

刘英小学开展“文明就餐评比”活动

餐桌见修养 共享好“食”光

本报讯(记者 吕恺 通讯员 何琰)“民以食为天,食以礼为上。”为强化校园文明礼仪,积极践行“珍惜粮食,光盘就餐”理念,树立勤俭节约、知礼守序的文明就餐新风尚,营造人人争做文明学生的良好氛围,近日,莲都区刘英小学教育集团刘英校区开展了“文明就餐评比”活动,同学们用实际行动彰显文明风采。

“排好队,不推挤,有纪律”,在各班老师的引领下,同学们整齐列队,步伐一致向食堂出发;有序入场,行动迅速地在窗口前排队队伍;安静守序,不吵不闹地等待取餐,各班秩序始终如一,做到“整、稳、快”。

“取之有度,用之有节,则常足。”食堂窗口前,同学们秉持着节约理念,吃多少打多少,绝不贪多;取餐时,小手动作轻柔又谨慎,谨防食物撒漏;端起餐盘,双手稳稳托住,步伐从容不迫,将文明素养融入这小小的取餐举动之中。

“谁知盘中餐,粒粒皆辛苦。”饮水思源,当思来之不易,同学们就餐时遵循“食不言、坐相端、细吞咽”的准则。他们静心品尝饭菜,不挑食、不偏食、不浪费,吃得干干净净,开心用餐,收获满满的饱足与快乐。

用餐结束后,监督岗的同学迅速行动,仔细查看大家是否依次将饭盆、汤勺等餐具分类回收、归位摆放。同学们之间积极配合,齐心



有序排队文明取餐

协力,让食堂干净整洁,既养成日常生活好习惯,又为工作人员减轻负担。

与此同时,老师和家长作为监督人员也一起上阵。从同学们的排队纪律、打餐秩序、就餐卫生、餐具

回收和垃圾分类等方面逐一细致检查,认真评比。一勺一筷,尽显文明风范;一餐一饭,成就美德少年。

“小餐桌承载大文明,我们希望以本次活动为契机,倡导同学们在良好的就餐氛围中与文明习惯‘握

手’,无论是在家还是在校,都积极落实光盘行动,反对铺张浪费,争做文明就餐的坚定践行者、亮眼示范者、有力推动者,共筑文明行为新气象。”莲都区刘英小学教育集团刘英校区副校长周情说。

读书会帮孩子摆脱焦虑

本报讯(记者 吕恺)孩子莫名哭闹、拒绝上学、社交退缩……这些行为背后,或许藏着焦虑的影子。为帮助家长科学应对这些问题,日前,丽水市未成年人成长指导中心举办的《帮孩子摆脱焦虑》主题读书会,通过四期活动,让百余位家长收获满满!

在四期读书会中,四位嘉宾轮番登场,从不同角度为家长们剖析孩子焦虑的底层逻辑。胡先美老师凭借丰富的实战经验,带家长深入探究孩子焦虑情绪的根源。从生理、心理到社会因素,抽丝剥茧般的讲解,让家长们对孩子的焦虑有了全新的认知;陈洁医生以医学

视角,揭示长期焦虑对孩子睡眠、食欲等身体机能的影响,并分享了简单有效的放松技巧;麻巍巍老师以独特的教育视角,结合大量真实案例,细致讲解不同年龄段孩子焦虑的表现形式,并仔细倾听家长的内心需求;张丽明老师聚焦亲子沟通,以小组沟通讨论的形式帮助家长们正视内心的焦虑点,手把手教家长如何与焦虑的孩子“好好说话”。一句暖心的倾听、一个理解的拥抱,往往比千言万语更有力量。

每期读书会打破单向输出,通过“领读+分享+讨论”的模式,让现场变成育儿智慧的“交换站”。在领

读环节中,家长们先在舒缓的音乐声中阅读书中的内容。在分享环节,有家长讲述孩子因转学产生社交焦虑,每晚躲在被子里哭泣的经历;也有家长分享通过制定“情绪日记”,帮助孩子缓解考试焦虑的成功经验。案例讨论时,大家分组探讨“如何应对孩子的拖延焦虑”,从时间管理到正向激励,思维的火花不断碰撞,家长们也从中找到适合自家孩子的解决方法。

