中招体育考试4月开始

本报讯（记者 李文姣**）**日前，记者从市教育局获悉，市区中招体育考试拟定于4月1日~5月2日进行：2019级初中生考试时间为4月1日~12日、2020级初中生考试时间为4月13日~22日、2021级初中生考试时间为4月23日~5月2日。

2021级初中生：中招体育考试总成绩为100分，由过程性评价和终结性评价构成。其中，2022年考试成绩（过程性评价）为15分、2023年考试成绩（过程性评价）为15分、2024年考试成绩（终结性评价）为70分。2022年必考项目：女子800m/男子1000m跑，选考项目：足球运球、篮球运球、立定跳远、跳绳（考生任选一项）。项目分值：必考项目10分、选考项目5分。

2020级初中生：中招体育考试总成绩为70分，由过程性评价和终结性评价构成。其中，2022年考试成绩（过程性评价）为15分，2023年考试成绩（终结性评价）为55分。2022年必考项目：女子800m/男子1000m跑，选考项目：足球运球、篮球运球、立定跳远、跳绳（考生任选一项）。项目分值：必考项目10分、选考项目5分。

2019级初中生：中招体育考试总成绩为70分，只于2022年组织一次终结性评价。考试项目分为必考项目、选考项目和抽考项目。必考项目：女子800m/男子1000m跑，选考项目：篮球运球，抽考项目：1分钟跳绳、立定跳远。项目分值：800m/1000m跑20分、篮球运球20分、跳绳15分、立定跳远15分。

全市中招体育考试工作于4月1日~5月31日完成，舞阳县、临颍县在规定日期内自行安排考试时间。

市教育局

谋划全年工作

本报讯（记者 李文姣**）**春节假期过后，市教育局全体党员干部以“开局即决战、起步即冲刺”的奋进姿态投入工作，谋划全年工作。

该局从确定目标、创新发展、提升能力、完善工作机制、履职尽责等方面对2022年工作提出了具体要求。全市教育系统要紧紧围绕我市教育“十四五”规划、“一个突破”、“五个领先”、“十大工程”的目标，创新发展，在创新中提升，奋力推动单项工作争第一、整体工作创先进。各科室要提升政治能力，向先进地区学习，以开展“能力作风建设年”活动为契机，切实提升工作能力、完善工作机制，争先出彩，不断开创我市教育工作新局面。

郾城区教育局

做好开学准备

近日，郾城区教育局扎实做好开学准备工作，确保全区各学校按时顺利开学，新学期各项工作平稳起步。

该局要求各学校提前做好教育教学常规准备工作，做好师生教学用书的发放工作，做好备课、校园布置、安全检查等准备工作。做好常态化疫情防控工作，全面摸排学生及教职工健康状况，精准掌握返校人员信息，落实好环境消杀、测温扫码、重点人群核酸检测等防疫措施。开展校园安全隐患排查，强化安全教育和培训，消除安全隐患。认真组织师生上好“开学第一课”，深入开展疫情防控知识培训、安全教育、爱国主义教育和思想政治教育。

李军营 潘范学

学习宝典

快开学了 我们要做什么

不到一周就要开学了，我们要做什么准备呢？

家长和孩子要做什么

1.调整作息时间。假期前，孩子一般7点左右起床，7点半到校。假期里，许多孩子会睡懒觉，很影响开学后的学习状态。所以，这几天家长要帮孩子慢慢调整作息时间。另外，早餐时间建议在7点半，午餐时间建议在11点40分，与上学时的就餐时间相吻合。

2.整理假期作业。孩子对照作业积分表看自己是否完成了假期作业。核算自己的积分，把总积分算出来后请家长签字。家长要正确对待签字，因为假期是检验孩子是否有自理能力的关键时期。

