质的气度、神韵、风貌、品格的整体反应，是体现城市独特风格的显著符号。市民是塑造城市精神的主体，城市精神的根本在于城市居民具有怎样的文化精神。城市居民的观念意识和生活方式及其所体现的文化追求、文化品格，决定了城市精神的特色。所以说城市精神是城市的灵魂，是城市文化的核心。社区是城市的细胞，社区文化是城市社区居民自己的文化。社区文化的主旨在于通过文化的载体沟通，协调社区人际关系，在社区内形成认同感和归属感，将社区塑造成相认、相知、相助、温馨和谐的、积极向上的精神家园。因此，培育和塑造具有现代文明意识的市民是培育和塑造城市精神的中心内容，是推动社会主义政治文明、物质文明、精神文明建设重要环节，社区文化工作责无旁贷的任务。而图书馆不仅保存了人类文化遗产，同时可以满足人类多方面的文化需要，提高全民族的文化素质，社区图书馆使公共图书馆的职能作用得到了充分的发挥，在推动城市文化发展、提高城市文明中具有重要的环节作用和基础作用。

三、发展社区图书馆是图书馆服务功能的拓展

众所周知，图书馆是知识的宝库，没有围墙的大学，开发智力的场所，人民的终身学校。作为一种社会事业，图书馆的产生和发展是和社会的政治、经济、文化的发展相联系的，图书馆的社会职能已经由单一的保存文化典籍的职能扩展成为进行社会教育、提供文化服务、广泛地传递和交流科学情报的重要阵地。

江泽民同志在十六大报告中明确提出：“形成

全民学习，终身学习的学习型社会，促进人的全面发展”。营造良好的文化环境，是提高社会文明程度，推进改革开放和现代化建设的重要条件，要在全社会倡导多读书，大兴勤奋学习之风。而图书馆就是全体公民接受教育的理想殿堂。

在国外，尤其是在欧美发达国家，社区图书馆建设起步早，发展快，日益显示出它满足社区文化、教育、信息需求中的作用以及在推动社会文化、经济发展中的巨大潜力。随着我国城市化建设的深入发展，居民住宅建设基本小区化，形成以社区为单位的建筑格局，社区中人口密集，带来文化、知识、技术、资金、消费等需求的密集。而城市中心公共图书馆远离居民，使图书馆的信息服务受到限制，不能充分发挥图书馆的各项职能，也使得一部分人不知图书馆在何位置，更谈不上利用图书馆，还有人将图书馆与新华书店混为一谈，更有甚者不知道图书馆是干什么的。从而反映出中心式图书馆的孤立性。也充分表明图书馆的宣传力度不够。建立社区图书馆，是文化进社区的重要举措，是宣传图书馆、扩大其服务功能、强化服务手段、缩短读者与图书馆之间差距的最有效的办法。社区图书馆担负着沟通社会组织和社会成员的任务，它不仅是社区文化建设的中心、信息交流的中心，同时也是居民休闲娱乐中心。

社区图书馆作为社区文化的重要组成部分，应以普及提高全民素质为己任，促进人的全面发展，从而形成团结、进步、高尚、和谐的社区精神和人文环境。建设社区图书馆，不仅使文献资源达到共享，而且使公共图书馆的藏书在社会中流动起来，大大提高了文献资源的利用率。

社区图书馆立足于读者居住地点，又不受时间的限制，居民可以在工作之余，到社区图书馆来借书刊，阅览杂志、报刊，这样既可以陶冶社区居民的情操，又得到文化享受。使社区居民在日积月累中增长知识、提高素质。同时社区图书馆由于独特的地理优势，不仅对社区内所有居民开放，而且能使所有附近居民方便利用图书馆，完善了图书馆的服务体系，延伸了公共图书馆的服务触角。毫无疑问社区图书馆正是公共图书馆服务功能的延伸和补充。

四、伊宁市社区图书馆的发展空间

列宁曾提出：“要满足广大群众需要，达到每走10分到15分钟就有一座图书馆”，图书馆学家

丘巴梁认为“城市里按照居住地点形成图书馆的服务地区，大约根据图书馆活动范围1.5公里，平均标准是一万个居民一所图书馆”。

以伊宁市为例，伊宁市目前有30万人口，每年不断有近万名外地流动人口进入伊宁市。而位于市中心的州直公共图书馆和市级公共图书馆，已远不能满足广大读者的需求。还有七所大中专院校图书馆，读者群只定向于学生和教师，并且未达成馆际协作和资源共享。城市规模的不断扩大，使中心公共图书馆的建设还有很大的发展空间。伊宁市社区图书馆做为州级公共图书馆的子系统、社区文化的中心，可持续发展的前景是良好的，其发展空间是广阔的。我们认为，社区图书馆的建设应注意以下几点：

1. 社区图书馆的建设应与城市中心图书馆建立资源共享机制和交流机构，使居民不出社区就能查阅资料，感受到阅读的便利。

2. 不能仅限于提供文献资源供读者借阅。应为社区居民提供视听资料，多媒体文献等现代化文献资源。还应通过举办展览、音乐、电影、美术欣赏、儿童讲故事比赛、书画比赛、居民文体联谊活动等，让社区居民在图书馆里享受休闲的同时提高生活品位。使社区图书馆发挥其文化娱乐功能，真正成为社区文化活动的中心。

3. 社区图书馆要成为社区信息的枢纽，做好信息咨询服务。要根据社区居民的不同要求，扩大到居民关心的日常生活问题，比如生活信息、经济信息、人才信息等。搜集有效实用信息，及时主动地向居民提供全面的信息服务，使之真正实现社区信息的枢纽作用。

4. 社区图书馆具有公共图书馆的社会职能，应发挥其社会教育功能，广泛举办各种讲座、学习班、培训班、读书演讲等。使居民真正体会到在图书馆这所“没有围墙的大学”中不断地提高自身的文化素养。同时也促进了社区物质文明建设和精神文明建设的协调发展。

5. 社区图书馆建设是一项公益性事业，离不开政府、居委会的支持，但是政府的投入和社区资金的有限，争取社区内企事业单位和个人在经济上的支持非常重要，有助于社区图书馆的持续发展。最后，我想说社区图书馆是新时期公共图书馆建设的新生力量，将使公共图书馆建设进入一个新的发展时期，为城市发展发挥更大的作用。

提高图书资料的利用率

唐春莲 (云南财贸学院)

图书馆常被人们称为“知识的海洋”、“人才的加工厂”、“学生的第二课堂”等等，可见，图书馆对人们很重要。它的图书资料，是宝贵的知识财富，我们要提高图书资料的利用率，这就必须增强服务意识，使图书馆人员成为一名合格的图书馆工作者，面临新形势、学习新知识，适应知识经济时代的要求，努力做好图书馆工作。

一、图书资料是宝贵的知识财富

图书资料随着文字的产生发展而产生，源远流长，是人类思维活动反映的记录，是人类自己创造的文化和知识，是人类劳动所产生的美好果实，它记载着人类历史的兴衰，它象征着人类的文明和智慧。

培根早就说过“知识就是力量”。人类永远需要进步提高，提高物质和精神水平是离不开知识的。人才的培养，科学技术的发展，经济的增长，社会的进步都离不开知识。知识对经济社会发展的贡献日益增大，知识正在成为推动知识经济前进的决定因素，今天的经济无疑是昨天知识的转化，今天的知识必将成为明天的经济。在知识与经济的因素关系中，我们不难发现，知识是决定经济之因，经济则是由知识决定之果。

纵观世界，经济强国的发展轨迹与经济落后的穷国历史，都证明了各国经济上的差距，归根到底是知识的差距，人才的差距。第二次世界大战之后，美国不是把钢铁、粮食、武器作为战利品，而是把专家、资料、科技作为胜利的财富运回去，以后就成为世界的经济强国。

在知识经济时代，人们对精神方面的追求将越来越高，人们的内心世界就像一张白纸，可以在上面画出各种各样的图画，而知识就是画这张看不见的图画的工具。如果知识贫困，这把工具就不强硬，那么时间和实践扭曲了的人的内心世界，使人思想保守，精神颓废，道德失落、缺乏人文教养。可见，在知识经济时代，摆脱知识贫困，拥有了发展一切的“核心动力”，总而言之，社会发展需要知识，人们在学校、图书馆等不同场地得到知识，受到教育、加以创新，在几年甚至几十年后对提高国民素质，促使国民经济文化的发达，是十分重要的。

当代，经济和文化发达的国家，把图书资料同能源、材料并列，看作是发展科学技术的三大支柱之一。认为它是国家的资源，无形的财富。美国未来学者托夫勒推出的《新战争论》中，预示第三次浪潮经济体系是世界的一场新革命、新战争。所谓第三次浪潮经济体系中，“知识成为核心资源，是一种弹性的生产要素”，是“取之不尽，用之不竭”的“无形资产”。这些对世界现代化发展的新预测，都预示着知识在现代化过程中愈来愈重要的价值地位。人类自己创造的文化知识，将愈来愈成为人类最宝贵的最有价值的财富。

二、增强服务意识

图书馆蕴藏着人类历史、文化、科学、技术知识巨大资源，是社会传播知识、信息、继续教育的重要场所。怎样提高图书资料的利用率，使图书资料这一丰富资源转化成真正的财富。这就要靠图书馆工作的各个环节来实现，加强服务意识，让图书资料得到广泛合理的利用，它与开采煤炭、石油、矿产等自然资源一样，具有同等重要的意义，因此图书馆工作的核心是提高文献资源的利用率。

图书馆工作是一个图书馆和图书馆工作人员与书，读者互相融合的过程。图书馆的工作人员，在图书馆这个特定的环境里，以书为谋，架起了一座服务读者与读者沟通的桥梁。

增强服务意识，以服务唤起图书馆的生命力。近几年来，增强服务意识理念，越来越受到各行各业的重视。图书馆业同行们多次提到搞好图书馆工作要强化服务意识，笔者在图书馆多年工作的体会，深深感到它的价值所在。服务质量的高低直接影响图书资料利用。图书馆人服务的目标是图书资料，服务的对象有各种读者，在工作中，图书馆工作者具有良好的职业道德，以热诚关爱的态度和耐心细致的作风，为读者提供优质服务，赢得读者，也可以提高图书资料的利用率。图书馆工作的各个环节，围绕目标，通过对对象实现图书资料的价值和树立图书馆形象。

