

# “痛点突破课例+靶向备考策略”让教师握紧“破题密钥”

为深化课程改革，发挥学科引领作用，助力全市初中历史教师把握中考命题趋势，3月28日上午，汝州教研室历史教研员吴秋歌带领骨干教师团队走进阳光学校，开展历史复习观摩课暨中招备考培训会。此次活动以课例研讨和专题讲座为抓手，共探备考新路径。

活动聚焦两节中招复习观摩课，以“大单元整合”和“主题式探究”为特色，打破传统复习框架，展现历史学科育人价值。

市三中陈晓莉老师执教《农业的发展：从传统到现代的千年求索》，以“农耕文明-

近代困境-党的探索-当代使命”为主线，贯通中国古代史与现当代史。课堂通过文物图鉴、土地政策对比、乡村振兴案例等素材，引导学生从历史规律中提炼“粮食安全”“科技兴农”等现实议题，并以中考真题为载体，指导学生构建“史料实证-历史解释-家国情怀”的思维闭环。

汝州外国语学校王晓东老师的《中国近代化探索：破局与启示》专题课以中招真题为切入点，聚焦“洋务运动”“戊戌变法”等高频考点，通过“真题溯源-方法建模-实战迁移”设计教学，针对性突破学生普遍

存在的历史小短文“不敢写、不会写”的痛点。“学生怕写小短文，其实是缺方法、少支架。”王老师课后交流，“通过分解写作步骤、提供思维工具，学生完全可以‘无从下笔’走向‘言之有物’。”

活动第二环节，吴秋歌立足新课标与河南中招命题趋势，以真题为例指出命题呈现三大转向，从知识记忆转向学科思维考查，从单一史实转向大概念整合，从封闭答案转向开放表达，突出史料解读与观点论证能力；并针对2025年备考给出了建议，注重主题式复习，以“统一多民族国家发

展”“中国共产党百年奋斗”等大概念重构知识网络；注重跨学科融合，挖掘历史与地理、道德与法治等学科的衔接点；注重分层训练，针对不同学情设计基础巩固、能力提升、创新拓展三类任务。

本次活动以“痛点突破课例+靶向备考策略”双线推进，参会教师纷纷表示，将结合校情设计分层写作训练，帮助学生从“机械刷题”转向“思维进阶”，把“方法建模”“大概念整合”等理念融入日常教学，在深耕课堂中助力学生厚植家国情怀，培育历史担当。

李浩然 陈巧钰

## 市实验中学第十二期“培优名师大讲堂”开讲

3月27日晚，市实验中学“培优名师大讲堂”第十二期在该校多功能厅开讲。本次课程围绕土壤专题，通过生动案例和图形展示，将抽象的地理知识直观化。该校高一200余名优秀学子聆听了此次讲座。

专题讲座中，该校地理课名师史蕊一从土壤的组成与结构、土壤的形成影响因素和典型剖析三

个方面展开此次讲座。她首先从高考题引出本次讲座内容，接着以东北黑土、南方红壤等为例，剖析成土母质、气候、生物、时间、人类活动等要素对土壤形成的影响，结合高中教材重点解析“成土因素”考点。最后，史蕊一老师结合典型例题总结做题方法，对学生的学习方法进行指导。讲课过程中，史蕊一老师根据地理学科特点，图文结

合，引导学生思考知识在生活中的体现，指导学生总结积累做题技巧。同学们学习热情高涨，发言积极，现场气氛活跃。

此次讲座成效显著，学生反响热烈。许多学生表示，通过这次讲座，他们不仅对祖国五彩斑斓的土壤有了更多了解，也点燃了对地理学科的热情。

郭营战 丁增果

王寨乡胡庄小学

## 青蓝携手 书写温暖篇章

三月的风，携着新绿的希望拂过王寨乡胡庄小学的屋檐。在这个充满生机的季节里，王寨乡胡庄小学以“青蓝”为约，以“传承”为笔，共同书写了一段教育路上的温暖篇章。

3月12日至14日，一场题为“青蓝工程”的启动仪式在校园里举行。该校骨干教师与青年教师自愿、自由结对互助成长，采用“一带一”的形式，让更多的优秀、骨干教师发挥他们的经验和优势，同时也让更多的年轻教师借助这个团队快速成长。徒弟真诚鞠躬敬茶，表达了徒弟对师父的尊重和敬仰。学校负责人郑重嘱托师父们勇担“传、帮、带”之责，以匠心育桃李；勉励青年教师珍惜机遇，虚心求教，在教育的沃土上深耕不辍。

