

# 国家级实验区落户省城中区

本报讯(西海全媒体记者 莫青 实习生 沈煜)6月20日,西宁市城中区国家义务教育教学改革实验区启动仪式暨“课堂变革与校长领导力提升”论坛交流研讨会在西宁市沈家寨学校举行。

本次活动以“扩优提质·教学管理双提升”为主题,设置专家校长报告、课堂展示、圆桌论坛及线上展播环节,汇集教育界专家学者、各校校长及一线教师,共享教育教学经验,共同探讨教学活动难点痛点,扎实有效开展试验探索。启动仪式上,当代教育名家冯恩洪先生分享前沿教育教学改革经验,助推城中区教育教学改革实验区工作。

今年1月2日,教育部基础教育司公布义务教育教学改革实验区和实验学校名单,西宁市城中区被教育部确定为“国家义务教育教学改革实验区”。为

全力打造义务教育教学改革实验区,西宁市城中区将实施7大行动任务,形成城中区“义务教育教学改革实验区”全景式视角下的“147”实验区建设顶层设计,推进义务教育教学改革工作。

这7大行动分别是:做好区域课程与实施管理、撬动素养导向的教学改革探索、推动数据支撑的教学评价改革、强化教师队伍打造支撑行动、驱动教育数字化转型、做好科学教育“加法”以及分层分级创新读书行动路径。

城中区制定《城中区义务教育课程实施办法》,指导区属学校根据培养目标,立足办学理念和学生发展需要,因材施教制定学校课程实施方案,加强课程实施监测和教育督导,加强学校课程本土化建设,确保课程标准落地转化实施。

聚焦核心素养导向的教学改革探

索,形成“以学为中心”的教学变革模式。以“社会化学习”共同体建设、“读写教室”阅读策略链及“四同”课堂沉浸共研为实践探索路径,鼓励教师把握课程理念,更新教学方式,重组教学内容,切实提高教学质量。

通过弱化单一的纸笔评价、优化作业管理与锻造新时代多维度劳动评价体系三方面措施,推动数据支撑的教学评价改革,引领学校树立全面发展的质量观和科学的教育评价观。

值得一提的是,在做好科学教育“加法”中,城中区将通过加快“全国中小学科学教育实验区”建设,发挥城中区科学“探究教学”工作室引领作用,指导学校改进教学方式、结合青少年科学素质行动计划促进学生科学素质发展、组织科技赛事、从课堂提质和科普教育

活动发展学生科学素养、利用社会资源丰富教育形式7个方面做好科学教育“加法”。

读书行动一直是城中区五育教育的品牌。实行分层分级创新读书行动路径,从教育局机关干部、学校管理者、青年教师与骨干教师开展分层分级阅读活动,创新读书行动路径。

西宁市城中区教育局党组成员、副局长马娜表示,城中区将进一步完善制度保障,实行教育教学改革内容纳入教师培训课程机制,逐步提升学校管理者、教师的改革意识,综合运用传统媒体和新媒体,多方位、多角度、立体化宣传教育教学改革的进展成效,推广辐射成功经验和先进典型,营造人人关注、人人支持、人人参与教育教学改革发展的良好氛围。

## 城东区学生综合素质成果展精彩纷呈

西海全媒体记者 莫青 实习生 沈煜 文/图

日前,西宁市园山回族学校内热闹非凡,伴着青春活力的舞蹈、热情洋溢的歌曲、激荡人心的器乐演奏,西宁市城东区“东韵润心”学生综合素质成果展开帷幕。

此次学生综合素质成果展涵盖社团活动观摩、劳动技能大赛、体育社团活动、艺术综合素质测评及心理游园会6大板块。成果展上,西宁市韵家口小学的掐丝技艺惟妙惟肖,学生们通过选图、描图、粘丝、点蓝等步骤制作出图案精美的工艺品。

“掐丝工艺作为非物质文化遗产,承载着深厚的历史文化底蕴。我们特选取一些简单美观的图案,先带学生入门培养兴趣,待孩子们长大后形成自己的审美,但掐丝工艺的传承已经根植于心,让孩子们体会传统文化的魅力,做非遗的守护者。”韵家口小学王宏伟老师说。

瞧!同学们清洗水果、削果皮、切割造型、设计装盘,分工明确,充分发挥智慧和想象力,普通的水果、蔬菜在孩子们的创意下变成一件件饱满寓意、构思精巧的美食艺术品,以劳动的方式寓教于乐,寓学于趣,实现知识的转化。