三、怎样成为一名合格的图书馆工作者

要把图书馆的工作做好，才能提高图书资料的利用率。做好图书的工作，一定要有一批思想红、作风正、业务精、乐奉献的高素质的人员来保证，

就是要求每一个图书馆人能成为一名合格的图书馆工作者。

1. 要永不满足地刻苦学习，不断“充电”，充实自己。要借助在图书馆工作的良机，博览群书，增加知识面，整实功底；要根据本职工作的实际，多读专业书刊，掌握本专业的基础理论，研究做好本行工作的方法与谋略。总结经验教训，不断提高工作能力；要视能者为师，不耻下问，向同行学习，做到“人无我有，人有我优”，把工作做得比别的好；要结合形势的发展变化，学习新理论、新知识、新技术，跟着时代走，为社会服好务。

2. 要有一个乐于奉献图书馆事业的纯正的思想。在通过学习具备一定业务技能的基础上，重要的还要有一个乐于奉献事业的纯正思想，才能把工作搞好。如思想不正，不想吃苦，不想干事，技术再高，能力再强，也是没有用处的。有能力，没有奉献的思想，技能无用处，有奉献的思想，无技能，想奉献，也无办法。

3. 要有一个爱岗敬业的思想。同你对待一个人一样，你爱他，你对他就好。你不爱他，你对他就烦。同一个道理，要使图书馆工作做得好，成绩显著，作为图书馆工作人员，必须爱自己的岗位和崇敬自己的事业，专研自己的业务，不能见异思迁，这山望那山高，要干一行爱一行，干一行钻一行，相信行行都能出状元。当你干出成绩的时候，你自然感到高兴，自然觉得工作无贵贱。如果你不热爱自己的工作，对它没有感情，要想做出成绩，作出贡献，必然是空想。

4. 要有一个全心全意为人民服务的思想。我们要通过做好自己的本职工作来体现江总书记的“三个代表”的重要思想，结合自己的工作实际，创造性的工作。比如，作为一名高校图书馆的工作人员，要有较高的政治素质，把党的教育事业与自己的本职工作联系起来。精通业务，扩大自己的知识面，能快速为学生提供资料信息服务。充分发挥管理育人的作用，注重对学生的公共道德，良好的读书习惯，行为规范的培养，为学生营造一种良好的学习氛围，激发他们读刊读报时的学习兴趣。平易近人，让学生愿意来，为学生提供一个干净优美的环境。

总之，要使自己成为一名合格的图书馆工作者，必须结合社会经济发展形势和本职工作实际，按照江总书记“三个代表”的重要思想，努力学习新知识，适应知识经济时代的要求，不断提高自己，改造自己，时刻加强自身职业道德的修养，方能做到。

四、知识经济对图书馆工作的影响及措施

21世纪是一个信息社会与知识经济的时代。

图书馆已由传统服务，逐步转向现代化图书馆的方向发展。传统图书馆向现代图书馆转型，这已成为发展的必然。图书馆的服务方式发生了重大改变，传统的管理，是以知识载体的收藏与输出为主要服务，只限于借与还。现代化管理就不是手工操作方法的借与还，它利用计算机来管理，实现网络化的馆际协作，达到资源共享。现代信息技术迅速而持续发展，在这技术基础的历史条件的支撑下，图书馆事业社会职能的空前强化，要提高图书资料的利用率，依靠新的技术手段来取得，关键是图书馆的人员如何适应这种环境，图书馆又如何发展？图书馆的发展，关键是人才。积极培养适应知识经济时代的图书馆人才，应该成为图书馆工作的一项重要任务。

1. 人才的着重在于加强馆员的敬业教育，培养他们强烈的社会责任感和无私的奉献精神，提高在职人员的政治素质。

2. 提高他们的文化素质，造就一批具有合理的知识结构和能力的信息加工和管理的人才。知识经济时代，是以人为本的时代，它对图书馆人员的素质要求也越来越高，除了具有较高的政治素质外，他必须懂得更多的知识。尤其表现在计算机知识、网络知识、英语知识水平的提高等方面。这就需要通过系统的培训才能掌握。据了解，图书馆人员本专业的人员并不多，低学历者（本科以下学历）的不少，如不采取措施，他们知识结构和总体素质将远远不能适应知识经济时代的要求。因此，要加强学历培训，在时间经费上要给予保证，使在职人员的知识结构不断更新。

3. 在信息技术高度发达的知识经济时代，由于科技高速发展，因此每个人一生中，必须不断接受最新的教育，才能适应。一张文凭渡终生的时代已经过去了，取而代之的是工作与学习交织的时代。因此，应建立起全馆在职人员的学习，和终身学习的全新理念，大力提倡工作学习化，学习工作化，不断增强全馆人员的知识，技能储备，提高综合素质，不断创新，用知识和智能建设和发展新时代的图书馆。

综上所述，无论是传统图书馆向现代图书馆转型，还是过渡，归根到底是人才、内部管理，人员素质的提高，服务意识的增强，最终提高图书资料的利用，达到图书资源的共享，为人类文明，历史的进步作出新贡献。

军校学员参加中长跑锻炼的现状及对策

唐 雄 (公安海警高等专科学校)

从表一、二、三分别可以看出：

(1) 因中长跑运动量较大, 喜欢中长跑的人数只占 25.5%, 而不喜欢中长跑的人数占 28.6%。

(2) 来自农村的学员要比城市的学员喜欢中长跑, 这说明农村的学员要比城市学员具有吃苦耐劳的精神。

(3) 男学员比女学员喜欢中长跑, 说明男学员体质好, 较女学员具有吃苦耐劳的思想, 好动性强。

(4) 另外, 在调查中显示, 城市女学员中喜欢中长跑的特别少, 在所调查的学员当中, 只有 1 人喜欢中长跑, 仅占 1.7%, 说明城市女学员特别害怕吃苦, 害怕累, 而农村女学员相对要好些。

2. 大部分学员对中长跑锻炼价值没有明确的认识

表 4: 对中长跑锻炼价值认识调查表

认识程度	人 数	比 例
有明确的认识	59	20.1%
有模糊的认识	205	69.7%
没什么认识	30	10.2%
合计	294	100%

从表 2 可以看出: 对中长跑锻炼价值有明确认识的只占 20.1%, 69.7% 的学员有模糊的认识, 而 10.2% 的学员根本没什么认识, 说明大部分学员中长跑锻炼价值没有明确认识, 从而兴趣不大, 不愿经常性地参加中长跑锻炼。

3. 大部分学员没有掌握正确的呼吸方法

表 5: 掌握中长跑理论知识调查表

掌握程度	人 数	比 例
能掌握绝大部分	65	22.1%
能掌握一些	182	61.9%
没有掌握	47	16.0%
合计	294	100%

从表 5 可以看出, 真正能掌握正确的中长跑理论知识的只占 22.1%, 还有一部分学员只掌握了一些或没有掌握。

4. 分学员认为中长跑练习较枯燥

在调查中显示, 25.9% 的学员认为中长跑练习枯燥无味, 56.8% 的学员认为有一点枯燥无味, 只有 17.3% 的不觉得枯燥无味。且 14.6% 的学员认为对抗性不强, 不刺激。练习次数少、运动量少, 不能达

一、前言

中长跑是军事体育教学的重要内容, 对增强学员的体质和健康状况起着非常重要的作用。军校要求每个学员要有强健的体魄和顽强的意志, 这样才能为“军事过硬”打下坚实的基础, 才是一名合格的学员。经常性参加中长跑锻炼不仅能发展耐力素质, 提高心肺功能, 还能培养顽强的意志品质和克服困难的勇气。由于参加中长跑锻炼运动量大, 单调且枯燥无味, 学员的畏惧心理比较严重, 大多不喜欢经常性参加中长跑锻炼, 因而每年的中长跑达标考试成绩均不太好。本文通过问卷调查、数据统计、文献资料等方法对学员不经常参加中长跑锻炼的现状进行了分析, 及探讨了如何提高学员中长跑锻炼的兴趣, 提高学员中长跑成绩。

二、研究对象与方法

1. 对象: 公安海警高等专科学校 2000 级、2001 级、2002 级学员。

2. 方法: 问卷调查, 发放 300 份试卷, 收回 300 份, 其中有效试卷 294 份, 男学员 221 名, 女学员 73 名。

三、现状分析

1. 喜欢中长跑的学员所占比例不多

表 1: 中长跑兴趣调查表

喜欢程度	人 数	比 例
喜欢	75	25.5%
有一点喜欢	135	45.9%
不喜欢	84	28.6%
合计	294	100%

表 2: 城市、农村学员参加中长跑锻炼调查表

喜欢程度	人 数		比 例	
	城市	农村	城市	农村
喜欢	29	45	16.3%	39.7%
有一点喜欢	81	54	45.5%	46.5%
不喜欢	68	16	38.2%	13.8%
合计	221	73	100%	100%

表 3: 男、女学员参加中长跑锻炼调查表

喜欢程度	人 数		比 例	
	男	女	男	女
喜欢	71	4	32.1%	5.5%
有一点喜欢	109	26	49.3%	35.6%
不喜欢	41	43	18.6%	58.9%
合计	221	73	100%	100%

到很好的练习效果。

5. 练习次数少、运动量少、不能达到很好的练习效果

表 6: 中长跑周练习次数统计表

练习次数	人 数	比 例
0 次	14	4.8%
1 次	89	30.3%
2 次	137	46.6%
3 次或更多	54	18.4%

从表 6 可以看出, 在练习次数方面, 只有 18.4% 的学员每周参加了 3 次或更多次。另外, 在运动量方面, 军体训练要求男学员每周跑一个 5000 米, 女学员每周跑一个 3000 米, 然而调查显示, 只有 37.1% 的男学员每周完成了一个 5000 米, 28.8% 的女学员每周完成了一个 3000 米, 有大部分的学员不能按要求完成任务, 因而达不到好的练习效果。

6. 少部分学员担心中长跑大运动量后, 会影响到学习——在调查中显示, 有 10.2% 的学员很担心中长跑大运动量后, 会影响自己的学习, 有 21.8% 的学员有点担心影响学习。

四、对策

1. 作为军校学员, 要处处培养他们不怕苦、不怕累、能吃苦耐劳的精神, 平时要加强一些体能训练, 这样, 学员才能克服中长跑锻炼所带来的重重困难, 从而积极主动地投入到中长跑练习中去。

2. 要通过理论课的讲解, 让学员充分地明确中长跑的锻炼价值, 特别是那些不太愿意参与中长跑锻炼的学员, 要多跟他们交流、谈心, 让他们克服思想障碍, 明白中长跑给自身所带来的好处。资料表明: 经常性从事中长跑锻炼能提高呼吸系统和心血管系统的功能, 调整大脑皮层兴奋和抑制过程, 增强新陈代谢, 提高人的抗疲劳、抗病能力, 且能培养顽强的意志品质和克服困难的勇气。只有让学员充分明确中长跑的锻炼价值, 他们才会有目的地去从事这项锻炼, 才能提高锻炼效果。这样他们才会有勇气、有目的地参与到中长跑练习中去。

