

杭师大视频连线永康中学指导高质量育人综合改进方案 专家诊脉提建议 云端交流促提升

通讯员 李娅

本报讯 8日下午,永康中学邀请杭州师范大学发展与改革处副处长(主持工作)、教育学博士、博士生导师孙德芳教授对《永康中学高质量育人综合改进方案》进行指导。本次诊断指导通过视频会议的方式进行,永康中学综合改进团队成员悉数参加。

永康中学校长胡德方首先介绍了该校的基本情况。该校创建于1912年,是一所有着100多年历史的学校,是永康教育的发祥地。作为当前永康市规模最大、教学设施最完备的公办初中,该校以“道德、文章、事功”六字校训作为学校文化的核心理念,致力于办一所“百姓家门口的五有名校”。

该校通过校本大研讨、拓展大课程、体育大比拼、艺术大舞台、研学大体验五大平台,助力五项全能教师、五好学生的培养,办学成果屡创佳绩。同时,胡德方也提出了实施高质量育人过程中学校存在的一些问题。

孙德芳高度肯定了该校的历史底蕴、文化内涵以及丰硕的办学成绩,指出建设“百姓家门口的五有名校”是一个极具特色的办学方向。

针对存在问题以及永康中学2021年行动项目,孙德芳分别从名师队伍建设与青年教师培养、教师课堂教学与管理水平的提升、精品课程的开发与建设、百年老校文化基因元素的挖掘、传承与完善这四个方面,以专业视角进行精准分析,提出了建设性意见和建议。他指出,面对老校,要致力于如何焕发新机、活力,要注重名师、青年教师的培养,制定成长规划,立足于未来,以课堂教学、质量提升为落脚点,进一步完善永康中学的教学模式,对于精品课堂,仍要继续抓住学校设定的“三立”(即立德、立功、立言)为立脚点,注意积累,扩大资源,活化非遗项目,形成自己的课程体系和框架结构,为高质量全方位育人服务;要结合校史馆,充分挖掘百年名校的文化。

通过孙德芳用心、专业的指导,胡德方表示,永康中学会针对建议,结合学校实际,寻找学校发展突破点,进一步完善综合改进方案,开启提质强校高质量育人的新篇章。

警惕体检后 心病 来袭

通讯员 吴能丽

近日,市三院接诊一例患者。马先生年近七旬,本是一个体格健朗、满面红光的老人,最近却莫名其妙成了“病人”,感到浑身都是病,整天忧心忡忡。

说起最近的情况,马先生满脸愁容:这个病得从一个多月前常规体检时说起。体检结果显示我的血肌肝为115,体检医院医生说,血肌肝高预示肾功能不好,还可能会得尿毒症。我当时就吓坏了,迷迷糊糊硬撑着回到家。

据马先生描述,当天他回到家后就开始吃不好、睡不好,失眠严重,去了多个医院再做检查,结果都差不多。虽然吃了药,但他一直担心自己会得尿毒症。从那时起,马先生觉得自己身体越来越不好了。

显然,马先生的问题源于错解体检结果,形成消极心理暗示,导致主观感觉身心不适,通俗来讲就是体检后的“心病”。在生活中,像马先生这样的人大有人在。

永康卫校思政第一课开课

通讯员 应烨琳 融媒记者 潘燕佳

本报讯 近日,永康卫校以爱国情怀为主题的开学思政第一课开课。

该校党支部书记、校长徐向明以《青春心向党 逐梦新征程》为题,以爱国报国、积极生活为主要内容,结合抗疫英雄、边防英雄的故事,上好思政课。现场还播放了戍边战士的视频,

进一步激发学生们的爱国情怀,引导他们传承和弘扬英雄精神。

徐向明寄语学生们要找准自己热爱的领域,倾注全部热情,面对挫折不认输,责无旁贷地用心学习专业知识、练就过硬的专业技能等,竭尽所能服务社会、服务人民。

师生们还共同观看了视频《送你一张红色船票》。

除此之外,该校还组织观看了党的光辉照我心 开学第一课网络视频,增强学生的社会责任感和职业使命感,学唱红歌,讲红歌背后故事,渗透爱国主义教育。通过各种形式的主题教育,该校培养了学生爱党、爱国、爱社会主义、爱人民、爱学校、爱集体的情感,激励学生担当时代使命。



