

# 让德育之光照亮成长之路

——潞州区实验中学落实立德树人根本任务促进学生健康成长

为党育人、为国育才，育人为本、德育为先。德育是学校实施素质教育的灵魂，它贯穿于学校教育全过程和学生日常生活的各个方面，渗透在智育、体育、美育和劳动教育中。坚持“五育”并举，坚持家校社协同育人，全面落实立德树人根本任务，形成全员育人、全程育人、全方位育人，促进了学生全面、健康成长。

## 加强队伍建设 提升专业素养

班主任是沟通学校、家庭、社会的桥梁，是学生全面发展的引路人。多年来，该校始终把培育班主任放在学校工作的重要位置，通过召开工作例会、创新培训形式、采用副班主任管理模式等，着力打造“德智并济”的德育队伍。

强校先强师。针对班主任工作重点，该校定期举行班主任工作会议，对本班工作经验总结、提出困惑，然后针对问题展开交流，集思广益，共同解决难题；制订班主任培训计划，为班主任搭建学习平台，提高班主任专业素养，促进班主任专业发展；通过竞赛活动，激发潜能，让新老教师跳出舒适区，在互助和借鉴学习中快速成长；为有经验的班主任，配备得力助手，让有丰富经验的“老”班主任传授管理方法和心得，快速提升副班主任的综合素养与管理水平。

班主任是学校教育的骨干力量，承担着培养人、教育人的重要职责。为此，该校每周都会对主题班会、团体活动等德育活动进行安排部署；对校园卫生、学生仪容仪表、青春期心

理健康教育、班级考核等事项作具体说明；要求全体班主任在工作中明确班级发展目标，建立班级制度，对学生做到用心“多陪伴”，通过教育和管理真正引领学生健康成长。家长们欣慰地说：“孩子在家主动帮助做家务了，也懂得感恩了，看着孩子由内而外的变化，我们很高兴。”

教育大计，教师为本。该校通过多方面齐抓共管，积极推进班主任队伍建设与能力培养，逐渐形成“众人拾柴”之势，取得了明显成效。学校先后涌现出了蒯巍、延小平、任文玲、卢灿银、崔静雅、高婷婷、郭世世等多位优秀班主任。

## 推进课程建设 构建育人体系

提及课程育人，潞州区实验中学初中部主任张勇说：“在课程中落实德育，是德育途径中较难的。”那么，在完成国家规定的教学任务外，潞州区实验中学是如何克服难题，实现课程育人新突破的呢？

多年来，该校在落实课程育人工作方面作了许多探索，逐步形成了完善的“润德”课程体系，“润德”课程以其符合学生年龄特点的科学性，追求立德树人鲜明目标的指向性，融合传统文化和时代知识的包容拓展性成为具有鲜明教育特点的校级课程。在“润德”课程体系的框架体系下，初中形成了“智拓课堂”。

“课程育人是一场关于如何教学的变革，考验着教师的教育智慧。”张勇介绍，学校在原有课程基础上，利用语文、数学、体育等课程中丰富的

道德教育因子，潜移默化地对学生进行世界观、人生观和价值观的培育和引导。语文课上引导学生读作品、学人品；数学课上以科学家事迹激励学生坚韧不拔；体育课上以奥运健儿为榜样，勉励学生团结协作、勇于拼搏。各学科教师根据学科特点，将知识传授与道德情操的陶冶、良好习惯的养成相结合，使学生在学科学习中不仅掌握了知识，更在潜移默化中涵养了道德品质，形成了积极向上的观念。这种全方位、多角度的德育教育方式，为学生的全面发展奠定了坚实基础。

“如今各学校都在探索课程育人，我们的目标就是让课程、课堂成为德育主阵地，让每一位教师都成为德育老师。引导青少年‘扣好人生第一粒扣子’不能空喊口号，我们要为学生终身发展服务，将德育工作落实在课程中、实践中、活动中，实现立德树人目标。”张勇说。

## 丰富德育活动 促进全面发展

根据《中小学德育工作指南》，学校德育内容包括：理想信念教育、社会主义核心价值观教育、中华优秀传统文化教育、生态文明教育、心理健康教育。如何将这些内容有机融入德育工作？潞州区实验中学丰富的育人活动，颇有成效。

