



虎虎生威 虎力十足

全市各校在一片“虎”味中迎来新学期

16日，开学啦！全市各中小學生結束寒假，返回各校園。
虎年開學有哪些不一樣？孩子們在開學首日收獲了怎樣的驚喜？一起去看吧。

吴宁三中教育集团

治愈心灵感受温暖力量

□通讯员 陈彩真

16日上午，吴宁三教育集团录播室里传来阵阵掌声，该校通过钉钉直播的方式，开了一场别开生面的开学第一课，为全校学生上了一堂心理健康教育课。

眼下，中学生的心理健康问题愈演愈烈，为落实“双减”，该校积极采取措施缓解学生心理压力。平时，学校每天安排班主任在心理咨询室值班，每周开展一节心理辅导课。这个寒假，学校让学生在家长进行心理健康自测反馈结果，并设计了这一堂开学第一课。

这堂心理健康教育课从个人成长的生理和心理两个方面展开，包括秋冬季的传染病防治、青春期身体发育、爱国主义教育及人际关系的处理问题等，让同学们领略了一场心灵治愈的盛宴。

“假设你跟父母吵架后，会用哪些方法改善心情？”“听音乐”“运动”“在笔记本里写一写”“向同学倾诉一番”……同学们畅所欲言，感受到了治愈的力量。

课上，老师还安排学生表演了一段母子吵架的经典场景以及最后重归于好的片段，让同学们感受到了真实的亲子之间的冲突。

“原来我不是一个人。”918班学生王楚艺笑着说，“我觉得可以试试用新的眼光来看待我和妈妈之间的关系，似乎也没那么糟糕。”

“对于这堂心理课，学生的反响特别热烈，从中深切感受到了温暖的力量。希望每个人都能学会用正确的方式治愈自己。”813班班主任郭丽红由衷地感慨道。

横店三中

教师为学子搬运行李



□通讯员 葛悦悦

“同学，欢迎回校。行李放这里，老师帮你们搬运到宿舍楼门口。”16日下午，横店三中校园里充满了温暖的时候，在党员教师带领下，全体教师积极参与协助学生搬运大件行李，运送车辆在宿舍楼和校门口之间不断往返。

因新冠疫情防控工作需要，本次开学，学校3个年级住校生分批错峰返校报到，且仅允许学生本人进入校园。为了减轻住校学生负担，各位家长提前在被褥及生活用品上贴好标签，送至学校大门后，将行李交给搬运行李组老师，再由负责运送的车辆送至学生宿舍，学生再根据标签领取行李。

看到教师运输队，送行的学生家长一下子打消了顾虑，纷纷点赞。运送中，师生间亲切的问候和交流，让校园呈现了生机和活力。运输车穿行在校园内，不仅传递着满满的爱心，也弘扬了校园正能量。

市实验小学

“虎”气满满 “墩”味十足

□通讯员 赵琴琴

冰墩墩、雪容融、虎萌萌……16日，当开学日遇上冬奥会，市实验小学的校园里“虎”气满满，“墩”味十足。学校精心策划的开学礼“萌虎出动闹元宵，萌虎生威贺冬奥，萌虎加油向未来”，让同学们在满满的仪式感中，一起奔向未来。

DIY灯笼、儿童画、手抄报、创意小摆件，“双减”后的首个寒假，同学们收获满满，假期制作的各类作品扮靓了整个校园。

做灯笼、赏灯笼、猜灯谜，孩子们在动手实践中传承中华文化，在喜笑颜开爱上中华文化；与冬奥顶流“明星”合影，冬奥主题展台布置，冬奥小知识问答，同学们动手、动脑、动腿，走近并了解了北京冬奥会，记录与冬奥的点点滴滴，争当奥运精神的传播者；开学第一课上，各班在进行爱国主义教育、安全卫生



教育、疫情防控提醒后，同学们各自畅想2022，认真写下、大声说出并花枝绽放自己的虎年心愿。

“当春节遇上冬奥，‘双减’背景下的我们用丰富多彩的综合实践活动让寒假变得更精彩、更有意义；当虎年开学遇上北京冬奥，我们用‘虎’气满满，‘墩’味十足的开学礼，让实小学子在轻松愉悦的氛围中，从容开启新征程。”活动策划者金丽卿老师介绍说。