除了作业，孩子们还要准备好2022春季开学师生员工承诺书、返校申请书和疫情防控“一人一档”学生每日体温测量统计表，与作业放在一起，便于到校后交给老师。

3.制订学习计划。孩子可以为自己制订学习成长计划，例如，在未来的一个学期里要读哪些书、要把各科的学习成绩提升到什么程度等。

4.准备学习用品。开学前，家长可以和孩子一起购买学习用品。工欲善其事必先利其器。把文具准备好，再有序放进书包里，备上水杯，孩子们就可以开开心心等待开学了。

老师要准备什么

1.调整作息时间。老师的作息时间同样要调整，为开学做好准备。注意休息，保养嗓子。

2.整理假期收获。老师们各有各的休闲方式，有的养花、有的下厨、有的读书。无论是做什么，梳理、回顾一下自己的假期生活，你会发现自己收获颇多。

3.备课。开学前一周要提前备课。如完善新学期的积分表，为学生购买开学奖品，为开学表彰优秀学生做准备等。

临颍县黄龙学校 韩 芳

教育监督热线
13303958277 13503959800
微信公众平台
◆政策信息
◆教育视窗
◆投诉建议
◆违规举报

立德 树人 铸魂

——漯河实验高中党建工作纪略

■本报记者 李文姣

多年来，漯河实验高中党委把立德树人作为根本任务，以“建立标准抓规范 创新载体铸品牌”为党建工作原则，创新思路，坚持党建引领，以高质量党建引领学校高质量发展。

该校党委严格落实“第一议题”制度、“三会一课”制度、理论学习中心组学习和主题党日制度，强化基层党组织的政治功能，将政治理论学习与学校中心工作紧密结合。扎实开展党史学习教育，引领教师从党史中汲取前进的智慧和力量。该校教师宋晔、李建荣参加全市大中小学教师“同备一堂课”党史学习教育宣讲比赛，均获一等奖。该校也因此获优秀组织奖。宋晔、李建荣被聘为市教育系统党史学习教育宣讲团成员，先后到郾城高中、市第二实验小学、临颍县樱桃郭学校宣讲党史知识。

该校党委以党史学习教育为主线，强化“四史”学习教育，将“四史”学习作为广大教师思想政治“必修课”。引导广大教师坚定理想信念、厚植爱国情怀、涵养高尚师德，持续开展师德优秀典型评选活动并积极宣传其先进事迹。编写了《漯河实验高中习近平新时代中国特色社会主义思想学生读本》和《漯河实验高中红色教育读本》，拓展德育阵地，深化主题教育。强化德育体系建设，狠抓学生文明礼仪和习惯养成，促进学生全面成长。

该校党委坚持以党建带团建，为学校德育工作拓展了新阵地、注入了新活力。2020年，该校团委被评为“河南省五四红旗团委”。深入开展扣好人生“第一粒扣子”“童心向党”等主题教育活动，开展学雷锋志愿服务和“劳动美”社会实践活动，强化社会责任担当意识，助力文明城市创建。2020年9月，成立以党员教师为骨干的心理健康教育教研室，充分发挥河南省心理健康教育示范校的辐射引领作用。

该校以党员骨干教师为引领，在课改路上勇于创新和尝试，扎实推进“对分课堂”教学改革，进一步促进党建与中心工作的融合。目前，该校“对分课堂”教学改革已取得初步成效。此外，该校还用心打造“二三三”人才培养工作品牌，采用开展“双向行动”、组建“三个工作室”、实施“三个工程”的方式培养人才。“双向行动”是指向党组织靠拢行动和骨干教师成长行动，“三个工程”是指“青蓝工程”“向心工程”“励志工程”，“三个工作室”是指漯河实验高中“党员明师”工作室、社团工作室、行知班主任工作室。“青蓝工程”帮助新进教师快速熟练业务；“向心工程”为党组织发展优秀党员，为学校的高品质可持续发展奠定基础；“励志工程”组织优秀高级教师、骨干教师和青年党员教师结对，培养教学和管理骨干。

漯河实验高中“党员明师”工作室是由该校党员骨干教师组成，集教学、科研、培训等职能于一体的党员先锋“领头雁”、教师成长共同体；社团工作室负责举办校园文化艺术节，发现学生特长、培养特长学生，促进教师发展、丰富校园文化生活；行知班主任工作室引领班主任队伍向专业化发展，旨在提升班主任队伍的教学水平，为学生健康成长保驾护航。

凝心聚力促发展，砥砺奋进谱新篇。在今后的工作中，漯河实验高中将守立德树人初心、担教书育人使命，在推动党建工作与教育教学同频共振、融合提升方面积极探索，强力推动学校高质量发展，办好人民满意的学校。

以爱心践初心

——记临颍县实验小学幼儿园教师冀君丽

图片由临颍县实验小学幼儿园提供

■本报记者 李 丹

冀君丽是临颍县实验小学幼儿园教师，现任大班教研组长和大三班班主任。她热爱教育事业，用爱心践行教育初心，始终把教书育人作为最钟爱的事业并为之奋斗，将满满的爱贯穿保教工作的方方面面，用爱心、童心、耐心陪伴幼儿健康快乐成长。

