

昆仑山下,温州支教团书写山海情深

□ 记者 张金凤 杨学超

巍巍昆仑山见证,悠悠瓯江水传情。在我市有一支来自东海之滨的温州支教团,他们跨越山海,将优质教育资源和先进教育理念带到雪域高原,为当地的孩子们播撒知识的火种,用爱心与专业在昆仑山下书写着动人的援青教育故事。

温州医科大学研究生支教团自组建至今已有4年,16名志愿者先后来到我市站前路小学支教,他们告别熟悉的校园,背上行囊,踏上相隔几千里的支教之路,将所学融入课堂,为中西部基础教育、医疗健康和乡村振兴工作注入温州医科大学青年学子的智慧和力量,让青春在西部支教实践中绽放绚丽之花。

2024年8月,温州医科大学研究生第四届支教团的老师们抵达我市,开启支教之旅。尽管初到高原身体不适,但他们没有丝毫退缩,迅速调整状态,投入到紧张的教学工作中。

走进课堂,支教老师们带来了全新的教学理念和方法。面对当地学生基础薄弱、学习习惯差异大等挑战,支教老师们深入班级了解学情,根据实际调整教学策略。在语文课堂上,支教老师运用情景教学法,通过播放与课文相关的视频、展示精美图片,让孩子们仿佛身临其境,对课文的理解更加深刻。在教授古诗词时,老师还引入吟唱的方式,让孩子们在悠扬的曲调中感受韵律之美,激发了孩子们对传统文化的热爱。刘怡辰老师的科学课总是充满惊

喜。在一堂别开生面的课程中,她带领学生们开启了一场“水火箭”制作之旅,让孩子们在轻松愉快的氛围中学习科学知识。心理课上,叶子欣老师的“动机岛为什么出发”课程,充满了互动和趣味,为学生们开启了一场独特的心灵探索之旅。

温州医科大学研究生支教团队长徐渊棋说:“在东西部教育差距的现实下,我逐渐将教学重心从‘教知识’转向‘育思维’。当看到曾依赖范文的学生能独立写出实验作文时,我更加确信教育的真谛不在于灌输多少内容,而在于点燃思维的火种。这种转变让我开始以‘终身学习能力’而非‘短期成绩’作为教学成效的衡量标准。当学生在日记里写下‘我长大以后也想像语文老师一样去温州医科大学’时,我体会到教育是双向滋养的过程。支教的经历让我摒弃了‘拯救者心态’,建立起‘同行者姿态’。教育不是单方面给予,而是与孩子们共同成长。”

从科学探索到文化传承,从知识传授到心灵启迪,温州支教团的特色课程不仅丰富了高原课堂内涵,更在学生心中播撒下创新与梦想的种子。正如市站前路小学校长陈江所说:“这些来自温州的老师,用‘创意课堂’让孩子们看到了更广阔的世界,他们像一条看不见的纽带,将东海之滨与青藏高原紧紧相连,他们用医学温度与教育智慧为高原学子点亮成长之路,这份跨越山海的教育情谊,必将成为孩子们成长路上最珍贵的礼物。”

除了日常教学,支教团还积极开展特色教育活动。结合温州的地域文化和教育特色,开设“瓯越文化讲堂”,向当地学生介绍温州的历史、民俗和经济发展成就,让高原孩子领略江南水乡的



课堂上,孩子们与支教老师快乐互动。

记者 张金凤 摄

独特魅力;组织“科技小课堂”,利用支教老师的专业知识,带领学生开展科学实验,培养他们的创新思维和实践能力;“春芽医语”生命健康科普品牌,将医学健康知识传递给孩子们;“纸飞机”书信陪伴活动,则通过与温州医科大学学子通信的方式,拓宽了孩子们的视野。这些丰富多彩的活动,不仅拓宽了学生们的视野,也在两地孩子心中架起了一座文化交流的桥梁。

支教团的老师们还十分关注孩子们的心理健康和成长需求。他们经常与孩子们谈心,了解他们的家庭情况、学习压力和内心困惑,给予他们关心和鼓励。在支教的过程中,温州支教团也与格尔木的老师们密切交流合作。他们开展教学研讨活动,分享教学经验和

教学资源,共同提高教学质量。

支教团的到来,为学校带来了新的活力和理念,极大地提升了学校的教育教学水平。家长们对支教老师充满感激之情,他们看到孩子们在学习和生活上的积极变化,对孩子的未来充满了信心。孩子们则把支教老师当成了自己的知心朋友,他们用纯真的笑容和进步的成绩,回报老师们的辛勤付出。

