

使命呼唤担当 担当成就未来

——赴清华大学浙江大学领导干部综合素质提升专题研修班学员学习笔记摘登

夏季会变重的八种健康问题

入伏后,全国开启高温模式。除了中暑,实际上可能还有其他的健康问题让人担忧。

当气温升高时,有些健康问题可能会给人造成更大的打击。如果你已经注意到症状越来越严重,就需要及时就医。近日,美国一家文摘网站总结了在夏季会变得加重的八种健康问题,希望能够帮助到你。

一、感冒

虽然夏季病毒的数量只有冬季病毒的25%,但它们通常是由一种不同种类的细菌(称为肠道病毒)引起的。这种病毒除了会引起呼吸道症状外,还会造成胃痛。剧烈的运动会使你更容易受到感冒病毒的影响,因此在夏季适宜进行中低强度的锻炼。

二、夜间腿抽筋

这种疼痛在夏季发作的可能性是其他季节的2倍。腿部运动神经元的功能会在夏天发生改变,从而使抽筋发作更有可能发生。保证体内有充足的水分能防止夜间腿抽筋,某些药物(如利尿剂)会加剧抽筋。

三、酒渣鼻

温暖的月份会使这种皮肤病恶化。这是一种以极度发红和皮疹为特征的炎症。酒渣鼻在夏季发作更为频繁,持续时间更长。在局部涂抹芦荟保湿霜和益生菌能舒缓发炎的皮肤。

四、自身免疫性疾病

许多多发性硬化症患者发现炎热使他们的症状更严重。实际上,检测多发性硬化症的一种老办法就是让病人洗热水澡。如果病人出现神经症状,就可以确诊多发性硬化症了。对于大约七成的红斑狼疮患者,阳光会导致他们皮疹、疲劳和关节疼痛发作。因此,自身免疫性疾病患者在夏天要穿材质轻的裤子,有袖子的衬衫,戴帽子,还要涂防晒霜。

五、湿疹

除了炎热和潮湿,夏天出汗量增多、游泳池水中的氯气和皮肤上涂抹的防晒霜也会引起湿疹发作。如果你的皮肤敏感,这些因素都会造成麻烦。找出诱发因素是什么,并尽量避免它们。

六、肾结石

美国德克萨斯大学的研究者发现,随着气温的升高,肾结石的发病率也会上升。这可能是因为人们在夏天的饮水量少了。美国梅奥诊所的医学专家建议高危人群通过多喝水和减少对饮食中对糖和钠的摄入来避免这种常见但非常疼痛的泌尿系统疾病。

七、哮喘

空气污染和雾霾水平在夏季会急剧上升,这意味着哮喘患者更容易遭受更多的痛苦。如果你正在犹豫是否要在炎热的天气外出,首先要查看空气质量等级。如果低于平均水平,留在室内更安全。

八、偏头痛

虽然偏头痛看似是随机发生的,但通常是对某些诱发因素的反应。一个最常见的诱发因素就是炎热的天气。急诊医学研究发现,气温升高9℃,偏头痛的病例就会增加。保持体内有充足的水分能降低这一风险。

使命与责任

经管学院院长 侯贵生

目前,正值高等教育改革发展的关键时期,我们面临着一系列复杂而艰巨的挑战,干部素质能力的要求越来越高。面临新的发展环境和任务,我校组织了“领导干部综合素质提升专题研修班”。我参加了2018年7月16日至20日的清华大学学习班,收获颇丰,主要感受如下:

1.理想、信仰和正确的价值观,才是完成改革发展任务的动力。在高等教育改革和发展中,我们面临很多困难,会遇到很多阻力。只有理想、信念和正确的价值观才会使我们勇于担当,创新性地工作,才能使我们把工作视为神圣的事业而不仅仅是“饭碗”,更不是个人谋取私利的手段;才能在遇到挫折与困难时勇往直前,而不是回避退让。