3. 要跟学员讲述正确的呼吸方法及其重要性, 特别是“极点”知识。由于中长跑能量消耗大, 掌握正确的呼吸方法, 及时给有机体补充氧气是非常重要的。呼吸的节奏应和跑的步子配合起来, 要深呼吸, 且要着重呼气, 只有充分呼出二氧化碳, 才能充分吸进氧气, 呼吸一般用鼻子与半张开的嘴同时进行。冬季练长跑或顶风跑时, 应舌尖上翘, 微微舔住上腭, 避免冷空气和强气流直接刺激咽喉。另外, 要着重跟学员讲述“极点”知识, 所谓“极点”是指由于内脏器官的惰性, 使氧气供应暂落后于肌肉活动的

需要, 加上肌肉中的大量代谢产物得不到及时运走, 在跑一段时间后, 会不同程度地出现呼吸困难, 胸部发闷, 四肢无力, 跑速下降, 产生难以继续跑下去的感觉。要让学员明白“极点”是一种正常的生理现象, 要用顽强的意志坚持下去, 同时加深呼吸, 并适当放慢速度, 继续跑一段时间后, “极点”就会逐渐消失。只有让学员掌握正确的呼吸方法和相关的理论知识后, 才会逐渐提高学员参加中长跑锻炼的积极性。要培养学员从一开始跑便注重呼吸的习惯, 在多次练习中逐步掌握适合自己的正确的呼吸方法。

4. 中长跑的特点, 趣味性不大, 不太富有刺激性、对抗性。为了充分调动学员的积极性, 可以多组织学员到校外跑, 这样, 通过变幻练习环境, 让学员欣赏到自然界的美好景色, 不仅会让学员产生新奇感, 提高大脑皮层的兴奋性, 同时, 会减轻疲劳感。调查显示, 95.9% 的学员喜欢到马路上或野外的小路上跑, 而不喜欢单纯地围绕操场跑。另外, 可多变幻练习形式, 如可匀速跑、变速跑、每人轮换领跑、追逐跑、帮带跑等等, 既可提高运动强度, 也可提高学员的兴趣。要经常变幻练习形式和环境, 而不要单调地围绕操场跑, 以此来充分激发学员的兴趣。要采用多种有效的方法督促学员按要求完成练习的运动量, 以达到好的练习效果。

5. 长跑运动次数与锻炼的效果有直接关系, 最适宜的运动次数, 应在前一次锻炼的效果尚未消失之前, 就进行第二次锻炼, 这样, 每次锻炼的效果逐渐积累, 就会达到增强体质, 提高成绩的目的。据有关资料表明, 每周锻炼 3—5 次, 每次 20—30 分钟, 心率在 140—154 次/分为宜。

6. 要做好中长跑大运动量后的放松活动, 及时消除疲劳, 来减轻学员心理和生理上的负担, 使他们不会担心影响到学习。中长跑后, 一部分学员会有不同程度的头晕、恶心、两腿发软等现象。这时, 切不可让学员马上停下来或坐下来, 而应该接着慢跑或走一段距离, 然后做一些放松活动, 放松的内容包括深呼吸和较和缓的运动, 要逐渐使肌肉放松, 使身体恢复至安静状态。例如: 可仰卧将双腿举起抖动, 使回心血流量增多, 起到消除疲劳的作用。可采用相互按摩和自我按摩来调节和改善中枢神经系统的功能, 使肌肉中的乳酸尽量排出或被转化。另外, 32 度至 40 度的温水浴对心脏和神经系统有镇静作用, 使人精神爽快, 夏季时, 需要补充适量的盐分, 注意要有充足的睡眠等等。这样, 让学员尽快的消除疲劳, 身体机能得到恢复, 学员就不会担心中长跑后会影响到自己的学习。

“以兵为本，力量之源” ——浅谈当前抓好部队官兵关系应把握住的几个环节

朱永锋（武警乌鲁木齐指挥学校）

密切的官兵关系不仅是我军战斗力的保证，也是搞好部队管理的基础。部队的基础在士兵，兵不稳则军不固。江泽民同志在谈到部队基层建设时指出，基层建设靠谁，就是要全心全意依靠基层广大官兵。只有首先确立广大官兵的主人翁地位并充分发挥他们的作用，部队建设才会有不竭的力量源泉。因此，就官兵关系而言，贯彻落实“三个代表”重要思想，最根本、最重要的就是要牢固树立“以兵为本”的思想。所谓这一点，就是坚持相信广大官兵，依靠广大士兵，最大限度激发广大士兵建功立业、报效祖国的热情，充分调动好、保护好、引导好广大士兵参与部队建设的主动性、积极性、创造性，围绕这一点，需要着重从以下几个环节入手：

一、必须在政治上保证战士充分享有权利，切实关心战士成长进步

部队建设的基础是广大基层官兵，没有广大官兵积极参与，部队建设就等于无源之水、无本之木。

一是要树立“战士是主人翁”的思想，切实把士兵利益放在首位，把士兵高兴不高兴，满意不满意，信赖不信赖，支持不支持作为工作的出发点和落脚点。切实摆正士兵在部队建设中的位置，让士兵唱主角，广泛调动他们的工作积极性和创造性，充分保障他们的民主权利，尊重他们的人格，维护他们的主人翁地位和正当权益，认真听取并采纳他们的合理建议和意见，坚决防止和克服“我讲你听，我说你干，我管你服，不服就压”的现象。深入学习领会“三个代表”重要思想的科学内涵及其精神实质，进一步发扬人民军队的优良传统和作风，使“以兵为本”的立场、观点在军队党员干部中深深扎根，真正变成自觉行动。

二是要把士兵培养成才。爱兵就是要以父母之心，兄长之情关爱士兵。既要关心战士的衣、食、住、行、喜、怒、哀、乐，关心他们的个人和家庭困难，更要关心他们的成长进步。对于新时期的士兵来说，到部队锻炼成才是他们强烈的共同愿望。因此，要本着对士兵高度负责的精神，着眼培养“四有”军人，帮助他们树立正确的人生观和崇高理想，最大限度地引导他们立志警营建功立业，在本职岗位上成才。再者，要帮助士兵走向成熟，健康成长。要针对士兵处事不够成熟，自控能力较弱，缺乏在复杂环境中的

适应能力和心理承受能力等特点，本着缺什么、补什么的原则，加强政策法律教育，筑牢思想防线；用真情爱意温暖他们年轻稚嫩的心理，真正让自卑者树立自信，孤僻者变得开朗，易怒者不再暴躁，懦弱者走向坚强。还有就是要引导士兵在刻苦学习中成才，要使他们清醒地认识到，成才需要日积月累，长期坚持，要有勤奋刻苦，甘于寂寞的心态。

二、必须在行为上当标杆作表率，认真实践爱兵要求

干部爱兵要严格遵守条令条例的各项规定，坚决做到不违规、不走样。要坚决摒弃“官尊兵卑”的错误观念，自觉做到“严下先严上，严兵先严官，训兵先训官，考兵先考官”，时时处处严于律己，给士兵当好标杆，做好表率。

现在广大士兵的综合素质特别是文化素养有了大幅度提高，大学生士兵已不再是什么新鲜事。这就对干部带兵中做好战士的思想工作提出了更高的要求。实践证明，带兵人的思想道德、知识才能以及对士兵的感情，是一种影响力极大的人格力量。实际上战士要求干部做到的无非三点：一是知识面要宽，让战士感到有学头。二是要办事公道正派，让战士信得过。三是以身作则，让战士打心眼里愿意跟着学。干部具备了较好的综合素质，又能在广大官兵关心的热点、难点问题上做到公开、公正、公道，以诚待人，率先垂范，换来的就是战士的衷心拥护和爱戴。

三、必须正确处理好严与爱的关系

一是严而有据，爱之真诚。新形势下严格管理的依据是条令条例，不搞与之相悖的土政策、土规定，要防止和克服以权代法、以罚代法等现象。要在不违反条令条例规定的前提下，以真诚的爱关怀士兵，切实在政治上、工作上、学习上、生活上关心体贴士兵，耐心帮助解决问题。

二是严而有方，爱融于行。如今士兵的一个显著的特征是服理不服压。因此，严格要晓之以理，防止和克服简单粗暴、盲目高压的现象，要把对士兵的爱体现在具体的行动上。在生活上像父母关心子女，在工作上像老师对待学生，在处理问题上像医生对待病人。不断研究新情况，解决新问题，积极探索爱兵工作新途径。

现在的士兵是我国发展社会主义市场经济环境下成长的青年一代，他们的平等意识、民主意识、参与意识和自尊心、自信心比较坚强，比较重友谊、讲感情，希望干部能像父母兄长、良师益友一样关心和爱护、帮助他们，这就要求干部注意因势利导，尽心做好“以兵为本”。

1. 必须用邓小平新时期军队建设思想和江主席“五句话”要求武装官兵思想，把“三个代表”重要思想和十六大精神贯彻到士兵的政治信念中去。

2. 建立激励机制，最大限度激发带兵活力。没有竞争就没有压力，没有朝气；没有竞争机制，就容易安于现状，不思进取，就会导致平均主义，搞无原则的平衡照顾。因此，必须在部队创造一个平等、公正的竞争环境。尤其在用人、考学、学技术、选改士官等敏感问题上，真正使有才、有德、有绩的士兵得到组织的关心、支持和爱护，克服纠正“干好干坏一个样”的问题，这样才能促使官兵关系的良性发展。

3. 努力创建良好和谐的环境。环境对人的思想起着潜移默化的作用。因此，创造一个良好和谐的环境，将对密切官兵关系起到很大的促进作用。一是运用各种宣传手段，抓住各种机会，广泛宣传在新形势下开展“尊干爱兵”活动的重要性，使每个同

志意识到、理解到亲密无间的官兵关系，是我军的性质、宗旨决定的，是优良传统，应不断加以发扬，形成搞好官兵关系的自觉性。二是要大力宣扬典型，树立标杆。培养尊干爱兵的典型，运用典型促进尊干爱兵活动的开展，营造一个良好的内部氛围，使尊干爱兵的优良传统发扬光大。三是要建立和完善监督机制。落实士兵代表大会制度，定期召开战士座谈会，广泛听取群众意见，使干部及时纠正和克服工作中的不足，从而营造一个人人在监督中，人人接受监督，人人自觉密切官兵关系的氛围。