冀君丽努力把爱给予每个幼儿。早上，她主动向来园幼儿问好，蹲下来和他们交流，认真听他们说话，和他们抱一抱、摸摸他们的小脑袋、握握他们的小手，鼓励他们大胆表现自己，帮助他们消除心理上的畏惧，让他们敢于、乐于向老师吐露心声，感受到老师对他们的关爱。每天早上，幼儿们一声声“老师好”“老师早”的问候，给冀君丽带来了满满的动力；每天傍晚，一声声“老师再见”，让她忘记了工作的疲惫，也让她体会到了身为教师的幸福和快乐。

经过多年的教学实践，冀君丽明白，幼教老师要想做幼儿的贴心人，首先要“童化”自己，以孩子的心态、从孩子的角度观察事物，正确对待他们的好奇心和爱动的天性。当老师用一颗赏识、接纳的心和幼儿交流，他们的心中就会充满温暖和自信。

教育来源于生活。冀君丽说：“幼儿时期是各种习惯的养成期。对于孩子来说，老师的微笑就是对他们爱的表示。这微笑来自教师对孩子的爱，也来自教师对教育工作强烈的责任感，帮助老师敲开孩子心灵和智慧的大门。”工作中，冀君丽细心观察幼儿的一言一行、一举一动，善于发现他们的闪光点，肯定他们的点滴进步，深受幼儿的喜爱和家长的好评。

冀君丽工作责任心强，有扎实的专业知识和丰富的实践经验。作为一名骨干教师，她与青年教师结对帮扶，经常和青年教师谈心，分享自己的工作经验，帮助初入职教师解决工作中的问题，并给予专业性的指导建议，是同事的良师益友。冀君丽曾被评为县级优秀教师，她制作的课件制作、所讲的优质课及撰写的论文多次在省级和市级比赛中获奖。

把学生当自己的孩子

——记召陵区人民路小学教师孙秋玲

■本报记者 李 丹

召陵区人民路小学语文教师孙秋玲从教28年来，勤勉工作、默默奉献，在她热爱的教育沃土上辛勤耕耘着，曾被评为市岗位能手、教学标兵、优秀班主任，召陵区优秀教师、师德标兵等。

“你希望自己的孩子遇见什么样的老师，你就努力做这样的老师。我既是老师，也是家长。我努力做到以慈母之心关爱孩子。”这是孙秋玲在召陵区优秀教师表彰会上的发言。孙秋玲从小就有着“教师梦”，长大后梦想成真，便全身心地投入教育教学工作。2018年春节前夕，孙秋玲突发角膜炎，右眼一度失明。开学以后，她放心不下学生，带病投入紧张的工作。批改作业时，她的眼睛几乎贴在作业本上，后来她甚至捂着病眼批改作业。学生们知道情况后忍不住哭了，从孙老师身上深刻理解了“爱岗敬业”的含义。

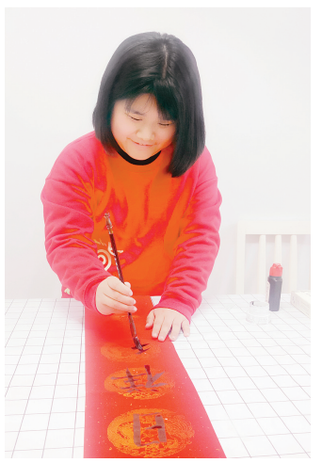
作为母亲，孙秋玲知道孩子成长需要爱，就像小树需要阳光。她把学生当成自己的孩子，背崴脚的学生上下楼、给贫困的学生送衣物、与调皮的学生做“同桌”。她关爱每一名学生，从课间活动到放学安全，从饮食睡眠到身心健康，倾注了全部心血。她做到身教重于言教，处处做学生的榜样，和学生一起诵读经典、品读好书，努力建设“书香班级”。遇到家长有困难，她也会尽力帮助。孙秋玲用真心和真情赢得了学生和家长的一致好评。

孙秋玲平时苦练教学基本功，以赛促学，积极参加全市第三届“中小学教师五项技能”大赛并获得第二名的好成绩。“用一生上好一节课”是孙秋玲的座右铭。她潜心研读教材，反复琢磨教案；她读教育理论、名师课例、心理学专著、文学作品……功夫不负有心人，她执教的优质课多次获省级、市级一等奖。她还经常参加送课下乡活动。

作为语文教研组长，孙秋玲和青年教师“师徒结对”，热情细致地指导他们备课、上课，做好家校沟通工作。在孙秋玲的引领和帮助下，一批批青年教师快速成长为学校的教学骨干、市级教坛新秀和教学能手……2020年，孙秋玲辅导两名刚入职一年的青年教师参加中心校的优质课比赛，分别获得一、二等奖。