向榜样学习 做更好的自己



□通讯员 朱红 包盛楠

16日，虎年开学大幕拉开，吴宁五校开启了以“走进冬奥，学习榜样一起向未来”为主题的开学第一课。老师们希望回归校园的孩子，可以从我国奥运健儿身上学到拼搏精神，感受梦想力量，最终转化为学习动力，赢得属于自己的光明未来。

在各班教室里，班主任正带着孩子们一起探秘冬奥。一张张有关冬奥开幕式的精美图片、一个个冬奥比赛精彩瞬间……再次展现在孩子们眼前。

冬奥会上，奥运健儿奋力拼搏、为国争光的每一瞬间都扣动着孩子们的心弦。众多运动员中，一人夺得两金一银的谷爱凌尤其耀眼。她12岁时的演讲中，就发声立志为梦想而战；13岁时发高烧忍痛参赛获得冠军；18岁参加冬奥夺冠后，巧妙回应记者的刁难，尽显睿智、稳重……这一桩桩、一件件生动事例，让孩子们深深感受到了她身上的优秀品质。

“在北京冬奥会上，谷爱凌姐姐最感染我的是她选择中国国籍，代表中国出战。她那坚定的中国心，值得我们所有人向她点赞。”一名学生说，谷爱凌心怀祖国，坚持不懈为梦想奋勇向前的精神种子在孩子们心中慢慢萌发。

孩子们纷纷表示要向谷爱凌姐姐学习，并许下心愿。“在新学期里，我要勤思考、善学习，打好基本功”“新年里，愿全体同学学习进步，挑战自我超越自我，更上一层楼，争做更好的自己”……一张张小小的心愿卡，是孩子们对新年美好的祝愿，也是他们今后努力的方向。

最后，全校师生共跳《一起向未来》，用青春的笑脸、动感的舞姿，为冬奥喝彩，为健儿加油。

“开学第一课，我们结合北京冬奥会这一热点，激发了学生的民族自豪感和自信心，涵养了爱国情怀。通过深入学习运动健儿身上的优秀品质，激发五校学子向榜样学习，不断迎接挑战，争做更好的自己。”该校校长葛敏卿如是说。

冰壶体验助冬奥 别样作业满校园

□记者 张耀 通讯员 赵子淳

“这个就是冬奥冰壶的简易版吧，太好玩了！”哈哈，我也能玩一玩冰壶，为冬奥加油”……16日上午，巍山第一小学教育集团巍山校区校内“冰壶体验区”前面排满刚返校的学生，大家都想体验一把冰壶运动的乐趣。

为积极推进冰雪运动，进一步营造全校冰雪运动的良好氛围，为冬奥助力，该校在学生返校这天，准备了两个旱地冰壶拼接板，带领学生们感受冰壶运动的魅力。

“同学们，新年好，祝你们学习进步，虎虎生威。”在校门口，校长吕克新带着学校班子成员，将一个个精心准备的红包递给每一名学

据悉，红包里装着奖励卡和奖品卡，其中奖励卡包括了免作业一次、当班长一天、和最最喜欢的老师合影等。奖品卡则是奖励一些常规的学习用品。

“我抽到的是和最喜欢的老师合影，到时候我要去找校长合影。”一名学生迫不及待地打开红包后，兴奋地和身边的同学交流着。

当开学恰逢虎年春节，当冬奥邂逅中

江北中心小学

蔬菜肉类成开学礼

□通讯员 徐江萍

16日上午，在江北中心小学202班内，班主任老师正在让学生抽奖，每位学生都得到了



“哇，是五花肉”“我的是大白菜”“我的是

一条鱼”……不到半个小时，40多份“惊喜”一一发到了孩子手中，他们的欢声笑语让校园充满活力。

据了解，在该次抽奖仪式中，班主任老师准备的奖品非常有新意。她精心准备的葱、芹菜、鱼、西红柿、萝卜、五花肉等，寓意着新的一年“聪明伶俐”“柿柿如意”“鲤鱼跳龙门”“一帆风顺”“包罗万象”“五福临门”，满满的仪式感让孩子们兴致高涨。

该班学生家长孔华俊表示：“孩子抱着这么大一颗大白菜回家，我们感觉很惊喜、很惊讶，也很神奇，孩子高兴地说这是老师奖励的菜。”

老师在发完蔬菜后，还鼓励孩子们回家自己动手，帮爸爸

妈妈择菜洗菜，甚至当起掌勺的大厨。对此，这位老师表示，学校一直倡导劳动教育，孩子拿到的不只是一个奖品，也是一份荣耀，带回家的蔬菜和肉类不仅能吃，而且有一定的劳动教育意义。