昆仑山下,温州支教团的老师们用爱心、耐心和责任心,书写着教育的华章。他们的故事,是一段跨越山海的教育情缘,也是对教育事业无私奉献的生动诠释。未来,支教团将继续在援青教育的道路上砥砺前行,为高原教育事业发展贡献更多温州力量,让知识的种子在昆仑山下绽放出绚丽之花。

援青路·温格情

市职工运动会游泳比赛火热开赛

本报讯(记者 管晓静 段亚慧)6月28日,市石化基地游泳馆内人声鼎沸、水花激扬。2025年全民健身大会职工运动会游泳比赛暨青少年运动会“奔跑吧·少年”阳光杯游泳比赛在此火热开赛。来自全市各企事业单位的职工选手与朝气蓬勃的青少年选手同池竞逐,在清澈碧波中奋力书写着全民健身的生动篇章。

此次赛事精心设置了青少年男子组、女子组与成年男子组、女子组四个

组别,为不同年龄、性别的游泳爱好者搭建起公平竞技的舞台。其中,成人男、女组比赛项目包括50米、100米蛙泳和自由泳,以及4×50米混合接力赛;青少年男、女组竞赛项目则涵盖25米、50米、100米蛙泳和自由泳,以及4×50米混合接力赛等。

市民张先生特意带着孩子前来观赛:“看到参赛选手在水里拼尽全力的样子,特别感染人!连我家孩子也喊着要学游泳了。”市民王女士则对职

工选手印象深刻:“真没想到身边的同事游得这么好,他们在工作之余还能坚持锻炼,这股劲头让人佩服!”

本次赛事成功将全民健身的主题、职工群体的活力展示与青少年阳光体育的蓬勃推进巧妙融合。这不仅是一次精彩纷呈的水中竞逐,也成为格尔木市民共享运动热情、传递健康理念的 platform,更为广大游泳爱好者提供了一个展示风采、追逐梦想、挑战自我的舞台。

据悉,青藏直流二期扩建工程是国网系统内首次在已投运的直流换流站内开展的扩建工程,也将成为国内首个采用双极4阀组并联运行的直流工程。该工程计划于今年9月投入运行,届时,青藏直流输电功率将由现在的600兆瓦提升至1200兆瓦,实现翻倍,将进一步增强青海、西藏两省区电力供应能力和稳定性,为两省区经济社会发展注入更强劲的动能,也为区域能源互联互通和协同发展写下新的篇章。

(上接一版)在短短6天紧张的作业时间里,158名专业技术人员齐心协力,高质量完成了487项检修项目。

与往年检修不同,此次检修面临着更为复杂的局面——柴达木换流站内正同步推进新扩建二期设备安装验收、一期设备改造等重要工作;精益化年检与扩建改造等多项任务相互叠加,无疑给检修工作带来了巨大挑战。对此,国网青海省电力公司充分发挥统筹协调能力,紧密结合青藏直流二期扩建工程进度,科学规划

站内扩建、验收、检修、改造等各项工作,确保年度检修任务高效完成。

“目前,站内二期扩建工程已完成新建电气设备的安装工作,进入一期设备改造和新老设备对接及联合调试阶段。我们积极统筹协调安全监督、直流运维、现场检修等专业组,做实做细检修作业、验收质量、保电措施等工作,全力保障年检与扩建改造工作安全、优质、高效完成。”国网青海超高压公司总工程师杨放南介绍道。

本报讯(记者 景桂珍 通讯员 周启星)近日,市司法局开展“解锁情绪智慧,健康快乐生活”专题讲座,进一步缓解全局干部职工工作压力、维护身心健康、提升情绪与身体管理能力。

讲座特邀青海映画教育咨询服务有限公司国家二级心理咨询师靖靖讲授。授课老师结合司法行政工作实际,围绕“激发身体动力,唤醒情绪开关”“探索内在未被看见的需求”“挖掘潜意识情绪”“在司法工作中重塑认知”四大核心板块进行讲解,以专业视角深入解读了现代人常见的焦虑、抑郁等心理问题的成因。同时,引用权威调研数据直观展现了干部职工在高压工作环境下,长期负面情绪对心血管系统、免疫系统等造成的损害,深刻阐释了情绪管理与身体健康之间的紧密联系。

此次心理健康专题讲座,普及了心理健康知识,分享了倾听、表达、尊重、宣泄、改变思维等一系列应对焦虑情绪的方法,切实提升了全局干部职工的心理调适能力。

市司法局开展心理健康专题讲座