2.高等教育的改革发展必须把现代大学精神和正确的发展方向完美地结合起来,才能构建起科学合理的大学治理体系。在探索发展模式与路径时,我们既不能抱残守缺,更不能简单地照抄照搬西方经验,要立足于中国现实创造性地探索出适合学校发展需要的模式与治理体系。中国大学改革应以创新型人才培养为主要目标,真正激发发展活力。这就要求我们必须在体制创新、师资队伍更新、资源配置模式转换、组织文化演进等方面取得突破性进展。

培养创新型人才,助力新旧动能转换和经济社会转型升级,高质量地满足人民群众对高等教育需求,这是中国大学的使命和责任。本次学习必将对我校改革发展事业起到更大的推动作用。

树立“三个立足于”理念 处理好学院发展不平衡关系

电子学院院长 曾庆田

学校领导干部综合素质提升(浙江大学)专题研修班,时间安排紧凑,课程内容丰富,涵盖习近平新时代中国特色社会主义思想、大学精神与校园文化、大学的科学定位与战略发展、大学内涵发展与质量建设等内容。其中施建祥教授报告指出基于“三个立足于”理念,处理学科/专业发展的不平衡问题,对电子学院工作具有很强的指导意义和借鉴价值。

“三个立足于”理念即“立足于未来、立足于地方、立足于特色”。“立足于未来”的理念,指导做好电子学院顶层设计,明确发展定位,科学制定中长期发展规划。“立足于地方”的理念,指导学院做好“融入青岛、服务青岛”这篇大文章。“立足于特色”的理念,在学院已有的矿山物联网、矿山安全监测、矿山传感器网络、地对地通信等学科优势基础上,开展海洋探测技术、海洋定位与导航、海洋通信技术、海洋应急防灾等新的学科方向。

牢固树立“三个立足于”的理念,扎实推进学院五大工程:党建与思想文化引领工程、教育教学质量深化工程、科研与学科建设提升工程、人才师资队伍优化工程、学生成长成才助推工程,着力处理好学院发展和规划中诸多不平衡关系,例如,文化导向与社会导向的关系、教育教学与科学研究的关系、人才引进与人才培养的关系、基础研究与应用研究的关系等。

新时代,新起点,新机遇,新挑战。电子学院将以科研和教学团队建设为基础,夯实内涵根基,以党建与思想文化建设为保障强化管理精细化,以学科建设和人才培养为两翼助推学院科学发展,突出重点,体现特色,开创学院发展新局面。

我参加了在浙江大学举办的山东科技大学领导干部综合素质提升专题研修班,分别听取了8位专家的专题报告,参加了2个现场教学和2次分组学习研讨,在整个学习过程中感触最深的是关于新旧动能转换的主题。

2月22日山东省省委省政府召开山东省全面展开新旧动能转换重大工程动员大会;7月5日山东省党政代表团启程赴粤浙学习,考察加快新旧动能转换新方法等,把总书记关于“腾笼换鸟、凤凰涅槃、浴火重生”的思路落到实处。这一系列内容说明新旧动能转换重大工程的重要性。

专题研修班上,原浙江大学国家大学科技园负责人详细解读了浙江在加快新旧动能转换增强发展动力方面方面的经验;实地考察了杭州市“大众创业、万众创新”的梦想小镇;分组讨论了学校文件《山东科技大学服务新旧动能转换重大工程行动方案》,在分组讨论会上我重点介绍了7月5日电气信息系召开的学习讨论该行动方案的教研室主任会议。

通过本次专题研修班学习,将学习心得和成功经验应用到管理工作中,紧跟新时代步伐,在改革开放新征程中带领我系主动对接学校服务新旧动能转换重大工程行动方案中的目标任务。在新能源、新一代信息技术等领域充分发挥合作办学的优势,借鉴消化吸收国外合作院校的优势资源,引进创新合作企业的先进技术,在培养方案中增设新旧动能转换课程模块,在学生科技创新竞赛中突出创新创业内涵并增强服务新旧动能转换主题,为服务新旧动能转换重大工程贡献电气信息系的智慧。

