

我市举办中考前减压讲座

本报讯（记者 方方）5月29日至30日，由青少年文化服务站、市青少年心理学会主办，共青团丹凤县委、共青团山阳县委承办的“轻松备考·从容冲刺”中考前减压讲座活动，分别在山阳县第一中学、山阳县第三中学、丹凤县初级中学、丹凤县商镇中学等学校开展，2000多名学生参加了此次活动。

临近中考，市青少年心理学会邀请心理学专家代传民教授，为即将迎来人生重要节点的学子们带来了一场别开生面的中考前减压讲座，他结合学生的实际情况，从多个角度出发，深入浅出地讲解了如何有效减压、提高学习效率、保持身心健康等方面的知识。代传民提醒大家，要合理安排作息时间，保证充足的睡眠和饮食营养，同时加强体育锻炼，保持良好的身体状态。现场，工作人员还为学生精心设计了团体游戏、心理压力疏导、舒缓音乐冥想放松等环节。

“中考进入倒计时，许多同学表示考前压力很大，如果不能及时缓解情绪，对他们的心理健康和学习状态都会产生影响。”市青少年心理学会负责人表示，希望通过此次活动能缓解学生们的备考压力和紧张情绪，帮助他们增强自信，以更加饱满的状态迎接中考。

“造血式”支教续写“山海情”

本报记者 李敏

“同学们，谁能描述一下盛夏的景色，请举手！”6月4日，在山阳县职教中心，来自江苏南京六合中专的“组团式”帮扶教师马厉坤正结合课业学习，向学生提问。

“孩子们大都来自山里，世世代代被秦风楚韵浸润，目之所及皆为美景。但是孩子们在语文课堂上发现美、描述美、展示美的能力并不强，所以我想通过这种方式提高他们的表达能力。”马厉坤说。

2023年10月，正值深秋时节，扑面而来的秋日景色让南方来的马厉坤心旷神怡。如何才能让学生们把生活融入课本，用所见描述所美、用所感陈述真情，他用一堂《古都的秋》示范课为孩子们作

了示范。为了上好这节课，马厉坤提前半个月给学生布置家庭作业，让学生们回家后把所见所感用手机记录下来。等到上课的时候，他把学生搜集到的照片和视频在课堂上展示，同时和自己搜集的南京景色进行PK。这次简单的尝试，让学生们更为直观地感受到了南北方景色的差异，也激发了学生记录美、表达美的能力。“马老师的语文课总是能用新的方法吸引我们，在他的课上我学到了很多有用的东西，让我对语文课更加感兴趣。”学生王亦然说。

2022年7月，马厉坤随队来到山阳，开展为期一年半的教育人才“组团式”帮扶活动。刚来时，他发现山阳的职业教育环境和南京有很大的差异。

“厘清思路、更新理念，找准方向、找对方法，需求突破是帮扶工作的重点。”他说。作为一名有丰富教学经验的一线教师，马厉坤一直把教师队伍建设作为一项重点工作任务。身兼管理岗位和教育教学的他，来到山阳后积极推进“青蓝工程”，研究制定实施方案和帮扶协议，主持成立班主任工作室，分享班主任管理经验，通过签订帮扶协议、细化帮扶内容和帮扶目标、开设示范课、举办语文教学专题讲座等方式，让帮扶对象在专业成长、教学科研以及各类能力比赛上发挥传帮带作用。“一年多来，通过帮扶和观摩马老师的课，让我更新了教学理念，学到了新的教学方法，也逐渐学会了在课堂教学中运用创新思

维”。山阳职中教师尚雅楠说。一年来，马厉坤先后在商洛市教学能力大赛、教学成果评比、教学设计评比中获得一等奖，指导学生参加陕西省技能大赛获二等奖、商洛市技能大赛获三等奖，并荣获山阳县“优秀兼职教研员”称号。

今年2月，本该是马厉坤一年半帮扶结束的日子，但是他却向组织主动提出申请，继续留在山阳开展第二期的帮扶工作。“未来两年，我将和其他帮扶同志一起继续加大帮扶力度，邀请更多南京的专家名师到山阳职中传授送宝，把更多先进的教育实践留在这里，让更多学生受益，真正实现从输血到造血的帮扶目标！”马厉坤坚定地说。

柞水精准监督护航高考

本报讯（通讯员 王献洪）“智能安检门和金属探测器运行情况如何？无线电信号屏蔽范围能否覆盖整个考点？”6月3日，柞水县纪委监委派驻县科教局纪检监察组组长王丽莎到柞水中学考点进行现场监督检查。