图片由召陵区人民路小学提供

特色作业点亮寒假生活



■文/图 本报记者 齐国霞

灵动潇洒的书法和绘画作品、惟妙惟肖的剪纸作品和手工小制作、与生活息息相关的年货清单、发音准确的英语问候……“双减”政策下的第一个寒假，市第二实验小学的学生在生活中思考、观察、总结，用丰富多彩的寒假作业充实了自己的假期生活，提升了素质，度过了一个安全、快乐、有创意的寒假。

动口：提升语言表达能力

2月9日，记者在该校公众号发布的学生特色寒假作业视频中看到，有的孩子用英语流利地向亲朋好友表达新年祝福，有的孩子在朗读英语小作文，还有的孩子自然得体地与大人用英语进行日常交流。

“这是老师第一次让我们在寒假里用英语表达新年祝福、写英语作文。开始我还感觉有难度，可是练习几天后，发现自己不仅掌握了更多的词汇，口语表达能力也有很大提高。”该校六（5）班的学生徐令仪说。

每天阅读半个小时，让学生做成语接龙游戏、讲成语故事和历史故事、背诵古诗……这个假期的语文作业也让人耳目一新，不仅使学生学习了更多课本外的知识，还丰富了他们的知识面、激发了他们探索新知识的兴趣。

动脑：让知识与生活“挂钩”

该校组织三年级学生制作智慧数学手抄报、年货单、年历卡，不仅让他们总结了所学知识，也让他们感受到了其中的乐趣。学生和家长共同列出年货清单，计算一周内家庭所需支出，从中懂得了生活的不易。三年级级学生张怡颜说：“以前见妈妈每天买东西，从没想过她是在变着花样给我做好吃的饭菜。这个寒假作业让我明白了父母的辛苦和生活的不易。”

动手：制作新年手工作品

别出心裁的窗花、精美绝伦的花灯、憨态可掬的黏土玩偶、精美的新年贺卡和挂历……一个个栩栩如生、年味十足的手工作品，传递着学生对新年的美好祝愿。一张张图文并茂、色彩绚丽、设计新颖的手抄报凝聚着学生丰富的想象力，也让他们体验到了创作的乐趣。

动身：争做运动健康达人

寒假适逢北京冬奥会，学生每天运动“打卡”，坚持跑步、跳绳、打球、健身等，养成健康的生活习惯，过了一个“健康年”。对于这个寒假里孩子的表现，学生家长张香丽赞许有加：“今年的寒假作业大多是能让孩子动起来的特色作业，不仅提高了他们的动手能力，发散了思维，也陶冶了孩子的情操，弘扬了优秀传统文化。”

家庭教育

请和孩子真共情

■侯瑞鹤

常常听到有父母抱怨，自己和孩子都已经“共情”了，但没有什么用。其实很多时候，爸妈的共情不是真正的共情，只是伪装的“共情套路”而已。

什么是真正的共情？共情是对孩子的感情感同身受，并允许孩子体验自己的情绪。

1.共情不是把孩子从负面体验中拯救出来。父母在孩子快乐开心的时候，通常都能与孩子同乐。困难的是，当孩子有负面情绪的时候，我们能否允许孩子有负面情绪。比如，看到孩子因为某个要求被拒绝而生气、哭泣时，我们会心生烦躁。这时，我们就想把孩子从负面情绪中拉出来，向其妥协，或者转移孩子的注意力，满足其别的要求等。

但后果大多不尽如人意，一种情况是孩子脾气很大，甚至夸张表达情绪，以自我为中心。因为成人不想他有负面情绪，就妥协让步，从而导致负面情绪成为孩子达成目标的“武器”。另一种可能的情况是，孩子变得小心翼翼、敏感焦虑、情绪压抑。

2.共情不是说“我理解你”，而是让孩子感受到“你理解他”。有父母说，我也接纳他的负面情绪了，也理解他了，但仍然没有用呀。显然，父母所说的接纳和共情，只是一个工具，并非真正从心里共情。父母共情的目标往往不是孩子本身，而是用共情这个工具，使孩子停止负面情绪。因此，共情一定要切实关注孩子，意识到他此刻所经历的挫败、愤怒和伤心等负面情绪，都是自然正常的。

我们要做的不是说“我理解你”等听起来很“对”的话，而是要让孩子体验到“你理解他，即使他现在处在负面情绪中，仍然不被拒绝和抛弃”。