

全民国防 强国有我

——我区中小学校国防教育主题活动“走实”更“走心”

本报记者 欧云霄



金港国际实验小学学生参观渝北国防教育文化长廊,接受爱国主义教育

本组图片由受访者提供



旭辉小学邀请退役老兵到校开展主题教育活动



松树桥中学举行国防教育主题活动暨军训表演

近段时间,渝北区各中小学纷纷组织开展国防教育主题活动,营造国防教育氛围,传承红色基因,切实推进以爱国主义为核心的国防教育,进一步强化了学生的国防意识和国家安全意识。

松树桥中学: 热血沸腾展风采 气势如虹斗志昂

近日,松树桥中学举行“全民国防 强国有我”国防教育主题活动暨军训表演,培养学生爱国主义精神,增强组织纪律观念,磨炼意志品质。

在庄严肃穆的升旗仪式后,全体学员进行分列式和特色方队表演。分列式方阵的学生们用响亮的口号亮出了班级的精彩,用威严的军姿站出了青春的姿态,他们用整齐的队伍展示了学校高一年级朝气蓬勃、奋发向上的精神风貌。

在特色方队表演中,学生们以班级为单位,进行内务整理和军体拳、实战演习等。内务整理表演有序沉稳,军体拳表演刚健有力,精彩表演赢得阵阵掌声。

随后,重庆松树桥中学对130名优秀学员、7个优秀班集体、8名优秀教官进行表彰。

学校负责人表示,军训对学生们树立正确的世界观、人生观、价值观,培养爱国主义、集体主义精神,艰苦奋斗、吃苦耐劳的作风,提高组织性、纪律性和身体素质具有重要的意义。在为期一周的军训,松树桥中学学生们体质得到了锻炼,性格得到了优化,意志得到了铸造,作风得到了养成,军事素养得到了提高,完成了崭新自我的塑造。

学生们纷纷表示,要把军训中养成的军人作风继续保持下去,用军人的作风严格要求自己,积极培育和践行社会主义核心价值观,用实际行动践行“强国有我”的庄严誓言。

金港国际实验小学: 赓续红色血脉 追寻初心之路

着眼于培育和践行社会主义核心价值观,近日,渝北金港国际实验小学少先队

大队部精心组织开展了“赓续红色血脉 追寻初心之路”主题活动,组织学生走进黄炎培烈士纪念馆、王朴烈士纪念馆、渝北国防教育文化长廊,参观学习,接受爱国主义教育。

当天,学生们通过聆听讲解员的介绍和参观主题浮雕、文史图片等,深入了解了革命先辈前赴后继、英勇奋斗的光荣历史。大家纷纷表示,要以革命先辈为榜样,传承红色基因,进一步坚定理想信念,好好学习天天向上。

一直以来,金港国际实验小学充分挖掘区域文化的红色元素拓展国防教育载体,丰富少先队活动课程形式,提升少先队活力与感染力,教育引导广大少先队员从小树立居安思危的忧患意识,增强依法履行国防义务的责任感,在校园内营造了热爱国防、爱国拥军、爱国爱党的浓厚氛围。

旭辉小学: 重温过去的故事 激发奋进的力量

近日,旭辉小学组织学生在中华职

业教育社社史陈列馆开展“全民国防 强国有我”主题教育活动,增强少先队员们的国防意识,激发爱党、爱国、爱军的热情。

不仅如此,学校还邀请退役老兵夏光森爷爷来到校园开展爱国主义教育主题活动,为师生讲述革命故事,让爱国主义精神在孩子们心中扎根、发芽。

夏光森是一名有着57年党龄和17年军龄的革命老前辈。当天,老人回顾了自己的军旅生涯,用生动、朴实的语言,真实、感人的故事,为师生们讲述了战争经历,引导师生以革命先辈为榜样,让革命传统成为大家学习和前进的动力,好好学习,争做新时代的好少年。学生们备受鼓舞,现场多次响起热烈的掌声。同学们纷纷表示,将在今后的生活中继承革命传统,争做栋梁之材。

