

加强师德师风教育 做新时代好教师

经开区举办师德师风教育大会暨专题讲座

本报讯 为深入贯彻新时代师德师风建设工作要求，大力弘扬教育家精神，筑牢全区教师队伍育人底线，强化规则意识、底线思维，引导全体教师争做党和人民满意的“四有”好老师、新时代“大先生”。3月25日，经开区举办2026年中小学幼儿园师德师风教育大会暨专题讲座。

经开区教文办相关负责人强调，师德师风教育大会暨专题讲座旨在深入贯彻落实党中央关于教育工作的决策部署，牢牢锚定“为党育人、为国育才”使命，严守育人底线、筑牢思想根基，全力锻造让党放心、让人民满意、让学生信赖的高素质专业化教师队伍。师德师风是教育事业的生命线，是教师立身立业之本。师德师风直接关乎“立德树人”成效，关乎青少年健康成长，关乎区域教育品牌形象。

会上，全体教师观看了《太行山下好老师》专题片。会议邀请河南师范大学刘安娜老师作了题为《我们同行：弘扬教育家精神，做新时代好教师》的师德师风专题讲座。讲座从加强教师队伍思想政治建设、涵养高尚师德师风、加强教师权益保障、提升教师专业素养、弘扬尊师重教社会风尚五个方面阐述了新时代师德师风教育的重要性。

与会教师纷纷表示，将以此次大会为契机，提升自身专业素养、坚守育人初心、砥砺师德师风，以高尚师德师风践行使命担当，以扎实行动书写育人答卷，全力守护经开区教育良好生态，奋力培育更多担当民族复兴大任的时代新人，以实干实绩为经开区教育高质量发展添砖加瓦。

(陈国众)

以AI之“智”赋能教学之“质”

高新区道清路小学开展AI赋能教学专题培训

本报讯 为紧跟教育“数智化”发展步伐，让人工智能真正成为一线教师提质增效的教学好帮手。3月18日至19日，高新区道清路小学开展AI赋能教学专题培训，由学校信息中心教师秦欣愿和宋婧担任主讲，全校教师分学科沉浸式学习AI教学实操技巧，助力课堂提质增效。

本次培训紧扣小学各学科教学实际，摒弃空泛理论，只讲落地干货。秦欣愿从AI技术新进展、核心实操技巧、适配教学工具推荐到AI能力边界认知，层层拆解、细致讲解，让参训教师听得懂、学得会、用得上，真正掌握AI与日常教学融合的方法。

宋婧则在培训中结合各学科案例，现场演示了AI的趣味实操应用，从一键生成教学PPT，到制作课

点点名等互动小游戏，再到把课文、古诗转化为趣味动画视频，直观展现了AI让抽象课堂变具象的魅力。同时，她为听课教师整理了适配备课、批改、课堂互动等全教学场景的AI工具，让不同学科教师能按需选择、高效使用。

两位教师在培训时都特别强调，AI是教学减负助手，而非教学替代者，它能高效完成机械性工作，但永远无法替代教师的情感联结、课堂应变、价值引导等核心价值。

本次AI赋能教学专题培训，为该校教师打开了AI教学的新思路。该校教师听得懂、学得会、用得上，真正掌握AI与日常教学融合的方法，让科技与教育深度融合，打造更高效、更生动、更有温度的课堂，助力每一位学生快乐成长。

(赵梓桦 王慧)

绳舞童年 跃动健康

红旗区实验小学举行2026年跳绳竞技班级联赛

本报讯 春风和煦，活力迸发。为全面推进健康学校建设，牢固树立“健康第一”的教育理念，切实保障小学生每天综合体育活动时间不低于2小时，3月17日至18日，红旗区实验小学“绳舞童年，跃动健康”跳绳竞技班级联赛在全体学生的热烈期盼中激情开赛。赛场上，同学们身姿矫健、奋勇争先，用跃动的身影展现着阳光向上的精神风貌。