主动对接学校服务新旧动能转换重大工程行动

济南校区电气信息系主任 朱志强

当前,我国社会发展进入新阶段,产业转型升级、新旧动能转换成为发展新动力,我国经济已由高速增长阶段转向高质量发展阶段。为适应这一变化,亟需高校深化教育改革,与时俱进,升级人才培养模式,提高人才培养质量,满足国家建设、社会发展对人才资源的需求。通过本次赴清华大学学习,进一步打开了眼界,理清了思路,对我校地科学院提升人才培养质量有了新的认识和方案。

产教融合 创新人才培养模式

地科学院院长 韩作振

坚持以为本,推进“四个回归”,建一流本科教育。我校地质类专业经过60余年的建设和发展,为社会培养了大批人才,依托有一级学科博士点、山东省重点学科,是山东省高水平应用型立项建设单位。下一步将通过不断完善人才培养方案,主动适应社会需求;通过与国家海洋局第一海洋研究所、山东省地质矿产局、胜利油田等单位深化产教融合,构建学校、行业企业、研究机构等合作平台,优化各种资源,形成协同育人的人才培养机制。

构建以能力为导向的大学生创新创业教育体系。加强“双师型”教师队伍建设,采用“双导师制”,将科学研究、工程实践引入到实践教学,将互联网+、大数据、无人机技术,虚拟仿真技术、人工智能技术等最新科学技术理论和方法充分融入人才培养方案,课程体系和教学实践中,强化学生的创新意识、动手能力,提升学生的超前意识,达到培养和提高大学生创新能力和应用能力的目标,从而为地方及行业培养理论扎实、学习能力、实践能力、创新能力强的高素质应用基础型人才。

构建以能力为导向的大学生创新创业教育体系。加强“双师型”教师队伍建设,采用“双导师制”,将科学研究、工程实践引入到实践教学,将互联网+、大数据、无人机技术,虚拟仿真技术、人工智能技术等最新科学技术理论和方法充分融入人才培养方案,课程体系和教学实践中,强化学生的创新意识、动手能力,提升学生的超前意识,达到培养和提高大学生创新能力和应用能力的目标,从而为地方及行业培养理论扎实、学习能力、实践能力、创新能力强的素质应用基础型人才。

解放思想观念是根本 破除机制障碍是关键

文法学院院长 孙法柏

一周的集中学习进一步激发了干事创业的热情,“务实的作风、解放的思想、灵活的机制”不断冲击着内心的深处。一切与之相悖的做法,不是彰显我们对既有规则严格执行的态度,而恰恰暴露了我们对习近平新时代中国特色社会主义思想学习还不够透彻,没有真正体现“问题导向”的工作思路。解放思想说起来容易做起来难,纸上谈兵解决不了实际问题。这次浙大干部素养提升培训班上,听专家的讲课,最大的感触就是他们把解放了的思想付诸实际行动,取得了明显的效果,比如学科专业调整,师资力量分类、学生培养改革,教育理念创新等等。工作创新,务必思想先行;长远发展,务必理念超前;稳中求进,务必顶层设计;改革前行,务必破除障碍。各单

清华研修 不虚此行

泰安校区资土系主任 贾宏俊

家的心智,“十不准”的参训规定让大家回归了官本。三是主题讲授,高屋建瓴,深入浅出。选择清华大学确实不虚此行,特殊的文化氛围营造了特殊的学习效果,高端的课程设置提升了培训质量,每天6个小时饱满的报告加上晚上近2小时的研讨可谓高效紧张。各个主题所聘讲授专家均为国内一流的前沿人物,观点鲜明,认识到位,对政策和方向理解深刻,讲解透彻。