3月17日至21日，校园里悄然绽放着最美的风景：师父们俯身指导的身影，是晨光中不灭的灯塔；徒弟们凝神倾听的眉眼，是土壤里向上的新芽。一笔一画的教案修改，一言一行的课堂示范，

师父们以匠心守护初心，用经验点亮迷茫；而青年教师们则以虚心求教的姿态，将每一份建议化作成长的阶梯。教育的美好，正在于这无声的接力——你赠我以星火，我报之以繁花。

3月24日至28日，青蓝之约迎来最动人的回响：师父们走进徒弟的课堂，见证破茧成蝶的瞬间。那些曾被点拨过的教学设计，如今绽放出创新的光彩；那些曾被雕琢过的课堂语言，此刻流淌成智慧的清泉。评课环节中，真诚的赞美与恳切的建议交织，既是对成长的喝彩，亦是对远方的期许。

“青蓝工程，从来不止于一场仪式、一段指导，而是胡庄小学教育人永恒的承诺——以爱为舟，以志为帆，共赴教育的‘诗和远方’。”学校负责人表示，以鸿鹄之志立心，以春风化雨育人。胡庄小学的每一位教师，都能在这片教育的沃土上，播种李种春风，追光追梦追远方。

李浩然 郭新萍

汝州技师学院

## 劳动课变成实践课

## 校园焕发新生机

近日，汝州技师学院积极响应国家关于加强劳动教育的号召，将传统的劳动课程创新转变为实践课，让师生们在亲身参与中体会劳动的乐趣与价值，共同践行“劳动创造美好生活”的理念。

在校园内，一场别开生面的劳动实践活动正如如火如荼地进行着。不同于以往的课堂教学，这次的劳动课，老师们不再只是站在讲台上讲解，而是身先士卒，带领学生们走出教室，投入校园的美化工作中。

活动中，老师们手持扫帚、铲子，学生们也不甘示弱，有的拿起水壶浇水，有的弯腰拔草，还有的挥舞着抹布擦拭着校园的每一个角落。大家分工合作，干劲十足，现场一片热火朝天的劳动景象。

通过这次实践课，学生们亲身体验到了劳动的艰辛与快乐。他们深刻体会到，每一片绿叶的盎然、每一条道路的整洁，都是劳动者用汗水换来的。在拔草的过程中，学生们学会了耐心和细致；在浇水时，他们感受到了生命的滋养与成长；在打扫卫生时，他们明白了责任与担当。

此次劳动实践课的开展，不仅转变了传统的教学方式，让课堂变得更加生动有趣，还极大地激发了学生们的劳动热情和创造力。学生们在实践中学会了合作、学会了分享，也学会了尊重劳动、珍惜劳动成果。

“将劳动课变成实践课，是学校加强劳动教育的重要举措之一。通过这样的活动，学生不仅能够掌握基本的劳动技能，还能够培养勤劳节俭、自立自强的品质，为未来的职业生涯打下坚实的基础。”汝州技师学院相关负责人表示，今后将继续探索更多形式的劳动实践活动，让学生们在实践中成长、在实践中

创新，用双手创造更加美好的生活；将秉持“劳动创造美好生活，实践铸就未来辉煌”这一理念，继续前行，在劳动教育的道路上不断开拓创新，为培养更多具有劳动精神和技能的人才贡献力量。

李浩然 唐雷强

市骨科医院

## 开展义诊宣传活动 守护市民呼吸健康

3月24日是第30个世界防治结核病日，今年的主题是“生命至上 全民行动 共享健康 终结结核”。为普及结核病防治知识，提高市民对结核病的认知和预防意识，市骨科医院积极响应号召，于3月24日组织内科医护人员前往市标游园开展义诊宣传活动，为市民提供免费测量血压、健康咨询等服务，用实际行动守护市民呼吸健康。

活动现场，医护人员热情接待每一位前来咨询的市民，耐心细致地为他们测量血压，解答关于结核病防治的疑问，并发放结核病防治宣传资料。医护人员用通俗易懂的语言向市民讲解结核病的传播途径、常见症状、预防措施等知识，引导市民树立“早发现、早诊断、早治疗”的科学理念，消除对结核病的恐惧和歧视。“以前对结核病了解不多，今天听了医生的讲解，学到了很多实用的知识，也知道该怎么预防了。”一位前来咨询的市民说道。