城东区各学校根据学生年龄特点科学设计劳动课程,通过劳动达到育人目的。西宁市晓泉小学美食展品围绕守护“中华水塔”等青海本地特色文化与历史



器乐演奏赢得阵阵掌声。

事迹展开,在劳动中学习,加深学生记忆。

点亮科技梦,逐梦创未来。也是成果展的亮眼之处,各院校学生共赏物理、化学实验和机器人“魔法秀”,激发学生追寻科技、创新梦想的前行动力。

“这个系统就是立足青海本地气候特征,还有藏羚与青海湟鱼生活条件及习性,利用温度感应系统及湿度感应系统等工作原理制作出藏羚自动喂食器与湟鱼洄游模拟系统。”西宁市中庄小学的学生自信地讲解着新发明。

“这是智能隧道系统,通过3D模型打印、设计、线路连接、系统编程等步骤

将隧道设为四种模式,可在第一时间监测火灾、水位过高等事故发生,并发出预警提醒过往车辆避让。”这项小发明的创作者是西宁市东关回族女子小学的马辰宇和韩子皓。

自“双减”政策提出,城东区各学校精心制定符合本校实际的多元化素质教育培养方案,促进学生全面发展。“以实践活动的形式将课堂上学习到的知识运用到实际生活中,让孩子们在劳动中体会收获的快乐,在实践中淬炼解决问题的能力,在创作中激发无穷的创造力。”西宁市城东区教学研究室教研员周慧敏说。

## 多彩社团课助力学生多元化发展

本报讯(西海全媒体记者 莫青 实习生 沈煜)6月19日,西宁市桃李小学的操场上欢笑声不断,多彩的社团课来了。为落实“双减”政策,增强教育服务能力,促进学生全面发展,西宁市桃李小学实施特色资源课程,积极开展丰富多彩的社团活动。

桃李小学特色课程的设立结合校内

教师与校外教师,根据个人兴趣能力设立相关课程。分为艺术类社团活动、体育类社团活动、五育融合项目拓展社团活动、场馆及科学心理类社团活动4大内容,包含人文与社会、科技与创新、艺术与欣赏、劳动与生活、体育与健康5个方面。

篮球、足球、羽毛球……几乎操场上的每个角落都有孩子们奔跑的身影。一

张稚嫩的脸庞上是对体育竞争精神的较劲与认真,奋力奔跑的每一步尽情展现着孩子们的运动风采。

桃李小学引入阳光体育、快乐体育的教学思想,开设健美操、拉丁舞、乒乓球、足球、篮球、羽毛球、游泳、街舞、武术、模拟射击等课程,让孩子们在运动中练就强健体魄,学会快乐生活。

## 省教育厅发布原创作品 推广普通话

本报讯(西海全媒体记者 莫青 实习生 沈煜)6月20日,省教育厅发布原创歌曲和原创快板书,展示各行各业语言文字工作取得的成果,为国家通用语言文字推广普及提供各族群众喜闻乐见的社会资源。

今年以来,省教育厅围绕“推广普通话 奋进新征程”主题,创作出形式多样、内涵丰富,具有时代精神、地域风貌、民族特色的系列推普文艺作品,讲述青海各行各业推广普及国家通用语言文字的生动事例,表达青海各族儿女对国家通用语言文字的热爱之情。

原创歌曲《说好普通话 心手相牵大中华》,用优美的旋律、通俗易懂的歌词和艺术化的语言,结合和谐幸福美丽的场景,抒发对国家通用语言文字的真挚情感,表达普通话是凝聚人心的纽带,文化认同的桥梁,是中华文明的载体,是民族复兴的基石。

原创快板书《同语同心 共筑中国梦》,从真实生活中凝练素材,通过角色的演绎,生动形象地展现了青海各行各业群众实施推普脱贫攻坚、学校国家通用语言筑基、推普助力乡村振兴等行动以及开展学前儿童普通话教育和青壮年劳动力“职业技能+普通话”培训工作所取得的成就,抒发了群众对国家通用语言文字的热爱之情。

HISTEP 得高

## 大脑要想效率高 氧气充足是关键!

### 1. 氧气与大脑

大脑只有1.4公斤,占体重的2%左右,却要消耗约25%的氧气,脑神经对氧气的需求最高。(摘自《氧生》)紧张的工作、学习等长时间的脑力劳动会加快大脑对氧气的消耗速度。因此,大脑要想效率高,氧气充足是关键。

### 2. 注意脑疲劳、脑缺氧

医学专家指出:从事紧张的脑力劳动时,大脑消耗氧气和营养物质以及产生的代谢废物会越来越多,达到一定程度时,兴奋就会转为抑制,表现为注意力不集中,头昏脑涨,反应不灵敏等,严重者会导致神经衰弱和脑功能紊乱。(摘自《完全图解人脑使用手册》)

### 3. 学生群体更需补氧

大脑是支配人体的中枢,为了使约145亿个的脑细胞正常进行活动,需消耗大量的氧气。(摘自《氧气与健康》)对于脑力工作者、学生群体,氧气更是尤为重要。因为脑力劳动可使氧气的消耗比正常情况下增加10倍以上。(摘自《缺氧环境制氧供氧技术》)

得高健康知识小讲堂 第(1)期