四是分组研讨,畅所欲言,切中要害。研讨活动发言积极,讲究高效,讲实话,讲真话。针对问题理性剖析,既提问题,又提建议,共同探讨实质性和原则性问题进行深入探讨,集思广益,共同谋划科技大学的科学发展。面对面推心置腹,坦诚相对,既交流了经验,设身处地理解了各自的工作,又相互学习汲取了经验,可谓一举多得。

让大学精神浸润校园

泰安校区文法系主任 张学银

员,离之甚远。此次研修,李校长的研究心得及其做法深深打动和感染了我们。身处大学中,身为大学人,不管你自觉不自觉、愿意不愿意,有意或无意、主动或被动,我们都在坚持和传承着我们母校和工作学校那些成文或不成文的,清晰或模糊不定的大学精神。审视思考我们的工作,引领学生崇尚科学,探索未知,追求真理,不是大学精神吗?求是求实,孜孜以求、教书育人、立德树人不是大学应有的精神吗?“惟真求新”的校训不是我们的大学精神吗?我觉得这些都是。宋振骥、顾大钊等不正是“惟真求新”大学精神守候、践行者的典范吗!正是历代师生的共同坚守与传承,才造就了科大今日的辉煌!

大学是人才的摇篮,更是精神的家园!让我们携手同行,让不息的大学精神浸润我们的校园。

新旧动能转换,我们怎么办?

济南校区党委常务副书记 高永军

为期一周,8个精彩报告,2次实地参观,3次热烈讨论,学习安排满满,收获满满,视野开阔,满载而归。学习归来,思绪万千,新旧动能转换,我们怎么办?新年伊始,工作第一天,全省新旧动能转换大会召开,吹响了新旧动能转换的号角。新旧动能转换,全国试点在山东,全省先行区在天桥。济南校区在天桥,如何在这场变革中积极参与发挥作用壮大自己,是值得思考的一个问题。校区党委书记尹华同志多次带领大家与区政府有关部门积极洽谈对接,开了个好头。今后还要在以下几个方面下功夫。

一是继续提高认识,抓住机遇,切实融入其中,不能缺席。二是协调各专业力量形成合力取得实质突破。三是不断扩大战果,扩大领域,特别是在先行区建设中发挥好作用。四是要发挥好高校科技创新中心在先行区和产业发展方面的作用,推进科技创新资源对企业、产业部门开放,形成开放共享、合作共赢的局面。五是要注重科研成果转移转化,完善配套政策,加速科技成果转化。六是要汇集校区人才,建设智库,开展研究,为产业发展提供决策咨询。

以优势和特色实现煤矿绿色开采

泰安校区管委会副主任 王以功

短暂一周的学习即将结束,通过一周紧张的学习与研讨,收获非常大,提高了境界,开阔了视野,增强了素质,提高了本领。特别是对加强煤矿充填开采国家工程实验室建设(该实验室由山东能源新汶矿业集团公司作为法人单位牵头建设、山东科技大学等单位参与共建,实验区就设在泰安校区、国家发改委已正式验收),如何更好地促进山东省和煤炭行业新旧动能转换有了新的认识。

一是该实验室是国家第一个煤矿充填开采国家工程实验室,也是我校正式的国字号科研平台,担负矿业学科充填开采研究方向的学科建设重任,需要学校举全校之力,统一协调,整合资源,迅速建立实验室管理体系,充实该方向研究队伍,切实满足实验室发展需要。

二是充分发挥学校多学科的优势,整合相关科研单位和企业资源,加强煤矿充填开采充填材料研究,充填装备研究,对准新材料、新装备主题,有效服务于山东省新旧动能转换。

三是加强煤矿充填开采工艺方面研究,并结合充填新材料、新装备,形成以煤矿充填开采新工艺、新材料、新装备为重点的成套新理论,形成我校煤矿充填开采研究方向新优势,并使其成为我校矿业工程学科建设新的增长点。