“关注结核病，从我做起！结核病是由结核分枝杆菌引起的慢性传染病，可侵及许多脏器，以肺部结核感染最为常见。肺结核主要通过呼吸道传播，人人都有可能被感染。肺结核的主要症状是咳嗽、咳痰、痰中带血、午后低热、胸痛、食欲不振、疲乏和消瘦。不随地吐痰，咳嗽、打喷嚏时掩口鼻，戴口罩可以减少肺结核的传播。规范全程治疗，绝大多数患者可以治愈，还可避免传染他人。”市骨科医院疾控科主任姚素洁表示，医院一直高度重视结核病防治工作，积极参与各项公益活动，今后将继续发挥专业优势，开展形式多样的健康宣教活动，为提升市民健康素养、构建健康汝州贡献力量。

李浩然 闫方方

## 一场跨越国籍的治疗

与悲痛之中。

在外地治疗过程中，高额的费用让这个家庭倍感压力，虽然妻子给他交了医保，但报销只能缓解部分经济负担。同时，长时间的治疗需要家人的陪护，也增加了额外的生活成本。

在这艰难时刻，他在家人的陪同下，回到了妻子的家乡汝州，并慕名来到了市第一人民医院肝胆外科进行治疗。

不同的文化背景及语言，成了横在治疗路上的“小麻烦”。

为了能和M先生有效沟通，准确传达病情及治疗方案，该院肝胆外科治疗团队充分尊重个人意愿，通过简短常用的单词、简单的手势与直观的图片，反复向他及家人讲解病情，最终达到了病情及诊疗方



义诊现场

案的无障碍交流。

手术前，肝胆外科团队多次研讨，不放过任何一个细节，为M先生制定出最周全的手术方案，力求手术的安全稳妥。

手术如期进行。无影灯下，肝胆外科团队全神贯注，每一个操作都精准到位，团队成员紧密配合，紧张而有序。历经数小时的奋战，手术成功完成，大家悬着的心才稍稍放下。

尽管语言不通，但爱与关怀却是全世界通用的“语言”。

在该院肝胆外科护士长常莹珍带领下，护士们承担了精心照料的重任。她们及时观察患者生命体征，按时为患者进行换药，更换引流装置，指导拍背等。

考虑到饮食文化不一样，常莹珍查阅

相关资料，贴心地为M先生制定了符合他的术后饮食。医护人员的真诚和关爱，超越了语言的局限，让M先生感受到了身在异乡“非”异客的温暖。

在医护人员的共同努力下，M先生的身体逐渐康复。从起初的虚弱无力，到能慢慢下床活动，恢复正常饮食，每一点进步都凝聚着医护人员的心血和患者对生命的渴望。最终，在医护人员的共同努力下，M先生顺利出院，开启了新的生活篇章。

疾病无国籍，诊疗无障碍。一场跨越国度的治疗，一个让人欣慰的美好结局，见证了肝胆外科的专注与追求。该院肝胆外科团队以热情的服务、严谨的态度及精湛的医术，给这位国际友人带来了良好的就医体验，并赢得了他由衷的信任和赞许。

李晓伟 王文璐

## 警惕「果味」电子烟害人

□刘天放

据央视新闻客户端报道，在我国，法律明确禁止向未成年人销售香烟，其中也包括电子烟。但是近期不少家长反映，一种调配出各种水果口味的电子烟，通过各种隐秘的渠道，轻易被未成年人购买。这种电子烟因为味道清香会让孩子们放松警惕，不少孩子渐渐染上了烟瘾。

2022年，国家烟草专卖局发布《电子烟管理办法》，禁止销售可自行添加雾化物的电子烟等。随后，市场监督管理总局发布电子烟国家标准，电子烟强制性国家标准正式实施，从此，果味电子烟成为历史，电子烟市场迎来统一的交易平台，生产经营单位必须“持证上岗”……

然而，在上海、广东、湖南等地调查过程中，一些中学生告诉记者，同学当中吸果味电子烟的大有人在。公益性消费者服务平台——黑猫投诉的数据显示，2024年1月1日—2025年3月10日，以“电子烟”为关键词的总投诉量共350件，其中提及“未成年”“孩子”的占比达到16%，投诉问题排第一位的是非法出售，占比高达31%。