4. 把握主动，搞好继承与创新。在继承和发扬官兵关系、依法治军、尊干爱兵、民主管理等优良传统的同时，还要注意研究新形势下部队管理出现的新问题和新情况，不断赋予“以兵为本”新的内容，提高爱兵的标准和要求，在继承的基础上搞好创新，注意把握新的规律，始终掌握这一项工作中的主动权。要在应付新情况上有充分的思想准备，在解决新问题上有新的招数，在密切新形势下官兵关系上有新的办法，不断推动部队管理水平的提高，充分依靠士兵这一部队建设中的重要力量源泉，不断推动部队建设的发展。

针对问题抓工作

确保管理不失控

朱永锋（武警指挥学院乌鲁木齐分院）

在新形势下，以往管理中采用的“封、堵、禁”的工作方法已不适应院校学员队的发展，制止和影响着学员队的建设，层出不穷地出现一些新情况、新问题，面对这些新情况、新问题，对学员队的管理者提出了更高的要求。研究和探索学员队管理工作中的特点和规律，使学员队管理见成效，必须高度重视抓好管理教育工作中的主动性，把握好学员的思想脉搏，抓住问题的实质，深层次地解决好学员中出现的问题，才能确保管理工作的有效性。

一、转变管理观念，拓宽思维视野，进一步理清工作思路

随着形势的不断发展变化，管理教育工作的地位和作用日益增强，我们要从更高的角度，充分认清学员队管理、教育工作的地位和作用，要及时转变观念，拓宽视野，进一步理清工作思路。

1. 管理工作要经常抓、反复抓。管理工作是一项长期性、艰巨性的工作，学员的综合素质、旺盛的斗志、一日生活制度落实、安全稳定的局面都是靠持之以恒、常抓不懈才能形成；不能有两天打鱼、三天

晒网的思想，这样个别学员就会钻管理松懈的空子，放松对自己的要求。因此，要把管理渗透到每名学员、战士，渗透到各项工作和日常生活之中，保证管理工作深入持久。具体说，就是要坚持三个“不放松”：①坚持思想上不放松。人是管理工作中最活跃的因素，只有管住战士、学员的思想，就能管住我们整个学员队。任何时候都要及时掌握学员、战士的思想，有个别学员因性格内向与别人不能相互沟通，而导致思想的复杂性，有压抑感。对这些战士、学员，要做好思想教育，疏导他们的思想，帮助克服心理上的障碍，保证每名战士、学员在任何情况下都能经受住任何考验。②坚持纪律上不放松。要求每名学员、战士都要强化纪律意识、服从意识，提高战士、学员的服从命令、加强纪律的自觉性，培养他们令行禁止、雷厉风行的战斗作风，对空中交友，偷阅不健康书刊等一些老大难问题，要反复抓、抓反复，解决问题不撒手，决不让那些与条令条例和规章制度不相容的歪风邪气滋长起来。③坚持依法管理不放松。要进一步强化战士、学员的法律观念，用条令、

法规规范官兵的言行,经常性地组织学员、战士进行法纪教育和观看一些违纪和犯罪案例光碟,从而使学员从思想筑牢遵纪守法的防线。

2. 管理工作要亲自抓。管理工作始终是部队的重点工作,直接关系到学员的全面发展,这就决定了我们学员队干部要亲自抓好管理,强化“管理失策就是领导失职”的意识,对管理工作任务明白,问题清楚,始终要牢牢把握准管理工作的主动权。在学员队的管理当中,也出现过这样的问题,因个别干部把管理工作权都交给所有骨干去抓,而骨干又因为同学之间讲情面,发现问题不及时讲或慌报、隐瞒,导致个别学员思想放松,而出现违纪现象,甚至有被退学,类似这样的现象与我们是否亲自抓管理有直接的关系。因此,作为学员队干部要对全队的管理工作进行整体筹划,把抓管理和完成各项任务、组织每项活动紧密结合起来,要亲自去发现、解决问题,从严治理学员、战士中存在的不良倾向,这样才能保证管理工作落实到位。

3. 要把管理和其他各项工作结合起来抓。管理工作涉及到学员队建设的方方面面,无时不在,无处不有,因此抓管理必须与各项工作有机结合,综合治理,相互促进,相得益彰,通过管理水平不断提高来保障各项工作的提高。比如说,管理工作必须与军事训练紧密结合,以训促管,以管促训,训管相长,通过严格训练加强管理,建立正规的训练秩序,培养过硬的作风,这样就能提高整个学员队的战斗力。另外,管理工作与思想教育相结合,坚持思想疏导、行为规范有机的统一,打牢战士、学员的思想基础,提高他们的遵纪守法的自觉性。

二、严格按条令条例抓管理

条令是部队管理的基本依据,是军人的行为准则,贯彻落实条令条例是打牢部队基础的经常性工作,只有依据条令抓管理,才能不断提高学员队正规化管理水平。

1. 强化条令就是法的意识,增强学员遵守条令的自觉性。每名战士、学员在思想上要充分认清条令在部队建设中的重要地位和作用,时刻以条令条例为准绳,在条令的指导下开展各项工作,自觉按条令规范言行。坚持教养一致,点滴入手,常抓不懈,把学条令、用条令,依据条令管理的口号叫响,提高学员、战士学习贯彻条令的积极性。条令学习不能满足于看一遍、学一次、考一次,而要经常学,反复学,在理解“精神实质”上下功夫。通过在饭前集合提问、课间休息互问等方式,加深战士学员对条令的记忆,使他们真正认识到条令是部队建设的基础,纪律是军人的生命,做到知条令、守条令、护条令,时时

处处用条令规范自己的言行,从根本上提高落实条令的自觉性。

2. 克服落实条令条例中的形式主义。学习条令不但要知道怎么做,而且要了解为什么这样做,提高执行条令的自觉性。把应付上级检查而毫无实用价值的东西应坚决消除,要把握住落实条令的效果和平时的养成,如在执勤、劳动、探亲、休假的人员中,做到无论走到哪里,都要按制度办事,保证人人都在条令的约束之中。

三、提高思想认识,强化做好心理疏导工作的责任感和紧迫感

1. 面对新形势的多样化,战士、学员的思想也产生了深刻的影响。有的人在部队与社会、精神与物质等诸多矛盾冲突碰撞中,一时难以适应,而引发一些心理问题。如果思想工作到位,就会把这些复杂的心理问题消除在萌芽状态。相反,不能及时疏导、化解,就会演变为事故、案件。另外,个别学员因家庭中遇到困难,思想压力大,精神不振作。如学员任某,以前干工作踏踏实实,学习认真刻苦,但该学员得知其父亲身患肝癌晚期后,不能安心工作,学习精力不集中。队干部得知消息后,及时了解情况,精心研究帮教计划,做好思想疏导工作,通过谈心对本人做了大量的思想工作后,该同志又积极地投入到工作中。

2. 当前学员战士反映出的问题具有多样化的特点,而且多种成因相互交叉、相互作用,错综复杂。有的是思想认识偏差,有的是实际问题引发,有的是心理产生的。如果把心理问题当作思想问题来看待,处理方法不当,就会导致矛盾激化,产生不良后果。因此,干部要用兄长情去关注学员的思想行为变化,及时发现,正确解决,充分发挥好“三互”活动小组的优势和党团组织的思想骨干的作用,帮助他们走出心理困扰。

因此管理方式得当与否,直接影响到管理工作的效果。方法得当,效果就会明显,学员队的全面建设就会随之提高,学员对管理自觉性就会提高。方法不当,不仅效果不好,还会引发各种问题。学员队干部应该从以前管理工作当中出现的问题当中吸取深刻的教训,应该多探索一些丰富多彩的管理活动。不能变得死板教条,索然无味。不能采取以前管理当中的“土政策、土办法”,这一点如果把握不好,管理工作就很难向高层次发展。为此我们要在管理当中细致入微,循循善诱,及时做好学员、战士的心理疏导工作,要似和风滋润他们的心田,这样学员队的精神面貌才能有惊人的变化,学员队的整体建设才能上一个新的更高的台阶。

武警部队指挥自动化建设浅析

李运涛 权江（武警指挥学院乌鲁木齐分院）

武警部队指挥自动化建设是指以计算机为主的技术装备与指挥、技术人员的结合,是对部队和武器实施指挥与控制的“人——机系统”建设。它是实现武警部队指挥自动化的手段和工具,是新的历史条件下武警部队为适应执勤、“处突”和高技术局部战争防卫作战的需要,提高武警部队司令部科学决策能力、快速反应能力、有效控制能力和灵敏协调能力的有效途径。如何使武警部队指挥自动化建设,及三级网建设,提高建设工作效益,使其持久、协调、稳步发展,这是一个亟待研究和解决的问题。

一、指挥自动化建设应区分层次

目前武警部队指挥自动化“三级网”建设已全面展开,各级硬件指挥平台已基本形成。技术研发和技术储备日益显示出其重要性。但是技术研发和技术储备不是短期行为,所以实现指挥自动化达到“三级网”要求,满足执勤、处突、指挥与科学管理的自动化指挥。实现这个标准,区分建设层次至关重要。

1. 建立具有超前意识和思维的研究层。近年来,随着高技术发展,外军在自动化建设方面已逐步实现了“全盘自动化”形成了系统的C3I、C4IRS作战指挥自动化系统,武警部队指挥自动化建设正处于起步阶段。究竟怎么搞,立足现有装备不可否认,更应有超前研究的意识,要勇敢地跨入现代高科技条件下完成执勤、“处突”任务需要的前沿。当然,超前研究必须符合武警部队的特点。在执勤、“处突”方面,应与提高任务的实际相适应,与武警装备的现状和发展相适应,与指挥人员的文化素质和国外可能借鉴的先进技术相适应,建成适合国情、适合部队特点的较为先进的系统;在经济方面,要考虑部队自身能否承受得了,否则将脱离现实,劳而无功。

2. 重视研发新装备的应用系统开发层。当前,武警部队指挥自动化“三级网”建设已自上而下的全面展开,基础设施和基础设备硬件得到到全面提生,这就需要我们必须以目前新装备、新环境为平台研发出相应配套、适合全军和武警部队标准化工作的操作系统和应用平台。一是应把重点放在网络骨架、基本使用资源和骨干应用软件建设上,优先保证总部到重点方向上的需要,分批分级地将网络环境下的各种应用系统逐步交付使用。二是根据武警部

队担负的任务和可能遂行的作战任务搞好重点建设。就总体而言,当前,建设的重点应是基础设备的研制、初步开发、人才培养、通信手段和设施的逐步改进,不断提高指挥自动化建设,保障部队执勤、“处突”和作战任务的需要。

