

“双减”政策落地后,上海中小学校纷纷引入社会资源,让3点半后的校园焕发生机

“开门办学”,在课后服务上下足“绣花”功夫

■本报记者 张鹏

放学铃声响起,徐汇区中小校园里,传来稚嫩而婉转的昆曲唱腔。优美的唱词、精湛的动作、精巧的服饰……在上海昆剧团老师们的指导下,孩子们从唱、念、做、打四项基本功学起,个个有板有眼。

在普陀区洵阳路小学,不少学生每天放学后,总会主动围在非遗传承人朱由标的身边,拜师学艺。随着“朱氏绳艺”走进校园,孩子们在动手实践中感受非遗之美。

这个学期,“双减”政策落地,为营造良好教育生态注入新风。如何让更多中小学生在课后服务时段学到真本领、提升获得感?在沪上,不少中小学校纷纷“开门办学”,通过引入周边社区、高校、艺术团等社会资源,在课后服务内容上下足“绣花”功夫,让每天下午3:30后这段校园时光区别于传统课堂教学,焕然一新,焕发生机。

各路“大咖”入校,以美育人启智润心

“学了武术之后,遇事我变得更加勇敢、果断,做事也更加有劲儿了!”这学期,杨浦区三门中学预备年级学生李牧逸参加了课后服务时段的武术项目。经过近一个学期的锻炼,老师和同学明显感到,这个原本含蓄内向的女孩正在改变。李牧逸的武术老师来自上海体育学院。而在三门中学,通过引入上海财经大学、上海体育学院等周边高校的优质资源,学校已为学生们提供了近30项内容丰富的课后服务项目。

杨浦区高教资源丰富,牵引各路“学术大咖”走入中小学课后服务的课堂,已成该区的一道亮丽风景。去年底,杨浦区就与复旦大校区联动,启动大中小学一体化专业化课后服务支持体系,来自复旦大学的17位教师将深入杨浦区中小学课堂,研发形成课后服务资源包,丰富课后服务内容。

在徐汇区,依托区内丰富的文化资源,昆曲、越剧、京剧等“艺术大咖”也纷纷走进校园,为学生们打开艺术之门,



①嘉定区新城实验小学教师在课后服务时段开设纸艺课程。②课后服务时段,西南位育中学引进专业资源,组建越剧社团。

制图:冯晓瑜

以美育人,通过美育熏陶启智润心。

“越剧美在吴越文化,尚在海派文化,成在红色文化。”西南位育中学通过引进上海越剧院专业资源,组建了越剧社团。在课后服务时段,同学们沉浸在这份浓厚的文化氛围里,举手投足间都是优雅古韵。一个唱段演绎完后,越剧院的老师会悉心指点同学们的唱腔,包括起声的咬字、字中的发音、转音的音律,

逐渐培养出一群小戏迷。而在学习越剧《玉兰颂》《少年行》《客从远方来》的过程中,中学生更是感受到越剧的古典韵味、清新雅致,渐渐理解了中国人情感表达的含蓄与内敛,不仅提升了自己的审美情趣、艺术修养,更加深了自己对国粹的喜爱之情,对中华优秀传统文化的认同感和自豪感也日益增强。

“同学们看,一根简简单单的绳子

可以做出不同造型、不同作用的艺术品。”从这个学期开始,非遗传承人朱由标多了不少“小徒弟”。“朱氏绳艺”在2011年入选第二批普陀区非物质文化遗产名录,历经朱氏家族130多年的传承和发展,最终形成了具有东方文化韵味十足的“绳”造型艺术品。朱由标是“朱氏绳艺”第三代传人,在普陀区洵阳路小学,越来越多的学生在课后服务时段通

过朱由标的讲授和展示,对传统民俗文化产生了浓厚的兴趣,并纷纷利用自己的课余时间钻研更多民俗文化知识。

家校协同育人,提升课后服务能效

正如不少教育界人士所言,“双减”

并非一减了之,做好课后服务这道“加法题”,不仅需要家长在育人的理念上予以充分支持,更期待家校共同联手,共建、共享教育新生态。

在长宁实验小学,下午3:30,随着课后服务时间的临近,孩子们早已迫不及待地朝教室外张望着。“噢,来了,糖果妈妈身披斗篷,手拿魔法棒来了!”每周五的课后服务时间,是“故事妈妈”开讲的时间!