“要让爱国主义精神在学生心中牢牢扎根,立志听党话、跟党走,立志扎根人民、奉献国家,点亮初心之火,昂扬使命之帆,让红色基因融入血脉、代代传承。”旭辉小学相关负责人说道。

我区一名名师工作室入选 团中央「小平科技创新实验室」建设名单

本报讯(记者 欧云霄)近日,共青团中央公布了2022年度“小平科技创新实验室”建设学校名单,作为一项公认的青少年科技创新领域国家级最高荣誉,松树桥中学陈然名师工作室成功入选,这也是渝北区唯一入选的团体。

“小平科技创新实验室”依托中国青少年科技创新奖励基金设立。基金是在2004年邓小平同志百年诞辰之际,根据小平同志的遗愿,其亲属捐献给小平同志生前全部稿费,委托共青团中央、全国青联、全国学联、全国少工委共同设立。

据介绍,共青团中央着重从智能机器人、无人机等7个领域建设和推进,通过搭建、示范、授牌等方式,进一步激发青少年的科学热情,提升青少年的创新意识、创新能力和科学素养。

据松树桥中学相关负责人介绍,陈然名师工作室是2019年由渝北区科技局与渝北区科协共同资助建立。自成立以来,陈然名师工作室秉持“立足学校,成就学生”宗旨,积极发挥作用,让科创在校内外绽放光彩。

2020年3月,由陈然主编的《创新与实践》校本课程获得重庆市优秀等级奖,并在全市推广。陈然也多次指导学生进行科技创新活动,并先后有数人获得全国、重庆市和渝北区一等奖。与此同时,工作室还牵头在该校非毕业班开设科创课,积极落实“双减”政策,受到了学生和教师的点赞。

该校负责人表示,今后,松树桥中学陈然名师工作室将以“小平创新实验室”为契机,优化科创社团课程体系,加强师资培训,丰富课程种类,为青少年追逐科学梦想提供更广阔的舞台。

南华中学: 校园集体舞再获全市第一



南华中学代表队集体舞展示 本报记者 欧云霄 摄

本报讯(记者 欧云霄)近日,记者获悉,重庆市南华中学校园集体舞《青春飞扬》《青春畅想》代表渝北区参加2022年重庆市中小学生艺术活动月校园集体舞比赛,获初中组一等奖第一名的好成绩,这是继南华中学获得2021年重庆市中小学生艺术活动月校园集体舞大赛一等奖第一名后第二次夺冠。

比赛中,面对众多竞争对手,南华中学代表队沉着冷静、稳定发挥,以舒展灵动的动作和热情洋溢的青春活力,舞出了水准,赛出了水平。特色的原创音乐和精彩的动作、队形编排让孩子们精彩纷呈赢得满堂喝彩,近乎完美的表现征服了评委。

近年来,南华中学始终坚持“育人上进,助人成功”的办学理念,培养学生“健全人格、核心素养、情感体验和道、德、仁、义、礼、智、信”的中华优秀传统文化价值。此次比赛不仅为展现学生的青春风采和精神风貌提供了舞台,还发挥了学生的个性特长,激发了学生的潜力,学生们在老师的指导下,刻苦训练,最终取得了优异的成绩。

渝北职教中心: 市级技能大赛中斩获佳绩

本报讯(记者 周新宇)近日,2022年重庆市职业院校技能大赛教学能力比赛决赛(中职组)圆满落幕。由渝北职教中心选派的12个教学团队经过激烈角逐,最终斩获一等奖4项,二等奖3项,三等奖5项,获奖成绩在全市参赛的中职学校中名列前茅。

据了解,大赛坚持以赛促教、以赛促研、以赛促建、以赛促改,通过技能大赛促进教师队伍建设、学生全面发展、深化教学改革,全面提高教学质量。决赛分为课堂教学展示和综合素养展示两个部分,共有30所学校77支参赛团队295名队员参赛。