花样庆 三八

日前,实验幼儿园举办了丰富多彩的主题活动“花样庆三八”。

据了解,该园教师根据各年级孩子不同年龄的特点,教导孩子用心制作礼物、说暖心的话、唱甜美的歌、讲好故事,勇敢表达爱。该园还为每位教职员工送上鲜花,举办了跳绳比赛,增加了教师团队的战斗力、凝聚力。

通讯员 王婷婷 摄

公益 心晴 支持热线
13588612320(739320)
24小时开通

正值开学季 这些疾病需注意

预防水痘

水痘的潜伏期一般为1到2周,刚开始会出现发热、全身不适等症状。儿童发病后首要症状就是出现皮疹。

1.水痘的皮疹具有特征性,首先是出现有特征性的红色斑疹,再变成丘疹,然后发展成水疱,伴有剧烈的瘙痒感。三四天后疹子开始干燥结痂。在同一部位,可能会出现皮疹、水疱、结痂同时存在的情况。

2.儿童患者全身症状及皮疹均较轻,成人和婴儿病情较重,皮疹多而密集,易并发水痘肺炎。免疫功能低下者易形成播散性水痘。

3.水痘为自限性疾病,如果没有并发症,约10天左右会自愈,且预后一般良好,而且在感染过后,可以获得对水痘病毒的永久性免疫。

接种水痘疫苗是预防和控制水痘最为有效的手段。大量流行病学研究证实了水痘疫苗的安全性和免疫效果。

水痘疫苗在浙江省属于二类疫苗,是自愿自费接种的。

(一)推荐对象:1岁以上的儿童和青少年。

(二)其他建议对象:重点人群如医务人员、学校老师等,高危人群如家庭内与水痘患者密切接触的易感者(年龄<40岁、无水痘患病史)。

全年均宜接种,但不推荐已经感染过水痘、带状疱疹病毒的儿童接种水痘疫苗。

预防麻疹

3月-5月是麻疹传统高发期,麻疹病毒传播迅速,学校、外来务工人员聚居地等人群密集场所要注意防范。

此外,到商场、电影院、医院等人员流动性较大的地方,戴上口罩,适当做好防护,尤其是陪护病人就诊、输液时,更要做好防护工作,尽量减少在医院滞留的时间。

有宝宝的家庭,请根据预防接种

通知单做好常规的麻疹疫苗接种。

预防肺结核

肺结核也是春季常见的呼吸道传染病之一,主要通过咳嗽、打喷嚏、大声说话等产生的飞沫或痰液传播。

肺结核主要表现为咳嗽、咳痰、痰中带血、低热、盗汗、乏力、体重减轻等。出现咳嗽、咳痰2周以上,应及时到医院检查是否得了肺结核。

在集体环境里生活、学习和工作时,应注意保持室内开窗通风、空气流通;不随地吐痰、咳嗽、打喷嚏时掩住口鼻;去人多拥挤、空气流通较差的公共场所时戴口罩进行防护;合理营养,加强户外锻炼,增强体质。

来源 浙江健康教育



老中医柳忠
谈食疗

党参虾球汤

主料:党参10克,当归10克,虾仁200克,粉丝50克,鸡蛋1个,菜梗250克,淀粉30克,花椒粉、胡椒粉、盐、味精、鸡汤、酱油各适量。

制法:先将党参、当归烘干打成细粉,虾仁洗净,捣碎成泥,菜梗洗净,切成4厘米长的段。再将虾仁、党参粉、当归粉、盐、酱油、淀粉放入盆内,打入鸡蛋,拌成糊状,制成丸子。然后将锅置炉上,加入鸡汤,放入粉丝,烧沸,加入虾球、菜梗煮熟,调入味精、花椒粉、胡椒粉即成。

功效:祛寒补气,温肾壮阳。气血虚弱、怕冷腰酸、性欲冷淡之人可用之。

由柳忠中西医结合诊所提供