其实，在国家严厉打击后，果味电子烟（也称“调味电子烟”）实则多为黑作坊生产的“三无”产品，或从境外走私的产品，如今市场上甚至还有“上头电子烟”这类打着电子烟幌子实则是毒品的产品。这些非国标调味电子烟正在市场上悄然流行，特别受年轻群体的追捧。

对于已被禁售的果味电子烟，换个马甲仍通过各种渠道暗中售卖，继续充斥于市场害人，有的售卖对象甚至是未成年人。禁售果味电子烟，无疑是保护消费者免受侵害的一个重要方面。而对于违法生产和销售果味电子烟这类行为，必须引起足够重视，加大打击力度，揭开其“画皮”，使更多人认识到其危害，对胆敢触碰底线者，必须依法给予严厉惩罚。

电子烟监管涉及诸多部门，因此，相关部门一定要加大常态化执法力度，还要加大禁烟科普力度。家庭、学校、社会三位一体防护模式也要加紧构建。只有各方齐努力、形成合力，才能遏制电子烟“甜蜜”的诱惑。总之，警惕果味电子烟换马甲害人，才能更有效保护消费者尤其是未成年人的合法权益，免除果味电子烟造成的危害。

来源：河南日报



3月31日，春日融融，汝州市新时代精英学校的操场上正展开一幅生动的童趣画卷。一年级的孩子们手握五彩画笔在画纸上尽情涂鸦。据校方介绍，这种创新性的“艺趣课间”已形成特色教育实践。学校将传统课间活动升级为美育阵地，特别设置露天绘画区并配备专业画具，通过同龄人之间的色彩对话，不仅培养了孩子们的艺术感知力，更在协作涂鸦中建立起真挚的友谊。这种寓教于乐的教学探索，正生动诠释着新时代教育“润物无声”的美育理念。

宋盼盼 摄

市人民医院

## 健康科普作品喜获平顶山市金奖

在近日结束的平顶山市第六届健康科普能力大赛总决赛中，我市人民医院烧伤泌尿科选送的健康科普作品《烧烫伤急救五部曲》，成功晋级决赛并获得金奖。

此次比赛由平顶山市卫生健康委、平顶山市科学技术协会、平顶山日报社联合举办。大赛自2024年11月启动以来，平顶山市各级医疗机构积极响应并广泛参与，选手们精心筹备参赛作品，经过各县（市、区）及市直医疗机构的初赛选拔与推荐，我市人民医院参赛的作品从106件优秀作品中成功晋级，又从决赛的31件作品中成功拿下金奖。

该院泌尿烧伤科护士刘莹莹、尚迎亚以通俗易懂的语言，生动形象的图片和视频，向公众详细介绍了烧伤的分类、面对烧伤如何急救，避免自行处理造成二次伤害。同时，作品还通过真实案例，展示了正确的急救措施在挽救生命和减轻伤情中的重要作用。这套标准化急救流程以科学严谨、操作性强等特点，成为公众自救互救的“黄金准则”。

此次健康科普大赛，激发了该院医务人员投身健康科普工作的积极性和主动性，实现了该院锻炼一支科普“好队伍”、发掘一批科普“好作品”、打造一个科普传播“好品牌”的目标，带动了该院健康科普工作的蓬勃发展。

郭营战

汝州济仁糖尿病医院

## 举办济仁健康大讲堂

3月25日下午，汝州济仁糖尿病医院健康宣教主要阵地——“济仁健康大讲堂”在医院1号楼一楼学术报告厅举行。本次大讲堂以“科学管理，精准控糖——健康管理对糖尿病的重要性”为主题，吸引了众多病友、家属及医护人员的积极参与。

汝州济仁糖尿病医院慢病管理科科长赵素芳围绕糖尿病健康管理的核心要素，即科学饮食、合理运动、正确用药、精准监测，进行了深入浅出的讲解。她详细阐述了科学饮食的原则，包括吃饭种类、速度、温度、顺序对血糖的影响，以及如何合理搭配三餐等。同时，赵素芳还分享了运动时的注意事项与禁忌，指导大家如何合理用药，并介绍了现代化的控糖工具。这些实用的知识，在场的病友和家属受益匪浅。

宣讲过程中，赵素芳结合实际案例进行分享，使得健康教育内容更加生动、易懂。病友和家属们听得津津有味。

本次健康宣教活动，医院各病区、医教科、护理部、检验科、济仁康、影像科精心组织，密切配合。共有病友、家属及医护人员160余人参加。

李浩然 张帅强