读书会结束后,家长们纷纷表示,四场读书会让他们收获满满。他们不仅学会了如何识别孩子焦虑的信号,掌握了情绪安抚、认知重构等实用技巧,还能敏锐地察觉孩子

的情绪变化,及时用学到的方法帮助孩子调整状态。

“通过学习有效的沟通技巧,我们开始放下家长的架子,慢慢学会倾听孩子的心声,亲子之间的争吵少了,理解多了,家庭氛围也变得更加温馨和谐。”家长陈女士说,在读书会中,大家分享育儿经验、互相鼓励支持,形成了温暖有力量的家长互助网络。

接下去,丽水市未成年人成长指导中心还将推出更多精彩的公益活动,目前正在筹备《走出黑森林》家长读书会,持续为家长提供专业支持,助力孩子在爱与理解中摆脱焦虑,向阳生长。

遂昌举行首届“少年非遗说”

讲述非遗故事 展现非遗魅力

滴尽致。

在武十番的余韵中,第一位选手登场,他声情并茂地讲述《牡丹亭之太守劝农记》,通过生动的语言和丰富的肢体动作,将太守下乡劝课农桑的故事娓娓道来,特别是模仿老农耕作时的神态惟妙惟肖,引得现场观众会心一笑。随后出场的选手带来了《竹仙子的嫁妆——遂昌冬笋》的动人传说,她用清脆悦耳的嗓音讲述了这个关于勤劳与智慧的民间故事。当说到竹仙子将冬笋化作嫁妆馈赠乡亲时,现场响起热烈的掌声。

“我表演的是《汤县令赶跑大老虎》,这次比赛让我对家乡的非遗有

了更深的理解,原来我们遂昌有这么多精彩的非遗故事。”参赛选手邱怀瑾兴奋地告诉记者。

比赛的压轴戏是实验小学选送的展演节目——经典诵读《非遗里的中国》,从讲述匠人坚守的深情到描绘非遗魅力的雀跃,孩子们用最纯真的情感诠释非遗故事。当16个童声汇聚成文化传承的强音时,那份对非遗的崇敬与热爱直击人心,唤醒观众心底对传统文化的共鸣。

据了解,遂昌文化底蕴深厚,非遗资源丰富,现拥有人类非遗名录1项、国家级非遗代表性项目2项、省级非遗代表性项目11项、市级非遗

代表性项目35项。本次活动由遂昌县文化和广电旅游体育局、遂昌县教育局主办,遂昌县非物质文化遗产保护中心、遂昌县少工委承办。大赛自5月启动以来,通过线上激烈角逐选拔,最终有18位选手进入遂昌赛区决赛。他们围绕故事选题、内容创作、表情演绎等,发挥创意,角逐最后的桂冠。

经过现场激烈的角逐,专家组认真的评审,最终评选出一等奖3名、二等奖5名、三等奖10名、优秀奖15名。本次活动的开展,不仅让更多的青少年了解和认识了遂昌非遗,也为非遗的传承和发展注入了新的活力。

校园池塘捉泥鳅 五育融合润童心

本报讯(记者 吕恺 通讯员 董宝荣)“池塘的水满了雨也停了,田边的稀泥里到处是泥鳅,大哥哥好不好,我们去捉泥鳅……”近日,庆元县屏都小学精心组织“趣抓泥鳅”主题教育活动,把劳动实践与趣味游戏进行了深度融合。

操场临时搭建的浅水池铺着黑泥,模拟稻田捉泥鳅场景。孩子们头戴草编斗笠,身着防水背带裤,挽起裤腿、戴上手套,手持小水桶和网兜,纷纷化身“小渔夫”。

随着老师一声令下,上百条泥鳅滑入池中,迅速散开,有的扎进泥里,有的贴着池壁游动,孩子们欢呼着冲进浅水区。三年级的同学胡智翔弓腰靠近露头的泥鳅,刚要捕捞,泥鳅摆摆尾巴钻进

泥缝,泥水溅了他一脸,他却执着地追逐下一个目标。五年级的几个男生组成“围捕小队”,手拉手呈扇形缩小包围圈,成功捕到泥鳅后兴奋地抱在一起蹦跳。水池里,水花四溅,大家有的在分享战果,有的正与泥鳅斗智斗勇,交织在一起的笑声、加油声,让同学们的快乐不断叠加。

“沾满泥巴的裤脚,盛满笑声的水桶,都是孩子们成长路上最珍贵的财富。相信这段欢乐时光,会在孩子们心中生根发芽。”校长吴文清介绍,从筹备的场地布置、工具准备,到活动中的团队协作、策略运用,孩子们在劳动中不仅锻炼了动手能力,也在游戏中提升了思维敏捷性,这场活动不仅是欢乐派对,更是五育融合的生动实践。