随着清脆的哨声响起，比赛正式拉开帷幕。一年级的“小豆包”率先登场，其他年级的队伍也紧随其后，有序进场。赛场上，小选手全神贯注，手腕翻飞间，彩绳如银蛇般舞动，在脚下划出一道道优美的弧线。小选手有的身轻如燕，速度惊人；有的稳扎稳打，坚持不懈。他们

的每一次起跳，都饱含着平日练习的汗水；每一次落地，都踏出了自信的节奏。赛场边，加油声、计数声、欢呼声此起彼伏，汇成一首激昂的“运动交响曲”。

随着比赛圆满落幕，各年级的“跳绳小达人”纷纷脱颖而出，优异成绩令人赞叹不已。他们凭借实力摘得“单人跳绳”的桂冠。各年级的一等奖、二等奖和优秀组织奖也相继揭晓。耀眼的荣誉，属于每一位为之拼搏的同学。

一根小小的跳绳，串联起快乐、健康与友谊。此次跳绳比赛虽已圆满落幕，但运动精神和运动习惯将一直延续。相信全体同学会将赛场上的热情与毅力，延续到日常学习和生活中，继续“跃动精彩，跳向未来”。

(王晨曦)

经开区实验幼儿园召开春季家长会

本报讯 近日，经开区实验幼儿园召开春季家长会。全体教师与家长齐聚一堂，围绕家园共育主题展开深入交流。

小班组聚焦生活习惯与自理能力培养，探讨如何适度“放手”，助力幼儿独立。中班组围绕社会交往、专注力及规则意识，结合案例引导科学

育儿。大班组以“幼小衔接”为重点，系统介绍“四大准备”相关理念，帮助家长缓解焦虑，树立科学育儿观念。会后，家长同教师进行了深入交流，对幼儿园工作给予高度认可。

此次家长会进一步密切了家园联系，为家园共育奠定了坚实基础。

(徐伟胜)

小玩具“盘活”快乐课间

辉县市实验学校 侯江涛

下课铃声刚响，教室里瞬间热闹起来，往日一窝蜂冲向走廊的喧嚣不见了，取而代之的是孩子们围坐一团的欢声笑语。

我们在教学楼三楼，受场地限制，课间十分钟孩子们不能下楼玩耍。狭小的走廊就成了他们唯一的“游乐场”，追跑打闹、推推搡搡是常有的事。我前脚刚在走廊尽头提醒“慢点走，别拥挤”，后脚就有小不点皱着眉头跑到办公室告状：“老师，他撞到我！”“老师，他们挡着路不让我过！”让人揪心的是，有次两个男生追逐时撞到了栏杆，幸好只是擦破点皮。看着孩子们被束缚的好动天

性，又时刻惦记着他们的安全，我暗下决心，得给孩子们的课间找个“新出口”。

一个偶然的机会，我看到邻班孩子在玩翻花绳。绳子在指尖翻飞，变出五花八门的图案，孩子们玩得亦乐乎。这给了我灵感，不如就从这些传统小玩具入手。于是，绳子、陀螺、三阶魔方这些小玩意儿，就这样走进了我们的教室。

我特意利用班会时间，带着孩子们一起解锁这些玩具的玩法。我教他们翻花绳的基本花样，从简单的“面条”“十字”，到复杂的“大锯”“牛眼”；示范陀螺的发力技巧，告诉他们

交警进校园 安全伴童行

红旗区平原小学开展交通安全主题教育活动



本报讯 3月24日，市公安局交通管理支队五大队走进红旗区平原小学，给同学们上了一堂生动的交通安全课(如图)。活动现场，交警叔叔用真实案例和互动体验，教同学们如何“懂规则、知危险、会避险”。