3. 要重视近期效益层。指挥自动化的生命力,就在于实用价值的提高。武警部队的指挥自动化工作是在现有装备和管理方法上起步的,要使各级指挥人员从习惯于电话、电报、传真为信息交换工具,以通信保障人员作为信息交换依托的旧模式,过渡到充分利用三级网建设的成果,运用声像结合、图文并用、网格监控的信息快速交换手段,并要求这种转换在近期内发挥效益。这就要求我们在应用项目的研究中,在建设目标的确定上,既要着眼发展,又要注重近期效益的发挥,不能盲目地把目标定在高、精、尖上,要从实际出发,从实用性强、把握性大、见效快的项目入手,边建设边应用,边完善边提高,逐步由低级向高级发展。

二、自动化指挥系统建设的要求

武警部队自动化指挥系统建设要适应现代高技术条件下执勤、“处突”和作战实际需要,进一步完善武警部队特别是总队(师)级指挥自动化系统,也是一个研究的重要课题。

1. 注重人员的素质培养。指挥自动化系统是人——机结合的系统。系统建设发展能否适应现代条件下组织指挥的需要,在很大程度上取决于人的水平。人是指挥自动化建设诸因素中最能动的因素。培养指挥自动化人才的建设是多方面的。从涉及的人员对象看,可分为军事指挥人员、专业技术人员、维修管理人员;其中军事指挥员是指挥自动化建设的核心和主导者,培养他们必须具有相应的军事理论知识,使两者能融会贯通;管理人员是总的组织协调者,培养他们必须具备协调军事和技术的有关问题的能力。只有这样,才能建立真正符合武警部队实战要求的指挥自动化系统。

2. 加强软件开发应用的培训。指挥自动化系统是多种高科技的综合,尤其计算机技术在其中起着影响全局的作用。如果没有编制缜密、功能齐全的软件系统,任何性能优良的计算机都不可能发挥

实际效能。因此,指挥自动化软件可以说是指挥自动化的“灵魂”,指挥自动化软件质量的高低,将直接关系到指挥自动化功能的有效发挥。如何加强软件开发与应用,提高已有系统和设备的作用效益,是一个非常现实而紧迫的问题。首先,领导要重视,要狠抓落实。为提高指挥自动化效能,在资金有限的情况下,只能从软件这个关键部分突破,以提高现有硬件设备的利用率。其次,要努力提高研制软件的实用性和通用性。从武警部队近年来软件研制情况来看,不少单位虽已取得了一批可喜的成果,达到了相当的水平,但利用率较低。这里除了使用者的问题外,就软件系统来说,还存在实用性、通用性差的不足,无形中限制了新型软件系统的研制开发和使用推广,没有发挥应有的效能。因此,在开发软件时,必须以使用单位对组织指挥活动的规范化和程序化为前提,应具有广泛的代表性;所有硬件设备,应是武警部队通用的系统,并且在研制开发中,加强协调,使软件不断完善。

3. 加强综合技术保障能力,提高系统的可靠性和生存能力。指挥自动化系统是高技术的复合体,

具有技术新、设备多、保障困难的特点。如何搞好保障,提高自动化指挥系统的可靠性和生存能力,更是一个重要的问题。自动化指挥系统,无论一个系统的功能有多强,一旦可靠性有了问题,其实用价值就明显降低,甚至完全丧失。对此,应从四个方面采取措施:一是硬件可靠性,从系统方案确定到器件的选用,从计算机、通信网到终端设备的设置,从住处交换到接口方式等,都必须按严酷的战场条件的需要考虑。二是软件的可靠性。自动化设备是在软件控制下工作的,软件的问题,既不易察觉,又难以修正,尤其是计算机病毒,往往容易被人们忽视,具有更大的危险性。所以从软件设计、编制到调制维护,病毒防治,都要把可靠性放要重要位置。三是使用维护水平。对于系统的维护,不仅要保证其正常运转,重要的是要求使用者必须掌握设备的性能,正确熟练使用,避免造成人为故障。同时,为使指挥员利用指挥自动化系统及时、准确、灵活地指挥部队,适应现代条件下执勤、“处突”和作战需要,使部队的战斗力成倍增长,提高其生存能力,自动化指挥系统必须具备很强的抗干扰能力和机动能力。

做好基层计生工作的体会与思考

周丽(武警新疆总队第三支队)

面对部队干部、士官家属下岗人员增多,离婚、再婚家庭增多,士官比例增大,造成婚育人口增多,门摊点的流动人口增多等问题的出现,如何抓好基层计生工作及存在的问题,谈谈我个人体会与思考。

一、管理形式法制化

计生工作是一项战略性的工作,管理又是重中之重。计划生育领导小组每年制定目标管理制度,把计划生育工作纳入部队目标管理之中;责任承包制度,坚持军政主官亲自抓,负总责,逐级签订计生工作责任书;学习制度;宣传教育制度;档案登记、统计制度;结婚、离婚与生育指标审批制度;重点对象管理制度;营区流动人口计划生育管理制度;优生优育工作制度;药具管理制度;检查评比等制度;使计生工作制度化。为使官兵知法、懂法、守法,计生领导小组认真学习贯彻《中华人民共和国人口与计划生育法》、《中国人民解放军计划生育条例》将学习内容贯穿到每个官兵的日常生活中,做到有法可依,有法必依,执法必严,违法必究,提高广大官兵的法律意识,还以问卷的形式帮助官兵解疑释惑。同时把

计生工作与官兵的个人成长进步挂钩,在提干、考学、转改士官、立功授奖、复转、子女上学、随军、住房等问题上把计生工作情况作为基本的参考条件,对执行政策不认真、不合格的坚决实行“一票否决”,对表现好的进行宣传和表彰,优先考虑各种待遇,使计生工作走上法制化轨道,在军营中营造出了浓厚的遵守计生法规的氛围。

二、宣传教育多样化

采取演讲比赛、知识竞赛、文艺演出、板(墙)报评比等活动,充分利用官兵身边发生的事,从文艺作品中反映出来,以达到以事实教育官兵。并利用“元旦”、“春节”、“三八”、“六一”、等节日期间“送法到家”、“送药到户”使广大官兵、家属在“说、笑、唱、猜”等娱乐活动中受到教育,达到了“寓教于乐、寓管于乐、寓知于乐”的教育效果。同时计生干部以授课的形式面对面的与广大官兵讲解、交流、解答有关计生问题,加深广大官兵对基本国策、计生法规、条例的理解。为巩固计划生育宣传教育效果,充分运用现代科技成果,开展形式多样、媒体广泛的计生宣传教

育,使教育中复杂的问题简单化,抽象的问题具体化,枯燥的问题趣味化,深奥的问题直观化,积极把社会学、心理学、伦理学、生物遗传学等学科的有关内容运用到计生宣教工作中,引导官兵树立人口与经济、社会、资源、环境协调发展的大人口观。对门摊点的流动人口采用发放宣传材料、面对面授课、送法到户、问卷调查等形式宣传教育流动人员。为增强计生宣传教育效果,实现家喻户晓的目的,充分利用报刊、自制小报、支队《人口与计划生育》信息网站、“计生大篷车”等宣传媒体,把计生方面的新政策、新动态告知他们,使官兵和驻地群众从中受到了深刻的教育。使计生宣传教育从单纯约束性宣教变为政策的理解性宣传,从靠惩罚处理变为着眼官兵群众切身利益搞好思想教育,从单一的理论灌输变为多元化知识的传授,达到官兵和驻地群众提高认识,转变观念的目的。

三、服务内容具体化

服务“以人为本”,牢固树立“基层至上,士兵第一”的思想,着眼官兵需求,解决官兵实际困难,分层次分类服务,第一层次是领导机关,他们需要掌握人口理论、国家计生政策,我们就将《中国计划生育工作全书》、《中华人民共和国人口与计划生育法》、《中国人民解放军计划生育条例》、《人口理论》等计生理论、政策及文献资料及时送去,让领导机关了解掌握计生方面的新政策、新动态,起到表率作用。第二层次是已婚人员,他们需要新婚卫生知识,优生优育知识、避孕知识,为建立幸福美满家庭奠定基础。为此,我们给每名新婚干部发一本“建幸福家庭,树婚育新风手册”,给准备生育的干部发一本“计划生育优质服务‘三大工程’手册”,发给基层每个党支部一本“新疆总队计划生育文件汇编”、“武警部队基层中队计划生育宣传教育讲义”,对探亲、休假的干部及时发放避孕药具,做好知情选择。第三层次是未婚官兵,对他们进行婚育新风、人生观、婚恋观教育,讲解青春期生理、心理健康知识,我们将“心理健康专家咨询”、VCD光碟及有关书籍送去,并开展性心理教育,性生理教育和性道德教育,进行心理咨询和心理疏导,设立咨询电话,帮助他们树立正确的人生观、婚恋观、价值观。第四层次是计生重点对象,他们需要增强遵纪守法、计生法纪意识,我们以说服引导为主,引导他们从个人成长进步,建立文明幸福家庭,部队的全面建设着眼,服从大局意识。第五层次是计生特服对象,他们需要解决具体问题,帮助生育有问题的家庭解决优生优育方面的问题;对干部子女入学、无工作家属就业、大龄青年择偶等问题协调

各方面力量帮助解决。分类服务与广大官兵实际需要紧密联系,寓教育于服务之中,实现了需学的统一。

存在的问题有三难:

一是士官管理难。由于兵役制度的改革,士官比例增大。90%处在生育旺季,造成婚育人口增多,家属大部分来自农村,受封建思想影响重,想早婚早育的多,人员存在双向流动性(家属流、士官流)。如有的士官领取结婚证时,未经部队批准,私自在老家开出结婚证明,有些地方单位也不需要部队的任何证明。生育情况存在人、户分离,流动性大,以至于婚育情况存在隐蔽性,所以这部分人的计生工作存在管理难度大,思想教育工作难做,跟踪服务难以达到预期效果,他们的管理模式能否有新的突破。

二是宣传教育落实难。“铁打的营盘流水的兵”,干部转业、家庭随迁、新老兵更替、计生专(兼)干不固定、基层部队存在点多、线长、面广,肩负任务多等情况,使计生教育存在着重复教育及教育的不连贯性,很难将“恋、婚、孕、产、育、教”六个环节的教育保持连续,又存在生育意愿的反复性,使部队计生宣传教育难以确保“时间、效果、人员、内容”的四落实,官兵难以做到入耳、入脑、人心。如何使计生宣传在军营中抬头能看见,低头能听见,耳濡目染,成为军营文化的一道大餐。