育人先育心。该校通过充分挖掘红色文化内涵，开展“中华诵读书演讲”“校园文化艺术节”“古诗词经典诵读”“爱国主题征文演讲比赛”“主题手抄报比赛”等精彩纷呈，具有民族自豪感和中华文化特色的活动，

使学生们思想得到浸润。将“五育”贯穿于“知国、爱国、兴国”“缅怀先烈”“运动会”“必成礼”“新生军训”“百日誓师大会”等多个主题活动，为学生健康成长筑牢了根基。

立人先立德。结合文化理念、培养目标，该校精心打造劳动教育基地，配备完善的劳动工具和安全设施，以年级为单位，向每个班级分配责任田，并根据季节变化种植了多种蔬菜和花卉，形成了“我劳动、我快乐、我光荣”的良好风尚；举办法治专题讲座、交通安全进校园等活动，让学生了解法律常识、提高安全意识，引导学生树立正确的人生观和价值观；以“阳光心理社团”“心理健康教育”为载体，培养学生积极进取的良好心态；采用家长委员会、家长课堂、家长会等方式，搭建家校互动平台，分享学生成长历程，解决家长教育难题，共同抓实学生养成教育。

春风化雨，润物无声。该校丰富多彩的德育活动，不仅让每个学生找到了属于自己的舞台，还辐射到学生的方方面面。潞州区实验中学校长张秋林说：“教育应是一扇门，只有推开它，才能给孩子带来自信和快乐。所以，我们要为学生提供更多的跑道，更要为学生提供更广阔的原野，为学生的品质人生奠基。”

品以立人，质以行远。德育工作是一项长期而艰巨的任务，潞州区实验中学将继续坚持以德育工作为先导，不断创新德育工作方法和内容，全力为学生营造良好的育人环境，让学生在良好的环境中健康、全面发展。（杜培武）



## 县前巷社区：急救伴青春 安全护未来

本报讯 11月20日，英雄中路街道县前巷社区联合长治市人民医院，为华北机电学校的青少年举办了“急救在身边，生命保安全”应急救护知识科普讲座。

讲座上，志愿者详细讲解了海姆立克法、心肺复苏术以及AED的使用方法，并通过真实案例、现场示范与实际操作演练相结合的方式，向青少年们传授了在面对突发事件时如何迅速反应，把握急救的“黄金4分钟”知

识。特别强调了要根据被救者的具体情况灵活施救，防止二次伤害。青少年们在志愿者的耐心指导下，积极参与心肺复苏急救演练，通过反复练习逐渐掌握了基本急救操作技能。

此次讲座有效提升了青少年的急救意识与急救能力，普及了心肺复苏等关键急救知识与技能，为社区安全保障工作筑牢了根基。（本报通讯员）

## 府秀社区：情暖寒冬 “救”在身边

本报讯 近日，太西街道府秀社区开展“安全过冬、情暖社区”冬季安全专项活动。

社区工作人员与志愿者们深入社区各个角落，发放冬季消防安全宣传彩页，悉心讲解消防安全知识以及用火、用电、用气的注意事项，特别提醒居民切勿私拉电线、违规飞线充电，保持楼道整洁无杂物，保障消防通道畅通无阻。

社区工作人员在入户走访过

程中，详细询问独居老人日常用电、用气状况，仔细检查电线插座与家用电器，排查老化漏电隐患，为老人们撑起一把坚固的“消防保护伞”，提升其消防安全意识与自救能力。

此次活动不仅增强了居民的安全防范意识，让安全理念深入人心，也为社区的安全稳定与和谐温暖奠定了坚实基础。（本报通讯员）

## 城隍庙社区：安全科普 防患未然

本报讯 为了增强新就业群体归属感、促进新就业群体更好地融入社区，近日，城隍庙社区组织辖区美团骑手小哥到社区公共安全科普馆进行参观学习。

活动中，社区工作人员结合科普馆内设施，为骑手小哥们详细讲解了火灾警示教育、消防安全常识、应急疏散逃生常识、反电信诈骗等公共安全知识，并现场演示灭火器使用、心肺复苏急救方法等。同时，针对外卖行业