“同学们，你们知道什么是‘鬼探头’吗？”交警现场演示了一段“鬼探头”的情景。

行人或非机动车突然从驾驶员视线盲区出现的行为非常危险。交警解释：“这种情况往往让驾驶员猝不及防，根本没有时间反应。公交车、路边停放的车辆、绿化带都是常见的视线盲区。过马路时，同学们一定要确认没有来车再通过，绝不能突然猛跑。”

“大货车周围哪些地方司机看不到？”交警让一些同学分别站在车辆前后左右，请一位老师当司机，进行现场模拟。结果除了车辆前方的同学，其他位置的同学司机都看不到。

“这就是盲区。”交警耐心讲解，“尤其是车头前方、车尾后方、右侧车门附近，司机根本看不到。”

活动结束后，交警给每个同学发了一本安全手册，还布置了一项特别的作业——回家给爸爸妈妈讲讲今天学到的知识，提醒爸爸妈妈开车系好安全带、骑电动自行车戴好头盔，要敢说、敢管，当好家里的“安全监督员”。

一名班主任老师说：“此次交通安全主题教育活动太有用了，同学们学到了很多关于交通安全的知识。我们以后会多举办这样的活动，让安全教育成为常态。”

此次交通安全主题教育活动的开展，进一步增强了全体学生的安全防范意识，提升了自我保护能力，营造了人人讲安全、时时想安全、处处守安全的良好氛围。该校将以此次活动为契机，持续把安全教育融入日常，筑牢校园安全防线，为学生健康快乐成长保驾护航。

(崔韦康 李阳 文/图)

小树伴成长 德育润童心



本报讯 近日，经开区大杨庄小学开展“树木认养，德育实践”活动(如图)，以认养挂牌、现场讲解、日常照料为实践载体，让学生在

亲近自然中学习植物生长知识，在劳动实践中厚植环保理念、锤炼责任担当，有效推动德育与劳动实践深度融合。

(卫倩 文/图)

非遗进校园 美育润心田

经开区滨河小学开展“布染芳华，艺韵扎染”美育实践活动

本报讯 近日，经开区滨河小学联合新乡职业技术学院艺术学院“创艺青春”志愿服务队，开展“布染芳华，艺韵扎染”美育实践活动。活动以非遗项目扎染为载体，将中华优秀传统文化引入课堂，让孩子们在动手实践中感受非遗魅力。

活动现场，志愿者通过课件讲解，向大家介绍扎染的历史渊源与制作工艺。随后的体验环节中，孩子们在志愿者的指导下，认真操作，用橡皮筋扎出螺旋、折叠等造型，在浸染过程中见证布料的奇妙变化。当拆开的布料呈现出独特的花纹时，现场响起阵阵欢呼。

(周永云)

我身边的暖心事

市二十二中 芦韵茹

六月的天，热得像一个巨大的蒸笼，让人透不过气来。巷子里飘来一阵炒菜的香味，我顺着味道走过去，停在一家小店门口——老赵土豆豆腐。

“赵叔，照旧！”一进门，冷气伴着豆腐的香味扑面而来，我大声喊。

“好啊！还是炒豆腐啊。”老赵从厨房探出头，笑呵呵说。

说起来，我是这家店的老顾客了。店就在我家楼下，从上小学开始，父母就常带我来这里吃饭。老赵做的豆腐特别好吃。去得多了，我们就熟了。他知道我爱吃辣，每次都多放辣椒；他知道我怕烫，总会把菜放一会儿再端上来。这些小事，我没说过谢谢，但都记得。

我找了个位子坐下，看墙上的菜单：麻婆豆腐、小葱拌豆腐、豆腐汤……全是豆腐。我笑了，这家店还真只卖豆腐。

等着等着，厨房里传来锅铲的声音，噼里啪啦的。今天客人多，老赵一个人忙来忙去。我往里看了一眼，他额头上全是汗，后背的衣服也湿了。

“赵叔，我帮你吧！”我站起来，走进厨房。他愣了一下，笑着说：“你行不行啊？”“洗菜切菜我还是会的。”他点点头，递给我一把红辣椒：“行，那你先把辣椒洗了切。”