三是计生网络建设难。计生工作还停留在“一本书、一张嘴、一支粉笔、一块黑板”的简单而枯燥的方式上,很难取得好的效果,必须充分运用现代科技成果,开展形式多样、媒体广泛的计生宣教,目前部分单位虽然建成了二级网和三级网,但计生管理系统还未全面普及,基层单位仍采用手工操作上报人员实力及统计报表,既费时,又费力,不能科学的管理,如果能发挥现代媒体技术将文、图、声、像集于一体,不仅能提高工作效率,而且能提高科普宣传质量,为部队留下一个“不走的计生咨询专家”。

21世纪是知识经济、知识社会的时代,是更加重视人权、重视法治、重视人的解放的世纪,更是重视环境质量、生存质量、生活质量的世纪,也是人口问题更加多样化,更富挑战性的世纪。面对现状,我们认真贯彻“三、三、三、二、一”工作思路和“依法管理、人人参与、优质服务、政策推动、警民共建、综合治理”的工作新机制,不断提高广大官兵的文化层次和思想境界,从而增加官兵的自我教育、自我控制能力,为提高部队战斗力,达到武警部队计生工作继续走在全社会前列的奋斗目标而努力。

浅述音乐的内容与形式的美学意义

岳 华 (新疆克拉玛依电大)

任何一种事物都有内容和形式两部分组成,内容和形式是不可分的,内容不能脱离形式而存在,形式则是内容得以存在的形式。每一样事物都有自己的特定的形式和内容。音乐是一种客观存在,它具有物质的属性同样也具有它的内容和形式两部分组成。音乐艺术的内容和形式具有自己的特点,这是由于它是以音响为物质材料而造成的。

以音响作为材料,就必须通过时间的运动才能表现,这样,首先它具有时间的特点,按秩序先后逐步呈现,连续不断地呈现完毕后得到全貌的连续性与整体性,音乐的内容是通过运动展现出来的,音乐内容的表现形式则是运动,但音响这种材料既不可见,不可触摸,无形无体不能构成通常所谓艺术形象,所以说音响既是形式也是内容,两者是融为一体。具体的音响就是音乐的存在形式,而作曲家在创作时企图通过音响传达的信息就是音乐的具体内容,二者是难解难分的。

作为音乐内容它的内涵很复杂,并有一定的感情色彩和哲学思想,它要将这种内涵和思想表现出来时,总是通过一定的形式得以实现的,当听众听到这些音响,通过形式先导引起情感反应转而感知,理解接受这种信息,在这个过程中是形式与内容高度的结合,才使音乐的自身价值得以体现的,音乐的形式与内容如其他的艺术一样,是内容规定了形式,形式反之又表现了内容,是相互制约,相互转化的辩证统一的关系。

具体的音响就是音乐的形式,音乐中所使用的音响它的原形是来自于客观现实中的音响,但不是机械的模仿与简单的复制,是通过筛选,提炼,加工,概括而产生的人工产物,有一定的逻辑性,是人类思维活动的具体物化,也就是人的通常所说的音乐语言,形式还包括音乐语言之间句与句的构成关系,组织和结构方式,又称为音乐结构,音乐结构在音乐作品中是必不可少的,否则音响就会是杂乱无章,偶然集合就会无法清晰,明确,完善地表现音乐内容。音乐结构是通过一定的音乐逻辑,将音乐语言的多种要素合理安排,合理的体现了客观的形式规律,音乐的形式还有更为狭义的解释,专指具体音乐的内部结构形式,也可称为曲式结构。形式要受到内容的制约,具体地用什么结构的乐曲如一段体,两段体,

还是奏鸣曲,回旋曲,要看具体的要表现什么样的乐思内容,音乐结构的目的是使作品成为一个有机的整体,并体现出多样的统一,从而有力地为内容服务,至于结构的细部,音乐是按时间进程来划分的,为了便于理解通常可与语言结构相比,语言的结构是字,词,句,段,节,章,篇等,音乐的划分则按单音,音型,动机,乐句,乐节,乐段乐章来安排。在细节上虽有区别,但基本上是相近的,重复是音乐中最重要的结构要素,由于音乐只作用于听觉,瞬时之后,即行消失,为了加强印象,重复是不可少的,重复的范围很广,可以整段音乐重复,也可以是某个因素的重复,而其他因素发生变化,但通常重复只是指旋律而言,完全不变的重复可以起强调的结果,但过多的一成不变的重复会造成音乐的呆板与单调,因此带有某些因素变化的重复效果更佳,重复中出现了变化,带有了动力感和成长感。如隔了一段时间后重复,就成了再现,这样可以体现出呼应,对称,构成作品的变化统一。

音乐所表现的内容只能意会,不能言传,这是为什么呢?这不是因为音乐语言不像文字那样明确,而恰恰相反,这是文字的过失,文字的不足。因为文字对于每个人的意义并不是相同的,只有音乐本身可以对每个人说出同样的话,唤起同样的感觉。音乐与文字在表现内容上存在着矛盾。音乐所表现的内容只能意会而不能言传,更重要的原因是对音乐的不理解,或是虽然理解,还没找到适当的语言来描述它的内容。

音乐可以间接的反映思想意识和生活现象,尽管音乐不能像语言那样表达明确的思想,也不能像造型艺术一样栩栩如生地再现生活现象,它可以通过感情的流露,间接地反映支配这种感情的思想意识,以及触发起这种感情的生活环境和自然景物。如贝多芬的《第六交响曲》又称为《田园交响曲》田园景色和乡村的风俗生活情景,是通过表现人在田园生活中的感受,间接反映出来的。用贝多芬自己的话来讲,就是“表情多于描写”。他给第一乐章所加的标题,是《到达乡村时的快感》,就是“表情多于描写”的很好的说明,所以说音乐通过表现感情,间接反映思想意识,当然不可能表现得象文字语言那样明明白白,反之用言语表达思想,也不是始终那么明

白的，有时由于种种原因不得不用隐晦曲折的语言来表达思想意识。

艺术源于生活，从内容到形式都是这样的，音乐是特别注重形式美的艺术，且形式服从于表现内容的需要。完美的形式总是符合审美的要求，符合生活的真实。音乐包含旋律、节奏、节拍、和声、复调、调式、调性、音色、速度、力度等，这些要素的组合方式，结构布局和发展程序，就是音乐的形式，只有将这些要素依据美的形式原理多态统一，才能完整的表达音乐的内容，反之如没有合理的形式结构，很难表达一个正确的音乐内容。

音乐艺术中，形式的因素是很重要的，没有形式美，就不能引人入胜。形式具有一定的独立性，但这种独立性是相对的，归根结底，形式要服从于内容，而反过来对内容起积极的能动作用，两者是相互依存，相互渗透，不可分割的，形式也要不断的发展，要创新，但又不能为形式而形式。生活是艺术的源，传统是艺术的流，形式的创新不能割断生活，割断传统，否则就是无源之水，无本之木，但也不能违背艺术的规律，把造型艺术或语言艺术的规律，硬搬到音乐上来，要根据音乐自身的特点，合理的安排形式与内容的关系。

加强防震减灾宣传工作是防震减灾工作的关键

张大容（内蒙古鄂尔多斯市达拉特旗科技信息所）

中国是世界上多震国家之一，又是受地震灾害最重的国家之一。防震减灾宣传是防震减灾事业的重要组成部分。做好防震减灾宣传工作，能最大限度地减轻地震灾害，维护社会稳定，提高我旗防震减灾整体水平具有十分重要的作用。为进一步加强防震减灾宣传、教育工作，达拉特旗地震办抓紧内部学习，不断更新知识，树立服务意识。

一、高度重视防震减灾宣传工作

达拉特旗属于地震重点监视区之一，防震减灾的任务十分艰巨。我们通过各种宣传教育，使人们树立依法参与防震减灾工作的思想意识，提高了人民群众对地震灾害的心理承受能力，做到了防患于未然，把地震可能造成的损失降到最低。同时，由于防震减灾宣传十分敏感，政策性强，我们本着谨慎对待，把握好分寸的情况下，加强对当地有关部门，企事业单位和农村牧区防震减灾宣传工作的指导，妥善处理开展防震减灾宣传和维护社会稳定的关系，使防震减灾各项宣传工作切实落到实处。

二、防震减灾宣传工作要坚持正确导向，讲究科学方法

在防震减灾宣传工作中，我们以“三个代表”重要思想为指导，坚持正确的舆论导向，通过宣传教育，使广大干部群众掌握防震减灾科学知识，提高防震减灾意识和法制观念；增强防御和减轻震灾的能力，依法参与防震减灾活动，推动全旗防震减灾事业的发展，促进社会文明进步。在防震减灾宣传教育中，我们牢固树立大局意识，责任意识，严格遵守相关的法律法规和宣传纪律，坚持“服务大局、把握分寸、讲究导向、突出重点、弘扬正气、鼓舞斗志、

讲究时机、因地制宜”的原则，并做到平震结合，常抓不懈，积极、慎重、科学、有效地开展了此项工作。

三、防震减灾的宣传工作要突出重点，抓好落实
防震减灾的宣传工作我们重点抓好以下几个方面：

1. 宣传近年来党和国家关于防震减灾工作的重要方针政策和法律法规，宣传防震减灾在国民经济和社会发展中的重要地位和作用，宣传各级政府推进防震减灾事业的重要工作部署。

2. 普及防震减灾科学知识。帮助人们了解地震发生和灾害形成的原因，加深对地震知识的了解，提高识别和抵制封建迷信思想和各种谣传的能力。普及了各种防震、避震知识，帮助广大群众掌握防震避险、自救互救的科学方法。加强对中小学生的宣传教育。使他们在地震发生时能采取正确的方法进行自我保护。加强了对农牧民建房和村镇公共设施抗震设防知识的宣传，促进村镇建设抗震设防水平的提高。

3. 充分发挥新闻媒体的作用，利用各种时机，通过多种途径，有条不紊地推进防震减灾的宣传工作。抓住《中华人民共和国防震减灾法》颁布实施日、国际减灾日、科技宣传周、“三下乡”、“七·二八”唐山地震纪念日等时机，因势利导，开展广泛深入的宣传。

4. 多方协作，发挥宣传功效，我们主动与“红十字”会、科协、卫生、教育部门联系，发挥人家宣传教育的功能。这样做既能稳定社会秩序，又能使广大人民群众受到广泛教育，达到了意想不到的效果。

北方地区苦瓜采种技术

张渊 初梦舟 孙立

随着改革开放的发展，蔬菜生产的变化日新月异，许多南方的蔬菜种类逐渐被北方人所接受。这种南种北调的经营方式，使蔬菜生产经营成本过高，农民不愿种植蔬菜。为此，为了调动广大农民种植蔬菜的积极性，降低生产成本，增加农民收入。目前我们利用各种先进的现代生产技术条件、优越的地理位置、气候条件和低廉的劳动力进行种植生产，这样就大大加快了我区产业结构调整的步伐。