“故事妈妈”是长宁实验小学的家校协同育人特色活动。在“双减”背景下,学校邀请家长志愿者共同参与课后服务,并带动集团内的其他学校家长走进校园。在长宁实验小学资深“故事妈妈”的全方位培训下,威宁小学的“豆爸豆妈”也在课后服务时间走进教室,以优秀绘本故事为教育载体,通过生动演绎故事的形式,让孩子在愉悦的气氛中获得感悟,逐步体会和领悟故事中蕴含的道理和价值。

如今,周五的课后服务时间,长宁实验教育集团的教室里总会传出娓娓道来的讲故事声。一批服务热情高、服务能力强的家长参与课后服务,家校共育逐渐形成合力,让课后服务的能效得到提升。

金山区石化第一小学在课后服务时段开展十全“石”美主题石绘活动,孩子们在石头上的一笔一画进行构思和创作。活动采用“线下+线上”的评价方式。线下,学生的石画作品在校内进行展示,接受同伴们的点评;线上,学生、家长及教师共同参与作品投票,近万人次参与投票,激发了学生的学习积极性。

新年伊始,上海对外经贸大学为师生送上冬日暖心福利

“校湖”开捕,食堂摆出“全鱼宴”

本报讯(记者吴金娇)辞旧迎新的日子,年年有余是个好兆头。这两天,上海对外经贸大学松江校区的思源湖成了“网红”。原来,学校后勤处食堂工作人员组建了“捕鱼小队”,从湖里捕捞大鱼,并做成美味佳肴端上了食堂餐桌,供全校师生免费享用。如此暖心操作,瞬间在朋友圈刷屏。剁椒鱼头、鱼头汤、红烧鱼、清蒸鱼……前阵两天,上海对外经贸大学松江校区学生一食堂一楼摆出了“全鱼宴”。为满足不同学生口味需求,食堂大厨花式烹饪,做出多道精美菜肴。

记者从该校获悉,为捕捞新鲜的大鱼,早在今年元旦小长假的最后一天,后勤人员就撒下渔网。新年的第一个工作日,上午九点,“捕鱼小队”的成员们正式出动,穿着救生衣、防水服,到思源湖里捕鱼。让大家欣喜的是,当天捕获的头鱼就重达40斤。昨天早上,“捕鱼小队”再次出动,捕获的“鱼王”重达53斤,长达1.2米。

这些大鱼由该校每年专门放置鱼苗养殖在思源湖中,而今年也是思源湖第一年开捕。正逢冬季,在学校食堂免费享用热气腾腾的“全鱼宴”,学子们的满足感和幸福感爆棚。有学生还在学校官微留言:“思源湖的鱼都上岸了,考研的学长学姐们也一定能‘上岸’。”还有“吃货”品鉴完毕,给出五星好评:“剁椒味的最好吃!”更有学生家长按捺不住激动的心情,向学校表示感谢:“女儿最喜欢吃鱼,感谢学校让女儿免费吃鱼!”

进入冬季,全国多所高校“校湖”相继开捕,请师生免费吃鱼。扬州大学扬子津校区内的明月湖捕捞出2000多斤鱼,近万名师生吃到了免费鱼肉或鱼汤。



▲上海对外经贸大学食堂免费提供的“全鱼宴”。

▶后勤处工作人员正在捕鱼。

制图:冯晓瑜

上海研发世界首款单孔双通道脊柱内镜系统

消减患者对脊柱手术的顾虑,创伤大幅减小

镜只有一个手术操作通道,每次仅能使用单个手术器械进行操作,稍显笨拙,效率也低。

如何在满足手术操作安全、灵活、空间等诸多要求的同时又能完成高难度的复杂手术?2016年起,贺石生团队开始研发新型“V形双通道脊柱内镜系统”。历时五年、历经十几次改版,最新版“V形双通道脊柱内镜系统”孔径仅2.6毫米,设计有两个通道,可以全程、实时监视手术操作,更安全、高效地完成多种高难度手术。