四是依托该学科和该实验室,积极申报国家级课题,大力开展技术推广和工程化应用,有效服务于矿山绿色开采,有效促进“绿水青山就是金山银山”目标的实现。

矿业工程是我校传统优势学科,依托充填开采国家工程实验室,我校充填开采将成为重要研究方向。我们将在学校的统一领导下,全力做好实验室建设工作,发挥优势,突出特色,实现煤矿绿色开采。

近一周的浙江大学综合素质提升专题研修班,收获良多。特别是听了三所不同层次高校(浙江大学、浙江工业大学、浙江科技学院)领导的报告,感觉浙江的高校站位高、定位准,有明确的发展定位和鲜明的办学特色,办学育人理念各有侧重,浙江大学作为国内顶尖高校,坚持以一流为目标,倡导科学研究的师承精神,注重学科交叉融合、联动发展;浙工大注重大学精神和校园文化建设,注重学科交叉,注重创新和突破,在行业和社会诸多问题的解决方面做贡献、求发展,作为学校“十三五”对标学校,为我们树立了良好榜样;浙江科技学院注重学校软实力建设,在育人理念、教学模式、学风、师德师风、校园文化、教育质量等各个方面做实、做细,培养出受社会欢迎的学生。

我们与浙大、浙工大的差距表面上看是层次和排名数据上的差距,实质上是发展理念、抢抓机遇能力和特色发展方面的差距。建议学校更新发展理念,开阔思路,提高站位;深入研究高等教育发展规律,准确把握高等教育发展方向,提前规划和布局,主动谋求发展;对国家和地方的政策进行研究,在国家、地方社会、经济、科技发展中寻找位置,抢抓发展机遇,切实增强自我发展能力;在特色方面下功夫,在某一个学科或几个领域成为不可替代,加强软实力建设,增强师生的使命感和责任感,使所有教师将教书育人作为毕生的事业去追求,培养出社会需要的德才兼备的人才。

更新理念 抢抓机遇 走特色发展之路

学报编辑部主任 傅游

精准发力 充实内涵 建设一流本科教育

教务处处长 曹茂永

这次在清华大学参加了一周的综合素质能力提升专题研修班,提高了理论水平、开阔了思路 and 眼界,收获很大,体会颇深。

陈宝生同志在新时代全国高等学校本科教育工作会议上要求,高校要深入贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想 and 党的十九大精神,坚持以本为本,推进“四个回归”,对加快建设高水平本科教育意义重大。

我校经历了67年的建设和发展,通过几代人的共同努力,抓住了学校发展中的重大机遇,博士点的申报、学校的更名、青岛校区建设等等,目前已成为山东省应用基础型人才培养特色名校。但必须清醒地看到,经济社会发展对人才的要求越来越高,国际国内高校的竞争越来越激烈,不进则退,形势逼人。我校要在竞争中立于不败之地,必须紧紧围绕学校的主要矛盾精准发力,解决影响学校发展的根本性问题和影响人才培养质量的系列问题,打造一流的本科教育。

本人认为,目前我校的主要矛盾是学校快速发展、特色发展,一流大学建设和现有师资、基础条件等资源不能满足学校发展之间的矛盾。为解决这一矛盾,尽快建设一支实力雄厚、数量充足的师资队伍;加快基础条件建设;通过学校综合改革,进行体制机制创新,进一步激发和调动广大教师和管理人员的积极性和创造性。

紧紧围绕“四个回归”,进行系统规划,狠抓落实。着力提高学校的教育教学水平、改善学生的学习条件、激发学生的学习动力,促进学生刻苦学习、回归常识;加强师德师风建设,尽快建立教师评价和考核激励机制,引导教职员以校为家、爱校如家、乐于奉献、潜心教书、潜心育人,回归本分;坚持立德树人,充分发挥思政课程和课程思政在育人方面的作用,形成全员育人的良好局面,回归初心;完善大学章程建设,实现办学理念、组织、管理和制度等方面的创新,实现教育报国、教育强国梦,回归梦想。

