

太原市万柏林区第三中学

# 开展“学习党的二十大精神 争做好队员”系列活动

科学导报讯 为帮助大家深入学习党的二十大精神，深刻领悟“两个确立”的决定性意义，增强“四个意识”，坚定“四个自信”，做到“两个维护”，太原市万柏林区第三中学于近日开展“学习党的二十大精神，争做好队员”系列活动。

各中队利用周一班会队会时间进行“学习党的二十大精神 争做好队员”主题班会

队会，辅导员带领全体少先队员，跟随红领巾讲解员一起学习党的二十大精神相关知识，从小立志向、有梦想、热爱党、热爱祖国，为实现中华民族伟大复兴的中国梦时刻准备着。

该校组织各中队少先队员参观党建基地，深入了解中国共产党以及党的二十大精神相关知识。少先队员们积极向党靠

拢，宣讲员向全校少先队员宣传党的二十大精神，高举思想的火炬，传递少先队员之声。

党的二十大精神标志着中国迎来了一个发展新节点，历史将翻开新的一页，并将描绘出一幅更加美丽动人的壮丽画卷。万柏林区第三中学全体少先队员表示将深入了解党的二十大精神的重要意义

(通讯员 贺智伟)

## 太原市杏花岭区享堂西街小学举办迎春分主题升旗仪式

科学导报讯 阳春三月，花木萌动，大地复苏。伴随着阳光的脚步，我们迎来了一段充满希望与憧憬的时光。3月21日是中国二十四节气的“春分”，为了迎接这一节气的到来，在这个万物复苏，鸟语花香的早上，太原市杏花岭区享堂西街小学三年级一班举行了以“春分好时节，莫负好时光”为主题的升旗仪式。

在升旗仪式上，三年级一班的同学化身春分节气播报员迫不及待地向大家普及了有关春分的传统习俗，介绍着自己的调查成果。春天是一幅画，春天是一首诗，春天是一首歌，它回荡在田园，回荡在青山绿水间。她们宛如一群为春天报信的欢快“小精灵”。女孩们用优美的舞蹈告诉大家，春天藏在桃花的芬芳里，用欢快的歌声表达内心的激情，用古诗呼唤我们，张开双臂拥抱美好的春天。

(通讯员 董瑞平)

## 太原市小店区正阳街小学校开展“好习惯成就好人生”主题班会

科学导报讯 叶圣陶先生曾说过：“好习惯的养成，一辈子受益，坏习惯的养成，一辈子吃亏，想改也不容易。”为孩子们养成良好的品格及生活习惯，近日，太原市小店区正阳街小学校开展“好习惯成就好人生”主题班会。

班会中，班主任讲述了行为习惯养成的重要性，让学生们切身感受自己行为习惯的偏差，激励同学们及时改正不良习惯。同学们讲述了身边事例，好习惯与坏习惯形成鲜明对比，让学生在比较中认识好习惯的重要性。最后，同学们纷纷踊跃发言，讨论生活中一点一滴的好习惯对自己的生活的积极影响，并倡议发起开始21天好习惯行为养成的活动。

“学校无小事，件件需认真。”对于学生行为习惯的培养更是没有小事可言，习惯的养成正是一件件小事中情绪体验的积累。在21天里，养成教育已初具成效，孩子们已经有了自我约束的意识，在日常学习生活中不断规范自己的言行。

学校始终将常规训练抓实抓细，让好习惯融入学生日常生活的点点滴滴，助力孩子们扣好人生的第一粒扣子!