“传统脊柱内镜做手术,如同用牙签吃菜,只能

浅尝辄止,V形双通道脊柱内镜系统做手术,好比用筷子夹菜,灵活性、有效性大大提升。”贺石生补充,对于超重、高龄等特殊患者而言,这套系统有其独特优势。它可以在不增加创伤的前提下很好地完成神经松懈、镜下椎间融合等操作,有效解决此类患者病痛的同时,又可减少手术创伤,降低术后疼痛,缩短恢复时间。

贺石生介绍,目前该技术已应用于实际临床治疗,近200名患者受益,手术时间明显缩短,手术费用降低近30%。

本报讯(记者李晨琰)担心脊柱手术创伤大、效果差?上海市第十人民医院骨科团队给出中国原创创新答案。由该院骨科主任贺石生教授牵头编撰的《V形双通道脊柱内镜技术》正式出版,这一具有完全自主知识产权、国际上首款单孔双通道脊柱内镜系统有望进一步丰富骨科医生“武器库”,为脊柱疾病患者提供最优解决方案。

研究发现,80%成年人遭受慢性脊柱疼痛的困扰。随着生活方式的改变以及人类预期寿命的增长,脊柱疾病的发生率正逐年上升。近20年来,脊柱内镜技术引领着微创脊柱外科的飞速发展,各种手术和工具层出不穷,但具体到临床手术仍存在许多不足。

贺石生介绍,传统椎间孔直径为8毫米,包括手术操作通道、成像系统、光源、水流灌注等结构,手术操作空间有限,只能使用特制、小巧的器械,难以处理较为复杂的脊柱疾病。此外,由于传统椎间孔

上海市质子重离子医院放疗进一步提质增效 单台设备年治疗量居全球之首

本报讯(记者唐闻佳)上海市质子重离子医院近日传来消息:2021年,该院质子重离子放疗进一步提质增效,单台质子重离子放疗设备年治疗量首次突破1000例,达1021例;其中,使用重离子或重离子联合质子的占76%,再创医院开业以来新高,并居全球同类质子重离子放疗机构之首。

据统计,2021年,上海市质子重离子医院患者单次平均治疗时间、平均治疗总时长分别较前一年降低20%、21%,单日患者治疗量保持在90人次左右,最高峰值达99人次。

在运用尖端放疗技术造福广大肿瘤患者的过程中,上海市质子重离子医院的服务效率持续跑出“加速度”。开业六年多来,医院治疗量达到第一个1000例

历时30个月,实现第二、三个1000例分别用了18.5个月、15.5个月;仅时隔12个月,医院治疗量又跃上4000例。对于自德国引进的质子重离子一体机,上海市质子重离子医院从“会用”到“用熟”再到“用好”,质子重离子放疗的“中国经验”日渐丰富、成熟。

结合“我为群众办实事”实践活动,上海市质子重离子医院聚焦肿瘤患者面临的“高、频、急、难”问题,持续强化服务意识、提升服务能效。针对部分胸部肿瘤、腹盆腔肿瘤患者因体重变化等因素导致CT复位后放疗计划调整概率较高的问题,医学团队经研究推出“肿瘤患者复位CT和放疗计划校验及修改流程优化”实事项目。该项目目前覆盖260例肿瘤患者,其中120例从中受益。

教育部等四部门印发通知要求 开展高水平公共卫生学院建设

本报讯(记者吴金娇)近日,教育部、国家卫健委等四部门印发《关于开展高水平公共卫生学院建设的通知》(以下简称《通知》),要求深入推进新医科建设,并明确提出:经过10年左右时间,建成若干所具有中国特色世界一流水平的公共卫生学院,形成适应现代化公共卫生体系建设的高质量教育体系。

《通知》要求,构建公共卫生人才培养新范式,加大多层次多类型公共卫生人才培养力度,改革创新公共卫生人才培养模式。要健全本科、硕士、博士多层次人才培养体系,加快培养能在突发公

共卫生事件和重大疫情应急处置中“一锤定音”的领军人才等。通知强调,要提升学术型博士生的理论水平和原始创新能力,加快培养具有高水平科研能力的专业人才。同时,强化学生病原学鉴定、传染病防控和公共卫生应急等知识能力培养,提升学生疫情形势研判和传播规律研究、现场流行病学调查、突发公共卫生事件处置等能力。