目前对学校发展来说机遇与挑战并存,机遇大于挑战,我们必须以时不我待的紧迫感,咬紧牙关共克难关,以高昂的激情和干劲,发扬我校优良传统和作风,撸起袖子加油干,以建设一流本科为目标,不断提高人才培养质量。

服务地方要解放思想主动作为

合作发展处处长 吴正龙

当前,学校正抢抓山东省实施新旧动能转换重大工程机遇,积极推进服务青岛、融入青岛进程,下一步工作要怎么做,劲要往哪使,“浙大模式”带给了我们崭新的认识。

浙江大学依托科技园,以工科优势对接地方政府创新体系建设,政、校、企三方合资建设宁波研发园,打造“科技小特区”,依靠现代企业制度市场化运作手段,实现企业紧贴市场,成果迅速转化,为地方科技进步和经济社会发展做出了重要的贡献。对比浙大服务地方的工作,我们应当正视差距。

服务地方要解放思想,更新观念。思想解放,既要适应形势,顺应地气,更应破旧立新,勇于变革。观念决定行动,思维决定出路。和浙大相比,我们的工作还显保守。要树立“瞄准地方经济发展需求”这一标尺,立足学科建设、人才培养、科学研究、成果转化等工作,突出优势,创新模式,灵活对接,以服务地方建设助推学校发展,以学校发展强化服务地方建设。

服务地方要主动作为,久久为功。态度决定一切,行动贵在坚持。浙江大学与地方政府、企业合作的模式值得我们学习和借鉴。服务地方工作,就要积极的“走出去”,“把服务送上门”,要深入了解地方需求,产业规划,主动对接有关部门、单位,做到学透制度,用足政策,深挖需求,优势对接。服务地方工作绝非一日之功,要树立干事创业的信念,坚持善始善终,善作善成,只有形成合力,常抓不懈,才能推动学校服务地方能力水平的稳步提升。

服务地方一定要坚持解放思想,主动作为。

有所呼就要有所应

资产处处长 卿熙宏

通过这次综合素质能力提升专题研修班的学习,打开了眼界,开阔了视野,拓展了思路,提高了分析问题和解决问题的能力。当前,中国特色社会主义进入新时代,社会主要矛盾已经转化为人民日益增长的美好生活需要和不平衡不充分的发展之间的矛盾。进入新时代,我国高等教育迎来新的发展机遇和挑战,机遇稍纵即逝,这对我们学校来说也是一个难得的战略发展机遇期,我们必须审时度势,迎难而上,面对任何挑战,都敢于亮剑,面对任何困难,都敢以大无畏的精神和一往无前的勇气勇敢地跨越。

不谋全局者,不足谋一域。学校的资产管理工作,要紧盯国家高等教育改革发展大势,要借鉴世界一流等教育成功经验,特别是资产管理方面的先进理念和模式,要围绕学校事业和学科发展的中心工作,创造性地开展,要提高工作格局,把学校资产管理工作放在学校改革的大局中加以考虑,要为学校综合改革提速增效做贡献。根据学校事业发展规划和学科发展趋势,适时制定学校资产管理工作目标和工作重点,并持之以恒加以落实,保持发展定力。

上下同欲者胜,风雨同舟者兴。学校资产管理工作,既要不折不扣的执行学校党政制定的工作目标和工作思路,又要把学校有关资产管理的工作理念和原则与教学科研的需求有机地结合起来,做到教学科研工作对资产有所呼,我们就要全心全意有所应。摸清全校资产家底,科学分析学校资产构成情况,做好学校资产趋势预测工作,扬长避短,坚持有所为,有所不为的原则,为学校发展决策提供资产方面的可靠数据支撑和建议方案,助力学校“双一流”建设。