电动自行车使用频率较高的情况，工作人员还结合电动车火灾案例，向小哥们重点讲解了电动自行车停放、充电注意事项，以及预防电动自行车火灾事故等安全知识。

下一步，城隍庙社区将继续开展丰富多彩的活动，为新就业群体提供更多的支持和服务，引导新就业群体主动融入基层治理，为基层治理贡献“新”力量。（本报通讯员）

## 邻里暖心活动室

# 点亮“微心愿” 提升“小幸福”

“没想到活动室这么快就建好了，真是为居民办了一件大实事”……11月14日，在英雄南路炉坊小区，“邻里暖心”活动室刚建成开放，马上就成为了居民们关注的焦点。

活动室位于炉坊小区香角巷路口，由一间闲置房精心改造，从而成为小区老年人休闲娱乐的场所。活动室虽然不大，但布置得干净整洁，暖气、饮水机、充电器、雨伞等物品一应俱全。屋内暖意融融，十几位老年人正在打牌聊天，享受着悠闲快乐的

时光。

炉坊小区有1000多户居民，人口达到5000多人，其中60岁以上老年人占比较高。小区地处繁华地段，提供给老年人活动的空间有限，想活动也只能去社区老年活动室。因此，能在家门口就拥有室内活动室成为不少老年人的心愿。

初冬时节，炉坊小区党支部在广泛听取居民建议的基础上，决定在小区附近创建老年人活动场所，以满足居民需求。

小区党支部书记宋忠平多次走访落实，经社区、物业部门多方协调，盘活利用小区闲置资源，对一间临街房屋进行改造升级，成为“邻里暖心”活动室。

活动室有了，很快暖气通了，饮水机装上了，桌椅板凳配齐了，墙上的展板做好了，扑克象棋备好了……其中大部分物品都是宋忠平和志愿者们自掏腰包添置的。

60岁的李翠花帮玩牌老年人端茶倒水，忙得不亦乐乎。活动室建立

后，她作为志愿者加入“邻里暖心”活动室的管理中来，为老年居民提供力所能及的照料。

“买菜能歇脚，闲了来玩牌，小区有了活动室，我们老年人的生活更丰富啦。”83岁的居民周冬莲说起活动室喜悦之情溢于言表。

活动室服务了小区居民，拉近了邻里距离。宋忠平告诉记者，今后小区党支部会在活动室举办各类便民服务项目，用实实在在的举措提升居民“微幸福”。（田彦君）

# 以款换款成为电诈帮凶

2023年4月，经吴某介绍，他操作妻子林某的银行账户，通过多个网贷平台进行贷款，并将所获得的款项经由吴某或者自己直接交给了为网络诈骗活动提供结算服务的上家陈某。而陈某（另案处理）则通过别的账户，将涉案资金转账到网贷平台用于归还叶某的借款。

通过这种“以款换款”的方式，截

至2024年6月案发，叶某、吴某协助陈某变现多笔资金，而叶某从中获利4000余元。

“和常见的‘掩隐’犯罪行为不同，叶某虽然没有提供银行卡用于转账，但他和吴某明知款项为网络犯罪活动所得，仍然伙同他人予以转移，其行为均应以掩饰、隐瞒犯罪所得罪追究刑事责任。”鼓楼区检察院承办

检察官表示。鉴于吴某、叶某自愿认罪认罚并退出全部违法所得，近日，吴某、叶某分别被法院判处有期徒刑六个月、缓刑一年，并处罚金八千元至一万元不等。（学习强国）



## 长治市潞州区民政局 关于公布整治殡葬腐败乱象专项行动 举报监督方式的公告

为纵深推进殡葬领域不正之风和腐败乱象的集中整治，进一步拓展违法违规问题线索收集渠道，现向社会公布专项行动问题线索监督举报方式及相关事宜如下：

一、整治时间  
2024年11月至2025年10月  
二、举报对象  
全区各级民政部门殡葬管理人员、公墓、骨灰堂等殡葬服务机构相关工作人员。  
三、举报内容  
全区民政系统殡葬领域危害群众利益及腐败乱象等相关问题，以及殡葬管理和经营过程中的违法违规线索。  
四、举报方式  
举报电话：0355-2189155  
电话受理时间：  
工作日 上午8:30-11:30  
下午15:00-17:30  
邮箱：740631127@qq.com  
通信地址：长治市潞州区延安中路61号区民政局（124室）