苦瓜起源于热带，在我国的南方种植较为广泛，是南方夏季的主要蔬菜品种之一。因此，我国苦瓜生产用品种主要来源于华南及长江流域各省市农业研究单位选育开发的品种。这些品种由于地理区域条件的限制。南种北植，品种间表现差异很大。为此我们在为南方种子经营商繁种的同时，也做了一些试验，综合几年的实践，我们总结了如下几点苦瓜繁种技术：

一、品种的选择

我区西部无霜期只有 100—120 天左右，生长期偏短，因此应选择早熟丰产的品种，才能保证在有限的生长期内提高单位面积产量。

二、播种育苗

这一阶段主要技术要点，精选种子，科学处理种子，精心管理种苗。

1. 浸种：苦瓜的种子种皮坚硬，发芽缓慢，播种前一般用 55℃ 的温水浸种 15 分钟，待冷却后继续浸 1—2 天，这 1—2 天应保持水温 20℃ 以上，并在浸种的每天中换 2—3 次水，待浸种的种子种皮浸透，便可进行催芽。

2. 催芽：浸好的种子捞出，沥干水份，放在以洗过的沙布上包好，外面再包上一层湿麻袋片。注意包的种子不能过多，包好的种子放入 30—32℃ 保湿恒温箱内催芽。在催芽过程中，每天早晚各淘洗一次种子和沙布，淘洗的时候，注意水温应在 30℃ 左右，一般在 36—48 小时后，便有少部分种子出芽，这时应将发芽的种子挑出来，播到营养钵内，没有发芽的继续催芽。

3. 播种：苦瓜的根系易老化，断根后发新根困难，定植后缓苗慢，因此，生产上多采用营养钵

育苗。播前 10 天左右装好营养土，装到钵口平后，用手微压，播前浇透水后，水下降 1 厘米左右，播种后正好覆 1 厘米左右的土，播种时苦瓜种子的种芽向下平放，这样根系就向下伸长，否则，根系向上生长而枯死，播种后的营养钵上覆盖一层薄膜保湿。

4. 苗期管理：播种后，保持 30℃ 以上的温度，3—4 天便可出苗，出苗后有些种子带帽出土，应在揭苗前的早上种皮温时人工去帽，当大部分苗出土后，应降温通风，否则易形成高脚苗，影响苗子的质量，以后根据营养钵内的苗子所需水份情况斟情补水，并喷施 1—2 次复合磷酸二氢钾液，浓度为 0.3% 左右，这样有利于壮苗和花芽的分化。另外随着苗子的生长，而略显拥挤时，倒 1—2 次苗，增大苗间距离，以利于苗子的生长。

三、定植及田间管理

技术要点：护根定植、肥水齐攻，合理整蔓。

1. 定植前要将地整好。整地时施优质农家肥和磷钾肥，整地时畦宽定在 2.2—2.4 米，定植二架四行，定植前覆地膜，最好是 75 厘米宽的地膜，每畦两幅，每幅两行一架，每亩定植 3000—3200 株。

2. 定植时一定要护住土坨，定植后及时浇水，三天后再浇一次缓苗水。以后再进行短时间的蹲苗，视天气情况蹲苗时间应控制在 15—20 天，待侧蔓长至 15 厘米长时，便结束蹲苗。

3. 及时插架：由于苦瓜茎蔓细而长，又柔软，而我区西部风沙多，因此应及时插架。架应采用花架，这样有利于抗风，又降低了蔓的高度，有利于后期管理。初期，由于苦瓜的卷须细弱，应人工辅助蔓上架，这个工作应及时，且在下午进行。过晚主蔓生长点易在大风下折断而影响生长。

4. 整枝：采种的苦瓜应单蔓或一主一副双蔓整枝，双蔓整枝可留第一侧枝，其余的侧枝随长而去。这样就能保证整个生长期内采到 4—7 个苦瓜，在整枝的同时，应去掉那些多余的卷须和雄花，尤其是雌花附近的卷须，因为这些卷须易缠苦瓜，而影响苦瓜的成熟。

5. 水肥管理：蹲苗结束后，应及时浇一水，

应随水追施氮磷钾复合肥提苗，以后见干就浇，并少施、勤施氮磷钾复合肥，在每采收一次种瓜后，追一次腐熟的粪稀，将大大增加后期种子的质量和产量。

6. 人工授粉：苦瓜是雌雄同株异花，是完全虫媒花，由于受环境等多种因素影响，单靠昆虫授粉，种子产量很低。因此必须人工辅助授粉，取当天开放的雄花去瓣，将花粉涂在当天或前一天开放的雌花柱头上即可。

7. 采收：当苦瓜种瓜瓜顶微红，瓜肉微绽时，便是种子成熟期，此时可采下种瓜，取出种子，

这时种子外面有一层厚厚的红种衣，种衣又滑又硬，不易破除，可将刚从种瓜中取出的种子放入结实的纱网中，在阴蔽处晾 1—2 天，然后放入细沙用力搓揉，再用清水淘洗干净。

8. 种瓜一般在花谢后 20—30 天成熟。

苦瓜种子晾晒时，应在通风阴凉处阴干，切忌不可曝晒，否则将降低种子的芽率。晾好的种子堆不易过大，平铺在通风阴凉处。由于苦瓜自身有特殊的气味，虫害较少，又由于西部地区雨水少，所以病害很轻。

达拉特旗保收 3 号白菜的栽培技术

郝丹芳

赵美玲

(内蒙古达拉特旗树林召镇农科站)

(内蒙古达拉特旗德太乡农科站)

保收 3 号是黑龙江省原依安县青年园艺研究所育成的春秋兼用型早中熟大白菜一代优良杂交品种。已在北方地区广泛推广种植，深受广大农民群众欢迎，特别是在我旗表现最好，现将其栽培技术介绍如下：

一、品种特征特性：

本品种高抗大白菜软腐病、病毒病、霜霉病等顽固性病害，耐低温、耐重茬。生育期 70 天。可延晚采收至 90 天以上不脱帮，叶球合抱型，结球结实，整齐度高，叶色浓绿，叶质柔嫩无筋，外叶少，包心速度快。株高 45cm，平均单株重 8—10 公斤，一般亩产 15000 公斤以上，耐储耐运、市场畅销。是多灾之年春秋白菜生产抗病夺丰收，创高效的首选品种。

二、栽培要点：

1. 适播期：

春秋易栽分别是 4 月中旬（3—15 日）、7 月 20 日左右、8 月 10 日左右、行距 65×45cm，每亩保苗 2200 株左右，每亩用种量 250 克。

2. 选地与施肥：

保收 3 号是高产速生型蔬菜，夏季气温高，降雨量大，病虫害容易发生。应选择排灌性良好的中性土壤。播前深耕土壤，同时进行土壤消毒。有 5% 高锰酸钾进行消毒或撒谷粉。合理施肥，667m² 施腐熟的农家肥 20 公斤、尿素 12 公斤、二铵 14 公斤，钾肥 16 公斤。做成宽 1 米，高为 2—20 厘米

的高畦备播为防止缺苗，最好采用穴播。

3. 合理追肥，二追到底，中耕除草，疏松土壤：栽培中以促为主，栽成双苗，不蹲苗。以防止苗死而补苗，到满月期或 40 天左右进行间苗，发现分叉苗及时清除，以防止养分流失。同时结合浇水、追肥，中耕除草，疏松土壤等。莲座期和包心期应追 3 次速效肥料，这样，调整了白菜保收 3 号的水、肥、气、热等因素，保证农作物对养分的充分吸收。

4. 防治病虫害：

病毒病：主要靠蚜虫传播，要及时消灭蚜虫。轻度发生可用 20% 病毒 A 可湿性粉剂 500 倍液或植物病灵乳剂喷洒防治，同时还可用烟雾剂进行熏蒸。

软腐病：控制田间湿度，雨后及时排水，发现病株，药剂可用农用链霉素 15% 可湿性粉剂 500 倍液进行喷洒防治。同时为了更好地控制保收 3 号白菜的根腐病，防止保收 3 号白菜的脱帮、脱叶、根烂等症状。在浇水追肥时，结合一些农药，异硫磷等可湿性粉剂进行底部杀菌，这样有效地控制了白菜的软腐病。

5. 收获：

结球结实后，及时收获，采收后，以透气性好的网袋装最好，以防脱帮、掉叶、腐烂。

如何构建地震灾害危机的信息发布机制

(内蒙古达拉特旗科技信息所) 张 蓉

地震灾害信息的发布，是突发性地震灾害危机处理中的重要环节。由于地震灾害事件的敏感性，过去对地震预报的发布、地震灾情的报道都有相应的严格规定。但从去年 SARS 事件处理过程中，如何提高公民的知情权，扩大非国家机密的公共信息的公开度，健全各种公共信息的发布机制，则成为提高政府的公信力、亲和力和处理危机事件能力的重要问题。因此，我们应当借鉴 SARS 事件处理的经验，正确处理和把握重要公共信息保密与公开的关系，加快建立和完善地震灾害危机的信息发布机制。

一、对于地震灾害事件的预测预报，应根据其所可能造成的危害和影响程度，来确定地震灾害信息的发布范围和时机

对于地震中期（一二年以上）预测预报或相应的预警等级，完全可以扩大公民的知情权，地震部门应当实事求是地向预报区域的各级政府和社会公众，发布地震中期预测预报信息并充分讲清地震预报的现状、水平、可靠程度和应采取的措施，这将有利于提高公众对地震灾害危机的重视和心理承受程度，增强社会应对突发性地震的能力，只要我们宣传到位，就不会造成群众的恐慌和社会的不稳定。

对于地震短期（三个月之内）预报或相应的预警等级，在地震部门内部作出预测的过程中及政府尚未确定正式对外发布之前，应采取严格的保密措施，以防止泄露造成政府的被动和外界的误传，导致社会的不稳定。但在地震部门提出的短期预报意见或相应的预警等级被政府采纳并确定对外发布后，则应通过各种途径和方法，让危机涉及区域的广大公众充分了解预报的依据、内容和危机可能产生的后果以及需要采取的应对措施，才能提高全社会的危机应变处置能力，而不至于地震突然发生之

际惊慌失措，处置失当，造成不必要的伤亡和损失。至于地震的临震预报或相应的预警等级，当政府掌握了可靠的临震信息而决定发布时，则必须采取果断有力措施，利用各种传播媒介和宣传手段，迅速向社会发布即将发生的地震灾害危机信息，而不能有丝毫的延误。