我接过辣椒，打开水龙头洗。洗完放在菜板上，“咚咚咚”地切起来。没一会儿，红辣椒就变成了一小堆“红米粒”。辣味飘上来，呛得我鼻子痒痒的，手上也火辣辣的。“切得不错嘛。”老赵忙走过来，看了一眼，笑着说。

他拿起豆腐，开始热锅倒油。油热了，他把辣椒放进锅里——冒起一阵白烟。接着豆腐下锅，用锅铲翻炒，豆腐表面变得金黄金黄的。最后撒上调料，香味一下子就出来了。

“来，你试试翻两下。”老赵把锅铲递给我。

我接过来，有点儿紧张。豆腐在锅里滑来滑去，我笨手笨脚地翻了几下，差点把豆腐弄碎。老赵在旁边笑：“慢点儿，别跟你‘打架’。”

好不容易炒好了，我端着盘子走出厨房，坐下来夹了一块放进嘴里。豆腐嫩嫩的，辣辣的，特别好吃。不知道是不是自己炒的，感觉比平时还香。

老赵忙完了，端了杯水坐在我对面，看着我吃。“怎么样，自己做的吃起来不一样吧？”我使劲点头，嘴里塞满了豆腐，说不出话。他喝了口水，忽然说：“其实你妈妈前几天来过，说你最近学习有点儿累，让我有空带你做做菜，放松放松。”

我愣了一下，筷子停在半空。

原来是这样。妈妈从来没跟我说过，只是说“累了就去老赵家吃点儿东西”。她把关心藏进了这家小店，藏进了这盘豆腐里。

“你妈妈很疼你的。”老赵拍拍我的肩膀，“不过也别太有压力，慢慢来。”

我低下头，又夹了一块豆腐，慢慢嚼着。眼睛有点儿热，鼻子有点儿酸，但心里暖暖的。

“谢谢您，赵叔。”我说，“谢谢您带我炒菜，也谢谢您一直记得我爱吃辣、怕烫。我以后会好好努力的。”

他摆摆手，笑得眼睛眯成一条缝：“谢啥，你是我老顾客了。以后累了就来，赵叔给你做好吃的。”

那天我是怎么走出店门的，现在已经不太清了。只记得那天的阳光很温和，傍晚的霞光照在身上，红红的，暖暖的。后来，连数学卷子的那个刺眼的“73分”，我也不觉得那么难过了。

原来，成长就藏在这些小事里——藏在一盘豆腐里，藏在妈妈的关心里，藏在老赵的笑容里，藏在那些被记住的小习惯里。这就是我身边发生的暖心事，普通，却暖暖的。

我的拿手好戏——打羽毛球

市第一实验学校 赵缙汐

每个人都有自己的拿手好戏。有的人厨艺特别好，有的人游泳特别厉害，有的人舞姿特别优美，有的人画技特别棒……十八般武艺，样样是好戏。而我的拿手好戏便是打羽毛球。

有一天，我在电视上看到运动员打羽毛球的动作很潇洒。于是，我就让爸爸买了儿童球拍，一有时间，就拉着爸爸去楼下练习。可我一开始连球都接不住，即使接住了，也打不到对面。

但我没有放弃，我每天放学后都坚持练习半个小时。功夫不负有心人，一次，在和爸爸练习时，我打出了一记利落的杀球，让爸爸忍不住称赞，我很开心。

从此，我每天练习，成为我们班的“羽毛球高手”。

有一次，学校举行羽毛球比赛。赛场上，我凭借快速推球、搓球、挑球和杀球，一路过关斩将，来到了决赛。对手也不是省油的灯。比赛开始了，我们水平相当，比分打平了，就差一球定胜负。全场都紧张起来。我深呼吸，把球轻轻抛起——高远球。对方不甘示弱，只见她后退，起跳，挥拍，我侧身接住了球，球擦着她的球拍飞向后场。随着羽毛球落地，欢呼声响彻全场，我获得了这次比赛的第一名。这也是我的第一个羽毛球冠军。