五、注意事项  
本监督举报主要受理殡葬领域不正之风和腐败乱象相关问题线索，其他信访事宜可拨打12345政务服务便民热线进行投诉反映。欢迎社会各界和广大群众积极提供问题线索，参与监督，所提供的线索应遵守国家法律法规，如实反映情况，不得虚构、夸大、歪曲事实，不得煽动、胁迫、诱使他人举报。举报内容应明确被举报对象信息、发生时间、具体问题等关键信息（请将

相关证据材料一并提交），并注明举报人真实姓名和联系方式。潞州区民政局将按照有关规定和权限及时受理、查处，并对举报人和举报内容严格保密，依法保护举报人合法权益。特此公告。

长治市潞州区民政局  
2024年11月20日

## 秋冬换季，嘴唇干燥起皮怎么办

每到秋冬换季之时，很多人的嘴唇便容易出现干燥起皮、唇纹加深的情况。有人会下意识地舔嘴唇、撕咬死皮，过度刺激嘴唇有可能导致唇炎。那么，为何季节交替时嘴唇状态较差？我们又该如何正确处理呢？

**“天生脆弱”的嘴唇**  
嘴唇皮肤较薄（厚度约0.5~4.0mm，皮下组织除外），只有身体皮肤厚度的1/3。此外，嘴唇没有汗腺、毛囊以及皮脂腺，只有一层薄薄的角质层直接覆盖在真皮上，无法自行分泌油脂和调节水分，这使得停留在嘴唇的水分非常容易蒸发流失。

秋冬换季之时，气候干燥，加之嘴唇没有汗液和油脂的保护，我们的嘴唇对干燥的空气、大风、低温环境等会特别敏感。因此，在换季之时很多人的嘴唇会干燥起皮，甚至皲裂出血。

**处理起皮的错误方式**  
错误的处理方式可能导致唇部疾病，常见的处理起皮的错误方式有以下两种。

**舔嘴唇**：一部分人为了保持嘴唇的湿润，会经常伸舌头去舔。舔嘴唇后，唾液中的水分会快速蒸发，带走嘴唇本来就不多的水分。不但无法让嘴唇持久保持湿润，还会使嘴唇越舔越干，甚至导致唇炎。

**撕咬死皮**：不论用手撕还是用牙咬，力度都难以控制。死皮连着新皮，稍微用力就可能造成破皮流血，甚至增加感染的风险。

### 科学护唇有讲究

换季之时尤其要注重嘴唇护理，保养嘴唇需要从多个方面入手。

**忌撕咬**：嘴唇娇嫩，干燥起皮之后可采用热毛巾湿敷，待死皮软化后，再用干净、柔软的工具（如棉签）轻轻去除死皮，最后涂上润唇膏保湿。若不能很好地去除死皮也不必着急，因为嘴唇皮肤具有修复能力，死皮会自行脱落。

**选对润唇产品**：正确选择润唇膏或润唇油非常重要，不同成分发挥的功能不同。比如透明质酸钠、神经酰胺、角鲨烷等成分有助于修护皮肤屏障；蓖麻油、霍霍巴油、凡士林等封闭剂具有良好的锁水能力；尿囊素、维生素E等成分具有很好的滋润效果。此外，我们在使用润唇膏时，要按唇纹排列方向竖向涂抹以覆盖所有皮肤。

**日常养护要到位**：日常生活中要注意作息规律，营养均衡，及时补充水分。尽量少抽烟、喝酒，少吃辛辣、刺激性的食物，避免长期日晒引起日光性唇炎。

需要注意的是，嘴唇起皮除了与干燥有关外，还可能与一些疾病有关，如口腔扁平苔藓、盘状红斑狼疮等，出现症状后一定要及时处理，尽快就医。