二、对已经发生的地震灾害事件，应当建立快捷的灾情信息报道机制

全国发生 5 级以上破坏性地震，国家和省地震部门都应通过报刊、电视、电台，及时对外发布一致的、可靠的灾情和紧急救援信息，并建立公共网站在因特网上予以报道介绍，这有助于让广大公众在第一时间里了解公共安全信息，增强对政府的信任程度，提升政府的形象和公信力。

对震后的余震活动以及未来趋势的估计，是这类地震灾害事件信息报道中需要特别注意的问题。如果震后判断不涉及新的破坏性地震的预测，地震发生的所在区域政府应该通过媒体和召开会议或其他形式，向社会公众提供余震活动的信息以及正确对待余震活动的告示，这可以让民众在提高警觉、克服麻痹思想的同时，远离可能发生的地震谣传，减少不安定因素。如果震后判断涉及新的破坏性地震的预测，则应按规定由政府统一发布，并执行相应的应急处置程序。

三、对未造成破坏的有感地震事件

有时也会因较强烈震感造成部分群众恐慌，如果处置不当，有可能发展成一场公共安全危机。所以，尽管这类有感地震事件一般情况下不必公开发表信息，但需要密切注视，当群众的恐慌情绪进一步发展，甚至出现谣传时，则地震部门应及时通过政府，在一定区域范围内公开发布权威的地震信息和安民告示，以正视听，以便把地震谣传迅速平息在萌芽阶段。

底肥水追施氮磷钾复合肥撒播，以后尽量少施。施肥量第一次底肥每亩施用 2500—3000 公斤，追肥量每亩施用 1500—2000 公斤。这时种子外表有一层厚实的红种衣，种衣又滑又硬，不易播入土中，因此必须人工播入土中，播后盖上细沙。

津春 4 号黄瓜在达旗的高产栽培技术

刘树林

津春 4 号是天津市黄瓜研究所研究成的杂交一代黄瓜新品种，集优质抗病于一体，是露地栽培的优良品种，被列为国家级科技成果重点推广计划优秀项目，1998 年获得国家科技进步二等奖。特别是在在我旗表现最好，深受农民群众的欢迎。现将其栽培技术介绍如下：

一、品种特征特性

植株生长势强，分枝多、叶片较大、较厚、深绿色。主蔓结瓜为主，主侧蔓均有结瓜能力，且有回头瓜，丰产性状好，瓜条棍棒型、白刺、棱瘤、商品性状好，是露地栽培更新换代的新品种。由于其抗病能力强，全生育期可少施农药或不施农药，是无公害蔬菜品种之一，该品种在当前我国露地黄瓜品种中属先进水平。

二、栽培技术

1. 选地与施肥

津春 4 号黄瓜根部吸收性能良好，主根粗壮，须根多，应选择透气性好、排水性能好的中性土壤为宜。播前深耕土壤、多施一些有效的有机肥料。如：腐熟的农家肥，N、P、K 等。由于津春 4 号主侧枝同时结瓜，因此要保证充足的肥水条件，适时增施 P、K 肥。

2. 适播期

津春 4 号是喜光性作物，耐热性较好，是春露地栽培的首选品种之一。春露地栽培采用阳畦育苗或直播方式，直播时间为 4 月 1 日—18 日左右，苗龄一般为 30 天，定植时三叶一心。一般定植密度

(内蒙古达拉特旗解放滩镇农科站)

为 2500—4000 株/亩。

3. 苗期管理

(1) 苗期“促”和“控”相结合，即播种至出苗要有较高的温度，出苗后降低温度，若温室或棚中应采取放风进行炼苗。

(2) 定植：定植后注意提高地温，结合中耕除草、疏松土壤、促根早发。

(3) 前期管理：黄瓜下部容易出现分枝，10 节以下侧枝全部打掉。同时结合中耕除草、浇水、施肥，保证作物能够吸收到充足的养分。

(4) 中后期管理：中上部分枝出现，每一分枝留一条瓜，瓜上节留 1—2 片叶去尖。加强水肥管理，促进侧枝结瓜和回头瓜的商品率。

三、病虫害防治

重点防治黄瓜的蚜虫、茶黄螨、黄叶等病症。一般可采用低毒金云大——120 高效植物生长调节剂，控制病虫害发生。此植物调节剂能增加叶绿素，提高光合效率，促根壮苗，增强抗逆性，结实多，果个又长又大又均匀，改善外观和卖相，提早上市，延长采收期，显著提高品质。

使用时尽量在上午或傍晚喷施。同时可与常用的中性或酸性农药喷施。喷后 6 小时遇雨应重喷。此外还可用于 50% 硫悬浮剂，用量为 75—100 克/亩，来防治黄瓜的螨类害虫。

四、采收

适时采收，否则失去脆嫩、新鲜的口感，最好的方法是将瓜蒂剪掉，然后用网袋包装。

墙体裂缝的原因及其防治

李万林 李文胜(农八师一三六团)

在混合结构中墙体裂缝是常见的质量问题,它将影响着住户的正常生活和安全,认真总结分析产生墙体裂缝的原因及防止措施是我们建筑企业应该尽快解决的问题,现就自己在工程实践中的体会谈一下产生墙体裂缝的主要原因及防治措施。

一、原因分析

墙体裂缝按其性质分,主要有三种即受力裂缝、不均匀沉降裂缝及温度收缩裂缝。

1. 受力裂缝。砌体结构因受力过大,超过了砌体抗裂强度从而产生裂缝,究其原因,一方面施工企业不按图纸设计要求施工,任意减少砌体砂浆标号或违反操作规范,设置脚手眼砌筑质量差产生某些部位的局压不够,导致裂缝,同时,砌体抗拉强度很低且不可靠,抗剪强度不够,在施工中留槎处漏设置拉结筋或少设拉结筋也会产生裂缝,另一方面,设计单位粗心大意,没有经过正确的承载力计算从而导致砌体承压不够产生受压裂缝。

2. 不均匀沉降裂缝。(1)房屋的全部荷载最终通过基础传给地基,而地基荷载作用下其应力是随浓度而扩散,在同一深处,也总是中间最大向两端逐渐减少。由于土壤这种应力的扩散作用,即使地基非常均匀其基应力分布仍然是不均匀的,从而使房屋地基产生不均匀沉降。(2)当地基土层分布不均匀,土质差别较大时,则往往在不同土层的交接处或同一土层厚落差处出现较明显的不均匀沉降造成墙体开裂。(3)在房屋高差较大荷载差异较大的情况下,当未经设沉降缝时也容易在高低和较重的高差部位产生较大的不均匀沉降裂缝。(4)新建房屋基础位于原有房屋基础之下,由于新建房屋荷载作用,使地基沉降而引起原有房屋墙体裂缝。在施工相邻的高层房屋时,若先施工了低层后再施工高层房屋,则也会造成低层房屋墙体的开裂。

3. 沉降应力引起墙体裂缝。一般材料均有热胀冷缩性质,房屋结构由于周围温度变化引起热胀冷缩变形,如果结构受到约束而不能自由变化时,则在结构中产生附加应力。由于钢筋混凝土的线膨胀系数,大于普通砌体的线膨胀系数,在相同的温差下,钢筋混凝土结构中的伸长值需比砌体大一倍左右,所以,在混合结构中,当温度变体时钢筋混凝土屋盖圈梁等及砖伸缩不一,虽然彼此相牵引而产生温度应力,使用权房屋结构开裂破坏,一般有以下几种情况:

(1)八字型裂缝。当外界温度上升时,外墙本身沿长度方向将有所伸长,但屋盖部分的伸长值大得多,屋盖伸长对墙体产生附加水平推力,使墙体受到屋盖的推力而产生的剪应力,剪应力又引起拉应

力,当主拉应力过大时,将在墙体上产生八字形裂缝。(2)水平裂缝和包角裂缝。平屋顶房屋由于屋面伸长或缩短引起向外或向内的推拉力,从而使屋面板底部附近或顶屋,顶层梁附近出现沿外墙顶部向纵向水平裂缝和包角裂缝。(3)女儿墙根部和竖向裂缝。女儿墙根部由于屋面伸长或缩短引起的向外或向内的推拉力,使女儿墙根部的砌体外凸或墙处侧线条形成水平裂缝,有时由于钢筋混凝土屋面的收缩,也可能使女儿墙处于偏心受压状态,从而造成女儿墙上部沿竖向开裂。

二、防止墙体裂缝的主要措施

1. 受力裂缝的防治措施。设计部门要经过详细正确的承载力计算,施工单位要严格按图纸设计施工,严格按施工规范及操作要求去施工。对于不准留脚手眼的部位要注意,同时,在施工间断留槎处需正确设置拉筋以及凡是出现拉力的部位均应配置相应的钢筋来承担。

2. 不均匀沉降裂缝的防治措施。首先,要进行正确的地质勘察,真正了解地貌,应处理好软土地基和不均匀地基,在拟定地基加固和处理方案时,应将地基处理和上部结构处理结合起来考虑,使其能共同工作。在上部结构处理上有:

(1)改变建筑物体形。(2)简化建筑物平面,减少结构和地基各部位的变形差或应力差,增大结构的整体刚度,如设置圈梁、地梁、增中横墙,采用筏式基础等。(3)在结构或地基变形突变的部位设置沉降缝,使各部位结构能自由的变形。此外,要求新旧基础底面的高差 H 与净距 L 比值小于 $0.5-1$;在施工相邻的高层或低层房屋时,就应本着先高层,后低层的原则组织施工。

3. 温度应力引起墙体裂缝的防治措施。(1)对于房屋顶层端部墙体八字缝及水平缝的预防措施是:屋盖上设置保温或隔热层;尽可能采用装配式有檀体系;在钢筋混凝土屋面板及前提结合面间用油毡夹滑石粉或铁皮,将屋面板和墙体隔离形成滑动层。当屋面过长应在墙体相应部位设置伸缩缝,伸缩缝设置在因温度及收缩变形引起应力集中和墙体裂缝可能性最大部位,可通过计算及有关规定确定。(2)对于女儿墙根部和竖向裂缝,考虑在女儿墙根部留一定空隙,使其能自由伸缩,且有伸缩余地,女儿墙设构造柱,以顶层圈梁引出构造柱,单距 $5-8M$,并在女儿墙顶部的压梁连接,加强结构的薄弱环节,提高其抗拉温度措施,同时,保证保温材料的干燥及砌体的含水率。不论采用什么方法,措施都要严格按照规范标准要求施工,只有这样才能避免墙体结构开裂,保证工程质量。

ISBN 962-8753-21-5

A standard linear barcode representing the ISBN number 962-8753-21-5.

9 789628 753215

ISBN 962 - 8753 - 21 - 5

定价：港币 28.5 元