(张敏 李丽)

## 太原市迎泽区桃园南路小学举办“廉洁清风洒满校园”主题校会

科学导报讯 为推进“清廉文化进校园”活动深入开展，进一步加强校园文化建设，营造倡廉洁的校园文化氛围。3月20日，太原市迎泽区桃园南路小学开展了“廉洁清风洒满校园”主题校会。此次校会让学生懂得了廉洁从我做起，从小事做起，记住无功不受禄的大公无私和无私奉献的精神，将清廉精神具体化。

校会一共分为三个环节，首先由主持人讲解清廉的含义及其所包含的范围；其次由清廉文化助推员将清廉含义具体化、明确化，让每一位小学生明白作为一名小学生应该如何清廉，让清廉不再只是一个概念；最后将清廉文化编成歌谣并以手势舞形式展示出来，调动学生积极性，将清廉文化熟记于心。

通过这次活动，全校同学认识到清廉是美德之一，受人爱戴；清廉是大公无私的表现；清廉可以抵制物欲横流；清廉关系着国家的前途和民族的命运，使敬廉崇洁真正成为学生成长中的人格伴侣。对于培养学生正确的价值观和高尚的道德情操具有深远的意义。

(通讯员 王楠)

太原市小店区刘家堡乡中心校东里解小学

## 组织开展“爱路护路”主题活动



科学导报讯 为进一步提升学生爱路护路意识、交通安全意识和自我保护意识，营造良好的“知路、爱路、护路”氛围。3月20日，太原市小店区刘家堡乡东里解小学开展了“爱路护路”主题教育系列活动。

学校结合实际通过国旗下讲话、召开主题班会、制作主题小报、录制宣传微视频等方式，组织学生开展爱路护路教育活动。教育学生不在公路、铁路上玩耍、遵守交通规则，不摆乱放路障，不攀爬列车，不破坏铁路设施，不做危害列车运行的任何

事情。

针对小学生好奇心强、贪玩、预防灾害意识淡薄的心理特点，班会活动中，班主任结合生活实际，宣讲了道路安全常识、经典案例、法律法规等知识。同时，重点针对在道路周边玩耍、横穿马路所引发的一些安全隐患进行讲解，并通过播放宣传视频，具体形象地将铁路安全知识和注意事项渗透到学生心中，希望学生们牢记道路安全常识，争做一名合格的爱路安全小卫士。

学生们通过绘制精美的手抄报、录制宣传微视频等，以自己的理解和方式呼吁大家爱路护路，提高交通安全意识和自我保护意识。

爱路护路，人人有责！教育之路，贵在持之以恒。东里解小学多管齐下，为继续做好道路安全知识的宣传打下了深厚基础。今后，我们将继续努力，更实、更细、更全面的做好道路安全知识的宣传工作，让更多的人加入知路、爱路、护路的队伍!

(网易山西 张敏 李丽)

太原市万柏林区外国语小学

## 全校中层和全体党员学习总体国家安全观

科学导报讯 为落实好安全办8号文件通知精神，为强化理论武装，夯实建设更高水平“平安校园”的思想根基，太原市万柏林区外国语小学于3月22日下午，组织全校中层和全体党员开展《习近平总书关于总体国家安全观、安全生产、应急管理、防灾减灾工作重要论述摘编》的学习。

校长郝润瑛首先讲述了学习《论述摘编》的重要意义，《论述摘编》六个专题。认真学习习近平总书记关于总体国家安全

观、安全生产、应急管理、防灾减灾工作重要论述，教育党员干部坚持两个至上，坚守底线思维，准确把握校园安全稳定基本要求，全力推进建设更高水平平安校园具有重要指导意义。

随后，郝校长带领大家学习了坚持总体国家安全观，向在座的老师阐述了总体国家安全观的基本精神、基本内容、基本方法、基本要求，我国国家安全面临的挑战以及维护国家安全的必要性，明确了坚持总体国家

安全观，是习近平总书记新时代中国特色社会主义思想法治思想的重要内容，维护国家安全是每名教师应尽的义务与责任。

到会全体教师认真聆听，并积极做好笔记，表示要把学习《论述摘编》作为一项政治任务去落实，把学习内化于心，外化于行，在学习上先一步、认识上深一层，切实发挥表率作用，形成工作合力，进一步提高校园安全管理能力水平。