据悉，该校全校48位班主任各显神通，用富有班级特色的方式迎接学生返校，给新学期注入新动力。

江北下范小学

寒假生活照片换开学“红包”



□通讯员 沈昕

“老师新年好”“新年快乐，欢迎回校，用你的照片来换一个虎年红包吧。”16日早上，江北街道下范小学门口有两个“大篮球”和两只可爱的“大老虎”，迎接同学们的到来。

消防演练提高安全意识

□通讯员 胡金凤

17日，江北街道湖田小学开展了以“生命健康安全”为主题的开学第一课，以此加强学校安全工作，培养广大师生安全疏散与自救能力，打造平安校园。

“安全工作重于泰山，没有安全一切为零。只有大家都懂得安全知识，注重安全教育，积极地加以防范，才能及时发现和消除安全隐患，为建设平安校园出力。”分管安全的校领导吴立波如是说。

演练前，学校结合实际，认真细致地制定了此次演练活动方案，召开全体教师和工作人员动员会议，明确职责要求，做到责任到人。同时，学校邀请六进消防中心高级讲师楼刚华为全体教师员工进行消防培训，他详细介绍了“如何自救逃生”“引起火灾原因”“灭火器的使用”等方面的消防知识。学生们则在教室中使用钉钉直播同步收看。

13点20分，随着消防报警声的响起，消防演练正式开始，各班主任、各楼层指挥人



员迅速到达指定地点，沉着冷静地指挥学生用湿毛巾捂住口、鼻，尽量将身体放低，从安全疏散通道紧急撤离教学楼。几分钟后，全体师生已经安全、快速、有序地疏散到了学校操场。

“疫情尚未结束，防控仍在进行，希望每个人都能从自身做起，提高自我防范意识，提高个人防护能力，做好常态化疫情个人防护。”楼刚华说。

萌娃舞龙闹新园 传统文化浸童心



□记者 张耀 通讯员 徐贤彬

新年绽春意，上元花颜开。为迎接新学期的到来，16日，市第三实验幼儿园举行了一场别样的开学仪式，师生们一起感受热烈、温馨、祥和的节日气氛，了解中国传统节日文化。

舞龙闹春，迎祥纳福。随着领头萌娃们在幼儿园里翻腾起舞，只见龙头时而左右摇摆，时而上下穿行，惟妙惟肖的舞龙表演将开学典礼活动推向高潮。

舞龙队还穿过大厅，穿过走廊，来到各班教室。看到有龙进到自己的教室，小朋友们都兴奋不已，争先恐后地伸出小手摸摸龙头、摸摸龙尾，开心地与双龙互动，在热闹欢腾的氛围中领略了传统文化的独特魅力。

这两条舞龙是8个老师耗时一天制作的，他们将最好的布裁下来，用上生活老金巧祥自带的小型缝纫机缝制好龙的身体，将龙头粘上去，还在龙的嘴里放了一颗用报纸卷成、包上红布的龙珠。看着萌娃们对舞龙的热情，我觉得老师们的努力没有白费。”

只见校门口有序地排满了各年级老师提前布置的新春展板。同学们在经过体温检测无异常，佩戴好口罩后，有序地进入校园。该校校长蒋小燕和校务成员神采奕奕、热情满满，早早地站在红包墙前面等待着同学们。

据悉，每位同学都可以用寒假期间拍摄的年味照片、劳动照片或新年祝福语，换一个虎年红包。红包里有各种各样的奖励，孩子们拿到红包后，就迫不及待地拆开一看。

“我抽到了‘福虎举高高’”“我抽到的是和校长拥抱”“看我的，我是和校长共进午餐”……一声声温馨且真诚的祝福，让孩子们真正正正感受到家一般的温暖。不一会儿，红包墙就变成了孩子们的寒假生活照片墙，校园里四处洋溢着欢乐喜庆的气氛。

生命安全我先行



□通讯员 王琳溪

本报讯 17日下午，江北初中举行了主题为“生命安全我先行”的开学第一课安全教育，为学生的健康成长保驾护航。

来自市公安局的民警和市综合行政执法局的工作人员，结合生动形象的视频案例，向学生们讲解了禁毒教育、交通安全教育、垃圾分类教育、生命教育等安全教育内容，令师生获益匪浅。