渝北职教中心相关负责人表示,渝北团队在比赛中展现出了扎实的专业素养和过硬的教学技能,充分展现了渝北职教中心的教学改革成果,也是该校坚定不移推进职业教育国家提质培优计划、有效落实“双优”学校建设任务的体现。接下来,学校将以本次大赛为契机,将比赛成果与教育教学紧密结合,落实立德树人根本任务,不断深化“三教”改革,形成促进教师职业成长的良好生态,帮助教师加快转变教育教学理念,创新教学方法与手段,持续提升学校整体办学水平和教育教学质量,助力渝北职业教育再上新台阶。



10月10日是世界精神卫生日,又称世界心理健康日。今年,是第31个“世界精神卫生日”,主题为“心理健康,社会和谐”(Make Mental Health & Well-Being for all a Global Priority)。

儿童青少年时期是心理健康问题高发期,遇到孩子心理健康问题,家长该怎么办?让我们一起来了解一下吧。

据相关资料显示,孩子出现心理问题的主要原因分为生理因素和社会环境因素。其中,生理因素包括遗传、孕期卫生及生理疾病等因素。儿童受到父母遗传基因的影响可能导致身心发展异常,如精神分裂症、

守护孩子的心理健康,这些知识要知道

多动症等往往与遗传因素有密切的关系。同时,母亲孕期的卫生情况(如,孕期营养、孕期情绪状态、孕期服药、生产过程等)会对胎儿的脑发育产生重要影响,进而影响孩子的身心发展。当孩子的身体生病或受外伤,也会对其心理健康产生不利影响。

社会环境因素包括家庭环境及学校教育。幼儿及童年在家庭中所受的影响是一生都难以消除的,家庭环境、父母关系、父母的教养方式等是影响孩子心理健康的重要因素。学校教学氛围、教育方式、师生关系、同辈群体关系等都会影响孩子的身心发展。

作为家长,如何判断孩子是否出现了心理问题呢?首先,要了解心理方面的知识,有心理方面的意识。一般出现心理问题均会伴有一些症状表现,如饮食、睡眠出现异常,注意力、记忆力、学

习状态、社交等方面出现反常等,这些都可能是心理问题的表现,需要家长和老师格外注意。其次,要注意观察孩子的行为表现及情绪心理状态。如果孩子的行为明显不符合常态,或者与之前行为有严重的异常,这些都要引起注意,必要时向专业心理老师求助。比如,孩子之前很开朗,近期却特别退缩胆小,经常噩梦连连;孩子开始变得做作业拖拉、容易粗心犯错,喜欢打大人的话,不能安静或坐立不安等,这些都可能是出现了心理方面的问题,可以到医院进行评估。最后,要懂得分辨孩子的问题是正常发展还是心理问题。作为家长和老师,要清楚了解孩子的心理发展特点,了解孩子的性格特点,在此基础上来分辨孩子的心理状态。比如孩子进入青春期,情绪波动大易激动,而且开始

反驳父母,什么都不跟父母说。如果家长清楚孩子青春期的发展特点,遇见此情况就不用过度紧张,因为这些是属于青春期正常叛逆表现而已。发现问题,莫要慌乱和气愤,我们要摆正心态,及时寻求专业帮助和治疗。

另外,观察孩子的变化可以从以下几方面入手:1.生理变化,发现孩子出现不想吃饭、暴饮暴食、吃又吐,失眠早醒、内分泌紊乱等情况;2.情绪变化,发现孩子由活泼开朗变得多愁善感;3.行为变化,发现孩子行为与此前明显不同;4.学业变化,发现孩子上课注意力不能集中、听不进去;5.人际关系变化,发现孩子没有朋友,或同学关系发生明显变化时,要重点关注。一般来说,孩子出现情绪问题两周以上,家长就要正视孩子存在心理问题的可能性。

本报记者 欧云霄 整理

防疫不放松 这些请牢记

戴口罩,勤洗手;不扎堆,不聚集;
打疫苗,筑屏障;做核酸,请配合;
健康码,行程码;报行程,勿隐瞒。

中共重庆市委宣传部 宣