(通讯员 高贵凤)

太原市迎泽区文新小学在升旗仪式上

## 发出“小手拉大手 共创文明太原城”倡议

科学导报讯 为了贯彻清廉校园建设工作的精神，认真落实好“清廉校园”建设工作，3月20日上午，太原市迎泽区文新小学举行了“清风拂校园，廉洁润心田”主题升旗仪式。此次升旗仪式由二年二班担任。

英姿飒爽的护旗手们，迈着坚定不移的步伐，正昂首阔步向我们走来。伴随着庄严的国歌，五星红旗冉冉升起，迎风飘扬。全体师生凝望着国旗，唱响国歌，爱国主义情感在心中升腾。

学生代表李博阳、于静瑶在国旗下讲话。从古至今，有多少清正廉洁、务实为民

的清官廉吏受到百姓的崇敬与爱戴，他们的形象深入人心，他们的故事久久传颂。无论历史如何变迁，无论时代怎样发展，廉洁清正永远是时代的呼唤，勤政廉政永远是人民的期盼。

廉是一种高尚的情操，粉骨碎身浑不怕，要留清白在人间。明朝的于谦一身正气，两袖清风。一首《石灰吟》被人传诵至今。二年二班带来的诗歌表演《石灰吟》，给大家带来了视觉盛宴。他们精神抖擞、情绪饱满，声音整齐洪亮，铿锵有力，清正廉洁的呼声响彻校园。

随后，周若溪向全体师生宣读了

“小手拉大手，共创文明太原城”的倡议。希望大家携起手来，将“文明”的种子带回家，带回社会，播种发芽，共同形成凝心聚力争创全国文明城市的强大合力。

“少年兴则国兴，少年强则国强”，学生应该坚持从小事做起，从点点滴滴做起，把廉洁、诚信、公正、俭朴等优良品德的养成，贯穿于学习、生活和为人处事的一言一行中去。人人做廉洁文化的学习者、廉洁文化的实践者、廉洁文化的传播者，与廉洁同行，做最好的自己!

(通讯员 李佳)

## 太原市杏花岭区三桥街小学三年级三班举办爱国主题升旗仪式

科学导报讯 风吹新绿草芽绿，雨洒轻黄柳条湿。在这生机勃勃的早春时节，太原市杏花岭区三桥街小学举行了庄严的升旗仪式。

三年级三班的红领巾们自豪地承担了此次升旗仪式。护旗手高浩轩、赵敬璋、邢宇涵、芦玉涵、冯非凡、李杨晋晋昂首阔步将国旗护送至升旗台，升旗手范铠华、杜睿琳庄严肃立，在国歌声中缓缓升起国旗。

全校师生仁立在校园中，向着晨光中的五星红旗敬礼。国旗冉冉升起，爱国情怀在每个人的心中激荡复又沉淀，深深扎根在心底。

少年强则国强，少年进步则国进步。习近平总书记曾寄语广大少年儿童：“当代中国少年儿童既是实现第一个百年奋斗目标的经历者、见证者，更是实现第二个百年奋斗目标、建设社会主义现代化强国的生力军。”三年级三班的同学们牢记习总书记“绿水青山就是金山银山”的嘱托，在国旗下向全校师生做了《森林，我们的伙伴》的演讲，号召大家从身边做起，从小事做起，保护森林，保护大自然，共同创建美好的家园。

五星红旗高高飘扬，爱国情怀牢牢扎根。这次升旗仪式激励着三年级三班的每一位同学顽强拼搏，从现在做起，从自我做起，做一个心系祖国、文明礼貌、勤奋好学的少年儿童。

(郝艳)