据了解，柞水县今年共有1049人报名参加高考，设柞水中学1个考点38个考场。高考期间，为营造公平、公正、安全的考试环境，柞水县纪委监委立足“监督的再监督”职责定位，主动作为，压紧压实相关职能部门责任，以强有力的监督为高考顺利进行保驾护航。柞水县纪委监委督促县公安、城管、市场监督管理部门执法人员深入各考点食堂及校园周边食品经营单位，对环境卫生、从业人员健康状况、原材料采购及食品加工等重点环节，开展全方位无死角的监督检查，防止过期变质及“三无”食品流入考生手中。加强对考点周边道路交通、流动摊贩、经营门店的集中整治，进一步净化考点周边环境，确保高考平稳、有序进行。

“要进一步树牢纪律规矩意识，严格遵守相关规章制度，规范操作流程，守好考试安全底线。”柞水县纪委监委深入考点一线，提醒考务人员严守工作纪律和保密规定，严防考试失密泄密和违规违纪违法行为发生。实地查看考点考务指挥室、视频监控室、视频监控室、医疗保障点等场所，详细了解信号屏蔽器、听力播放设备和视频监控系统等设备运行情况，对发现的问题现场提出整改意见，及时督促整改到位。

为进一步抓严、抓细、抓实考风，柞水县纪委监委充分发挥派驻县科教局纪检监察组“派”的权威和“驻”的优势，召开考风考纪集体谈话会，对有关负责人及高考考务工作人员进行集体廉政提醒谈话，要求严格执行考试政策。督促学校对高三学子进行心理辅导和纪律教育，强调考风考纪，在缓解考生焦虑等负面情绪的同时，进一步筑牢遵规守纪思想防线。“高考期间，我们将持续跟进监督，对学校安全、后勤保障、考风考纪等进行全方位的监督检查，确保全县高考顺利进行。”柞水县纪委监委相关负责人表示。

关爱儿童 快乐成长

△5月31日，商洛彩虹公益中心联合商洛社会组织服务中心、商洛市曙光救援队、商洛慧灵残障人士服务中心、西安市七彩阳光公益慈善中心以及爱心企业的志愿者们一同前往商州区杨斜镇月亮湾明德小学为67名孩子们送去“心愿单”礼物。早在5月17日，彩虹公益中心的志愿者们便在月亮湾明德小学开展心愿单收集活动。现在，爱心人士帮孩子们实现了他们的心愿。（本报记者 王孝竹 摄）



△5月30日，丹凤县委史志办联合陕西029公益服务中心、县朝阳爱心志愿者协会在棣花镇中心小学开展“史志书籍进校园”暨“六一”慰问活动，为学校赠送《中共丹凤历史（第二卷）》《红色留仙坪》等10多部书籍，向孩子们发放短袖、斗篷、毛巾等30套价值1万元的慰问物资，并为孩子们过了一场集体生日。（本报记者 党率航 摄）

△5月31日，商州区民政局、商州区社会福利院走进黑山镇九年制学校，开展了“手拉手关爱留守儿童，心连心呵护祖国花朵”主题活动。工作人员和志愿者为孩子们送去了书包、水彩笔、钢笔、笔记本等，现场组织孩子们玩起了丢手绢、盲人摸物等游戏。（本报记者 巩琳璐 摄）

丹凤建设清廉学校示范校

本报讯（通讯员 周琦 全江红）“师者之清廉，是心怀学生的赤诚真情；师者之清廉，是热爱岗位的敬业精神……”这首丹凤县第五小学录制的《清廉颂》在丹凤校园广为流传，道出了丹凤教育人对清廉建设的孜孜追求。

今年以来，丹凤县教体局全面落实清廉丹凤2024年重点建设任务，厚植清廉思想根基，创建县第五小学、县初级中学、县第一幼儿园等10所学校作为清廉学校示范先行单位，以作风建设植廉根、“四风”建设铸廉魂、队伍建设强廉筋、阵地建设壮廉骨，做到清廉学校建设与教育教学、师德师风和校园文化建设互融互促，全面打造清廉教育体系。

“作为全县清廉学校示范先行单位，我们构建党建团队一体化、家校社协同育人机制，建设青少年法治教育长廊、师德师风教育基地、家庭教育活动中心、红领巾党史长廊、党员活动中心、清廉学校文化墙、清廉窗等清廉教育基地，定期组织师生、家长在基地开展廉洁自律、党纪法规教育，让清廉的种子植根于心灵深处，推动老师、学生、家长、社会各界共同参与清廉学校建设。”县第五小学校长马平富介绍。