活动中，交警以通俗易懂易记的方式，指出未满16周岁骑电动车、逆向行驶、不戴头盔等各类违法行为的严重性，提醒学生骑自行车上路需要注意的事项，并要要求学生遵守交通规则。

禁毒大队的宣教人员深入浅出地剖析了新型毒品的种类、诱人的精美包装以及吸毒的危害性，呼吁同学们要保持健康的生活方式，拒绝毒品，远离诱惑。市综合行政执法局工作人员则向学生们介绍了垃圾分类知识，引导学生要随时随地做好垃圾分类。

随后，全校25个班级的师生还同时进行了以疫情防控知识宣教、心理安全教育、生命教育、感恩教育、爱国主义教育等为主要内容的班级始业教育。

吴宁二校

关注心理健康 铸就美好人生



□通讯员 蒋怡玖 单飞燕

为了帮助学生们以稳定的情绪、积极的态度迎接新学期，尽早进入正常的学习作息时间，开学伊始，吴宁二校各班开展了“开学第一课”心理健康教育主题班会。

班会课中，老师们纷纷以“冬奥会我国运动健儿的拼搏精神”为主题，让学生们了解在挑战自我时，所应对的赋能策略，以此调整身心状态，激发生命能量，最终充满信心 and 动力投入到生活学习中。

还有的老师给学生分析了由开学引起的一些心理疾病，比如假期综合症、开学焦虑症等，同时针对同学们可能会产生的心理问题，传授了“心灵养护大法”：深呼吸、文字法、涂鸦法、运动法、喊叫法、自我激励法、积极行动法、学会求助等，诙谐幽默的语言让课堂充满生气。

一直以来，吴宁二校始终重视学生心理健康教育工作，关心学生健康成长。在刚过去的寒假，该校就组织心理健康骨干教师有针对性地对

此外，学校还结合学校幸福教育的特点，开设了“心韵”课程，聘请专业的心理指导老师，为学生上课。“心韵”培训课程，在“心”上用功，在“韵”上着力。“心韵”培训使学生幸福指数日益增长。

“心理健康在身心健康和整个学习活动中起着主导作用，我校会继续遵循学生身心发展的客观规律持续进行心理健康教育，秉承‘用爱关注学生成长、用情为学生心路导航，用心提升工作成效’的原则，让心理健康润物无声地倾洒到每一位学生的心田，让学生们健康、幸福地成长。”该校校长楼美刚如是说。

巍山第一小学教育集团巍山校区



国红，该校“竹娃”们一边感受着节日的喜悦，一边接过校长的祝福，走过“虎虎生威”门，踏进阔别一个假期的校园，欣赏着假期里同学们的作业，玩着冰壶游戏，还能和“冰墩墩”“雪容融”进行合影。

“这是我的寒假作品，假期里我和爸爸翻阅了好多资料，我选择推荐我们的‘江南霸王’赵松庭。”三（3）班赵昕诺表示。

据悉，为了让寒假变得充实有意义，该校德育处创新作业类型方式，布置适合学生自主完成的探究性、实践性、体验性、创新性寒假作业。在开学前将这些作业收齐，根据一二年级的灯笼、三四年级的好书推荐、五六年级的“五德人物”海报，布置了寒假作业展区，供全体学生观赏学习。

白甘井小学

趣识五谷 珍惜粮食

□通讯员 黄玲

小米、黑米、黄豆、绿豆、山药、南瓜、芋头等五谷杂粮一字排开，好一番丰收的喜悦。16日上午是春季开学的日子，白云实验甘井小学操场上出现了许多粮食，孩子们正在进行“趣识五谷 珍惜粮食”的通关活动。

通关活动共分为三关——识粮食之谷物类、识粮食之豆类、识粮食之薯芋类。每一类共展示4种实物，学生随机说出其中2种的名称和食用方法即为过关。过关后可以在红包墙上抽取红包，获得对应的五谷。

“我抽到了绿豆，今天回去让妈妈煮绿豆汤”“我抽到的是糯米，可以烧糯米饭”……五（2）班的孩子们聚在一起，讨论着自己抽到的红包，一脸的兴奋。

“双减”政策下，甘井小学非常注重对孩子的素质教育。“让学生了解粮食的种类和重要性，能更好地传承和弘扬中华粮食文化，体会粮食来之不易，并进一步了解珍惜粮食的重要性。我们利用开学报到的通关活动，增加孩子的责任感和使命感。”该校少先队辅导员何晨展介绍说。



扫二维码 边看边聊