## 太原市万柏林区泰华实验小学红领巾讲解员宁焯瑶作读书日宣讲

科学导报讯 腹有诗书气自华，最是书香能致远。读书就是在和最崇高的人“对话”，读书是一种心灵的“旅行”。联合国教科文组织设立4月23日为“世界读书日”，它设立有什么意义？为什么会专门为读书设立这样的日子？请听太原市万柏林区泰华实验小学红领巾讲解员宁焯瑶为您讲述。

各班教室设立读书角，书籍来自孩子们的募捐，课间可以借阅浏览。

“欲遂平生志，勤向窗前读”。多读书，读好书，善读书，学子们在阅读中精进，在博览中成长，将一个“腹有诗书气自华”，不负自己，不负时代的好少年。

手捧书籍，就是手捧希望；开卷读书，就是打开世界之窗。把握今天，用知识来武装自己，为精神打底，为人生奠基；亲近书本，与经典为友，与博览同行，汲取知识的灵气；遨游书海，享受读书的快乐，享受生活的快乐。

(通讯员 牛娜)

## 太原市小店区育杰小学教师杜俊生进社区作心理健康专题讲座

科学导报讯 为推动“家校社共育”工作，让学生远离焦虑情绪，培养良好学习习惯。3月14日上午，太原市小店区育杰小学教师杜俊生走进金东中环城社区。

讲座期间，杜老师首先对“什么是焦虑症”进行了深入讲解。焦虑是一种情绪，当有些人表现焦虑、恐慌和紧张情绪，感到最坏的事即将发生，常坐卧不安、缺乏安全感、整天提心吊胆、心烦意乱、对外界事物失去兴趣等严重恐惧焦虑情绪时，就需要治疗了，有焦虑性障碍患者的焦虑往往是一种预期性焦虑。

随后杜老师还对如何预防焦虑症做出了详细讲解。预防焦虑症可以使用三个小方法：①积极的自我暗示。当自己有焦虑情绪时，给自己强有力的自我暗示，如“我能行”“我一定能够成功”“我看好我自己”等，进行自我暗示，增加自信克服焦虑。②情感宣泄。情绪宣泄是缓解压力的重要手段，可以尝试把自己的紧张、焦虑讲给亲人朋友，或者找一个适宜的地方大声哭或者大笑，来宣泄内心的忧郁，又或者听一听音乐也是缓解内心焦虑的重要方法之一。③冥想。闭上眼睛去想象身上的紧张所在，用一种符号来代表你身体体验到的紧张和焦虑，用另一种符号来代表放松的情感，这样两种符号相互作用，从而消除紧张。

紧接着，杜老师又对“如何改善孩子的学习方法”进行了讲解和建议。

杜老师讲到，孩子的好习惯，积极性格，专注力，是孩子健康成长不能忽视的三个重要因素。

- 一、养成好习惯。
- ①生活习惯：良好的作息规律，自己的事情自己做。
- ②行为习惯：自尊自爱，诚实守信，遵守纪律，严于律己，礼貌待人，勤劳简朴，孝敬父母。
- ③道德习惯：微笑待人，为父母做一些事情，主动打招呼、说到做到、团结集体、用过的东西放回原处、使用别人的东西要经过别人的同意等。

- 二、塑造积极性格。
- ①认真对待孩子的要求，合理要求要重视。
- ②给孩子选择的机会，帮助孩子独立思考，不要把自己的想法强加在孩子身上。
- ③偶尔让孩子当家，让孩子感觉自己被需要，增强孩子的自信心。
- ④给孩子自由的空间，全身心地放松，做一个骄傲的自己。

三、训练无意注意 谁家的孩子就像谁，谁教出来的学生也像谁，孩子们的一举一动，一颦一笑。几乎都来源于身边人的感染，不管是家长还是老师，一举手一投足，都要做孩子的榜样。修身养性，为孩子们做好引路人，树好风向标。

该校相信，在学校、家庭、社会的共同努力下，孩子们一定能够远离焦虑，养成良好习惯，健康快乐成长!

(通讯员 胡万梅 冯颖娟)