走进丹凤县第一幼儿园，一件件利用废旧物品制成的清廉文创作品、一幅幅精美的清廉图画，让清廉文化遍布园所的每个角落，达到以廉化人、润物无声的良好效果。

丹凤县初级中学依托开放式书苑，打造清廉校园、书香校园，深入推进全民阅读，积极开展清廉读书分享、清廉承诺践诺、清廉文艺创作、清廉榜样宣传等清廉建设“五项”活动，结合地域历史文化，深挖清廉因子、廉洁元素，以县域廉洁因素激发最大化育人功能，师生清廉思想根基更加牢固。

丹凤县教体局采取工作“晾晒”制，制定《教育系统干部“三种能力”提升培养实施意见》，深化教育领域作风和腐败问题集中整治，找准“小切口”，聚焦招生择校、“双减”政策落实、学生营养改善计划、校园霸凌和在编教师违规有偿补课、违规借调、吃空饷等群众高度关注热点问题，以集中整治强化源头治理，成立教师发展中心，推动思源学校集团化办学，全力保障教育公平、维护群众利益，发布廉洁提醒12条，切实把清廉学校建设成果转化为提升教育高质量发展的强大动力。

让老年生活更精彩

本报见习记者 杨若阳

“后坐摆脚，跟半步，手挥琵琶……”
“对！起，脚不要太高……”
5月28日，山阳县老年大学多功能厅里，“银龄”学员们正在跟着音乐节奏练习太极拳。一招一式动作缓慢而连贯，授课老师穿梭在队伍中，为老人们细心指导，改进动作的准确度。

“孙子都上大学了，家里没有小孩需要照顾。来老年大学学点知识，我还报名参加了书法班和音乐班。”太极拳课程休息时间，73岁的张建邦告诉记者，选择书法和音乐这两门课程是因为爱好，他想学习点基础知识。后来，老年大学增设了太极拳和健身气功课程，他考虑到这门课程能够强身健体，就赶紧又报名参加了。他的老伴报名的舞蹈课程也在隔壁的舞蹈教室里排练节目，他们俩每天早上吃完早饭就按时来老年大学上课。

要照顾孩子的退休干部刘芳说：“在这里学习是为了打发时间，把孩子送到学校就没啥事了。老年大学的上课时间也安排得比较合理，刚好能够错开接送孩子的时间。”据老年大学工作人员王小霞介绍，课程时间安排在周一至周五，并且上午和下午都有不同的上课内容，每次授课两小时。如果遇到国家法定节假日，课程将会向后顺延；在特殊情况下课程需调整时，也会及时在老年大学信息栏公布或者由班主

任通知。
“太极拳和健身气功课程开设之后，很多老年朋友马上就积极报名，目前已经有80多名学员参加了这门课程。”王小霞介绍，部分学员之前选报的课程与太极拳和健身气功这门课程在时间上产生了重叠，为了尽可能保证学员能够在有限的时间内发展自己的爱好，他们也尽力作了调整。

记者刚从多功能厅出来，就听到了美妙悠长的戏腔，原来向西走几步就是舞蹈教室。只见4位老人对着乐谱，拉着二胡为演员配乐，4位演员也在字正腔圆地表演着黄梅戏《我家住在蓬莱村》，指导老师刘敏手拿打击乐器帮演员们打着节拍。每一次走位都力求准确无误，每一个动作都追求优雅美丽。

“我们4个从2018年开始学习二胡，现在快6个年头了。”演奏二胡的老人杨益胜说，“我今年71岁了，刚刚接触二胡的时候没有一点基础，每天在学校跟老师学习回家就不停地练习。”与杨益胜一起学习二胡的朱秀莲告诉记者，当时他们几个经常放学后聚在一起互相研习拉二胡，回想起来觉得自己比年轻时上学的时候还认真。

今年60岁的谢莉和58岁的韩启萍是黄梅戏和眉户戏的爱好者。“唱戏让人感觉神清气爽，很感谢老年大学给我们搭建这么好的一个平台，让我们能找到兴趣相



指导老师在队伍中示范引导

的同龄朋友，还可以安度晚年。”刘敏向记者介绍，他们现在是排练节目，老年大学会定期组织学员们进行户外演出，所以上课时几乎都是为了演出有目的地培训。
“我们鼓励每位学员根据自己的爱好和身体状况选报专业课程，设置了器乐教室、书画教室等。同时，也有相应的《招生

简章》《学员安全协议》《课程安排表》等介绍资料，以保证学员充分了解、顺利入学。”山阳县老年大学负责人席会斌表示，老年大学的成立是为了丰富退休干部和广大老年朋友们的“夕阳”文化生活，让他们老有所学、老有所乐，真正践行“活到老、学到老”。