浙江开放大学2024年招生工作优胜集体

我市4所学校榜上有名

本报讯(记者 吕恺 通讯员 程健林)日前,在浙江开放大学系统招生工作会议上,浙江开放大学丽水学院及云和学院、松阳学院、遂昌学院等4所学校,因在2024年度招生工作中的出色表现,被评为“2024年省招生工作优胜集体”。

在招生宣传方面,浙江开放大学丽水系统紧跟新媒体发展潮流,通过微信同城推送精准覆盖本地生源,同时在抖音等短视频平台发布招生政策解读和学员风采展示内容,提升品牌影响力。此外,各学院还在县内主要路段设置室外大屏广告,高频播放招生信息,构建起高效的线上线下宣传矩阵,实现了与招生对象的精准触达。

“项目化招生方案”是学院招生工作的亮点。如学院主动对接地方人才需求,与县内多个部门合作,推出一系列学历提升项目。云和学院还与县公安局、县教育局分别联合制定各自系统在职人员学历提升方案,与县委组织部、县财政局联合设计并实施云和县第一轮“新时代农民大学生”的培养行动计划。这些项目既满足了特定群体学习需求,又拓展了生源渠道,实现招生与地方人才战略深度融合。

缙云县实验中学教育集团成立

本报讯(记者 吕恺 通讯员 廖婕妤)集团化办学是推动县域义务教育优质均衡发展的重要举措。日前,缙云县实验中学教育集团成立仪式在实验中学举行。在成立仪式上,实验中学及各校区负责人依次发言,表达了携手共进、优势互补、共同提升教育质量的坚强决心。

据了解,缙云县实验中学教育集团围绕“一总校、四校区”(实验中学校区、五云学校校区、李阳冰中学校区、轩辕学校初中部校区)融合共建型教共体架构,相关负责人从师资统筹、教学协同、资源共享等方面,阐释集团化办学的管理路径,为集团未来发展勾勒清晰的框架。

缙云县教育局相关负责人表示,缙云县实验中学教育集团的成立,是缙云教育事业发展的重要里程碑,是优化教育布局、深化教育改革的重要举措。要求集团各校区发挥自身优势,注重协同育人,实现资源共享。同时以优质均衡为导向,精准定位、明晰目标,同心同向、共同发力,发挥“1+1>2”的效果。

接下去,缙云县实验中学教育集团将以“聚势共生·育见未来”为指引,整合资源、协同创新,推动各校区共同发展,书写义务教育优质均衡发展的崭新篇章,为缙云教育高质量发展注入新动能。

龙泉384名游泳小将水中竞技

本报讯(记者 吕恺 通讯员 吴蓓玲)日前,2025年龙泉市第六届中小学生游泳联赛在龙泉市南秦教育集团本部游泳馆燃情开战。来自龙泉市的14支参赛队伍384名中小學生齐聚赛场,以“水中竞技”的形式展开激烈角逐。

此次联赛分为初中男子组、初中女子组、小学男子组、小学女子组四个组别,涵盖50米蛙泳、100米蛙泳(小学组200米混合泳)、50米自由泳、100米自由泳、50米仰泳、50米蝶泳、4×50米自由泳接力等多个项目。

稳健有力的蛙泳、舒展流畅的仰泳、敏捷迅速的自由泳、优雅灵动的蝶泳以及全能多变的混合泳,不同的泳姿展现出同学们各具优势的战术锋芒和技能水准。游泳小将们,每一次挥臂蹬水,每一个触壁转身,都在碧波中镌刻出奋勇拼搏的成长印记,在泳道上留下了反复训练的进阶刻度。经过比拼,龙泉市第三中学、龙泉市第二中学、龙泉市启明实验学校(初中部)分别获得初中男子组前三名,龙泉市第三中学、龙泉市第二中学、龙泉市第四中学分别获得初中女子组前三名,龙泉市南秦教育集团、龙泉市实验小学教育集团、龙泉市东升教育集团分别获得小学男子组、女子组的前三名。

龙泉市教育局相关负责人表示,近年来,龙泉教育局以生命安全教育为核心,持续推广中小学生游泳运动,通过系统化教学让学生掌握游泳技能,强化自救能力,夯实校园安全根基。接下去将多措并举推动游泳教育深入发展,一方面在体育常规教学中,融入更多水域安全理论与急救救护演练,强化“安全认知一技能学习一自救训练”教学模块。另一方面推动游泳教育与德育、智育协同发展,让青少年在游泳中强健体魄、锤炼意志,打造素质教育“金名片”。