打羽毛球，就是我的拿手好戏。只要你敢于尝试，不断挑战，你的舞台也将好戏连连！

从认识你开始

市二中(西校区) 周详智

从认识你开始，我的生活中仿佛有了一盏灯，温暖又明亮。

初遇你，是在一个阳光明媚的午后。那时的我，正为学习上的困难而烦恼，心情十分低落。你带着灿烂的笑容向我走了过来，主动与我交谈。你的热情开朗，让我瞬间感受到了温暖，那一刻，仿佛有一束光，穿透了我心中的阴霾。从那天起，你我互相鼓励，终于在期中考试时，我们都取得了好成绩。

从认识你开始，我学会了勇敢面对困难。记得有一次，我在运动会的比赛中失利，像打了败仗的士兵一样，垂头丧气地走下赛场。你耐心安慰我：“胜败乃兵家常事，失败是成功的之母，每一次失利都是成长的机会。”在你的鼓励下，我重新振作起来，努力练习，最终在运动会上取得了优异的成绩。

你的支持和信任，让我拥有了克服困难的勇气。

从认识你开始，我懂得了珍惜友谊。那一天，我和同学发生了矛盾，我特别生气，你向我走了过来，开导我：“朋友之间发生矛盾没什么，你应该学会包容、理解，友谊的小船才不会翻。”你的话，让我明白了友谊的珍贵，使我更加珍惜友谊。

人生离不开友谊，但要得到真正的友谊并不容易。友谊需要用真挚去播种，用热情去灌溉，用忠诚去培养，用宽容去守护。从认识你开始，我的人生变得更加精彩，你就像空中那颗最明亮的星，照亮了我前行的道路。我会永远感激你，因为我认识你的那一刻开始，我的世界变得更加美好。

(辅导老师 刘成彪)

你是我生命中的那束光

市铁路高级中学 张铠洋

水滴石穿不是水的力量，而是重复和坚持的力量。

——题记

语文成绩出来了，又给了我当头一棒。我像打了败仗的士兵，垂头丧气地回到家。

我坐在椅子上整整发呆了一个小时，下定决心要好好学语文。每天早上，当第一缕阳光照进房间时，我背誦好词好句；每天中午，一吃完饭，我就放下碗筷坐在桌前完成一篇阅读理解；每天晚上，当别人睡觉时，我挑灯夜战写一篇作文……时光飞逝，一个月过去了，期末考试到了。我信心满满，觉得一定能超越之前的成绩。可当成绩公布，发现才进步了几分，我心灰意冷，觉得自己不是学习的料。走在回家的路上，天空突然下起小雨，我飞快地跑到路旁的屋檐下躲雨。一个个晶莹的水滴像一个个强壮的战士，义无反顾地砸在坚硬的地面上。我突然发现，在水滴滴下的地方有一排小水坑。我突然想起语文老师曾教

过我们，每一滴水落下，都是对石头的一次微小冲击，这种冲击虽然微不足道，但随着时间的推移，这微小的力量会逐渐累积，最终产生惊人的效果。这就是重复的力量，它不在于一时爆发，而在于长久坚持。同样，我们在生活中遇到的许多事情，也需要我们持之以恒去努力、去重复，才能取得最终的成功。

重复的力量是一种强大的力量，它既不是简单相加，也不是一时爆发，而是持续不断累积和倍增。就像“水滴石穿”一样，它是时间的见证、毅力的体现、量变引起质变的哲学思想以及因果关系的必然性。同时，它也对我们的成长有着重要的教育意义，提醒我们要清晰的目标和计划，坚持不懈去努力，从失败中汲取教训，最终走向成功。让我们珍惜每一次的重复，用我们的毅力和坚持去创造美好的未来。

感谢你，小水滴，你是我生命中的那束光，在我迷茫时给我指引方向。