《通知》提出,要建设公共卫生科学研究新高地,搭建高水平公共卫生研究平台,推进公共卫生多学科交叉研究。

寒假期间严厉打击变相违规培训

本报讯(记者吴金娇)近日,教育部召开视频会议,研究部署期末和寒假期间有关工作任务。

寒假期间是巩固校外培训治理成果的关键期。会议强调,各地在寒假期间要严格落实日常巡查,广泛接受社会监督,对发现的违法违规培训行为依法依规严肃处理,做到令行禁止,严防严防义务教育阶段线下学科类培训机构违规开班、面向3至6岁学龄前儿童的培

训、非学科类培训机构以“素质拓展”“思维训练”等名义超范围开展学科类培训等问题发生,严厉打击以“家政服务”“众筹私教”“研学”等名义进行变相违规培训。

会议要求确保学生过重作业负担和校外培训负担、家庭教育支出和家长相应精力负担一年内有效减轻的目标圆满完成。

《高价回收茅台酒全国征集》 2020-2000年原庄 3500-11000元/瓶 高价收(申城外滩茅台3万) 《老茅台带棉纸保存完好8万起步》 《2012年-2003年黄盖瓶茅台1万-6万元》 《1989-1980年原庄 36000-63000元/瓶》 《1999年国庆五十周年纪念茅台面谈》 《1979-1958年原庄 90000-158万元/瓶》 上海国华酒业向全国高价收购茅台酒,各种定制纪念酒(生肖羊、猴、鸡、狗、猪、鼠、牛、兔)八仙过海茅台套装,五粮液、郎酒、董酒等全国各名酒,日本轻井泽麦卡伦山崎雪威威士忌、高端红酒、洋酒。 地址:①上海市延安中路1111号延安饭店茅台文化收藏馆。 ②杨浦区本溪路169号国华陈年名酒收藏馆车站前。 联系人:136 8177 2699朱老师 活动至1月14号止 免费上门回收

酱卤猪蹄 肉多筋满 软烂好吃 传统工艺 老汤秘制 肉质软糯Q弹 鲜香可口 回味无穷 满满的胶原蛋白 500克/袋 今明后3天特价33元 在家小酌一杯,还是宴请亲朋都是不错的选择。 买3袋送3袋 每天限前100名 软糯可口的卤猪蹄是冬季吃进补的好选择,厂家推出“香卤猪蹄特惠购”活动,采取快递方式直接送到家,今明后3天3天工厂价直售仅66元/袋,一次买3袋送3袋,每袋6袋仅198元,每袋仅33元。整只大猪蹄每个重500克,6袋足6斤重,非常划算。独立真空包装,常温保质期360天,均为最新批次,可以放心购买存放,2组起免费包邮到家。 订购送货热线:400-871-3938 快递送到家 先收货后付款 付款码:阿士猪猪有限公司广告

兴业银行股份有限公司上海分行与中国信达资产管理股份有限公司上海市分公司债权转让暨债务催收联合公告 兴业银行股份有限公司上海分行(下称“兴业银行上海分行”)于2021年12月22日将对下列对公贷款债权转让给中国信达资产管理股份有限公司上海市分公司(下称“信达资产上海市分公司”),现兴业银行上海分行与信达资产上海市分公司共同发布公告,请下列主债务人及时向债权人信达资产上海市分公司履行还款及担保义务: 借款人名称 借款合同名称 担保人名 担保合同名称 贷款行名称 上海复同经贸有限公司 《额度授信合同》(EDFT2019001)、《流动资金借款合同》(63120200501001)、《流动资金借款合同》(63120200501002) 上海真恒贸易有限公司、陈莹 《最高额抵押合同》(ZDYFT2019001)、《最高额保证合同》(ZBZFT2019001) 兴业银行股份有限公司上海南外滩支行 注:债权基准日2021年11月3日的借款本金余额人民币70,000,000元,利息依法计算。 兴业银行股份有限公司上海分行 中国信达资产管理股份有限公司上海市分公司 2022年1月6日