

密集开展校园招聘活动 深入挖掘市场化就业岗位 持续推送就业能力提升课程

我区多措并举力促毕业生充分就业

本报讯(记者 王中宙)为千方百计促进内蒙古自治区2023届高校毕业生更加充分和高质量就业,自治区教育厅组织开展了以“就业向未来 建功新时代”为主题的内蒙古自治区2023届毕业生校园招聘月系列活动,以及持续推出区域性行业性等专场招聘活动、访企拓岗促就业专项行动、就业育人主题教育等活动,引导高校毕业生积极求职、尽早就业。

密集开展校园招聘活动。自治区教育厅先后会同自治区工商联、自治区妇联、浙江省人力资源和社会保障厅以及中国银行内蒙古分行

等部门,联合举办“民营企业百日招聘”“女大学生专场”“长三角地区专场”和“金融行业专场”等大型网络招聘会8场,累计参会企业4066家,提供就业岗位60余万个。邀请内蒙古正大有限公司等13家优质企业,开展“硕博毕业生专场直播带岗招聘会”,提供就业岗位450个,参会毕业生2.9万余人。同时,组织全区各高校开展专场招聘会、直播带岗及宣讲会等各类招聘活动数百场,为毕业生提供优质岗位资源。

深入挖掘市场化就业岗位。自治区教育厅持续统筹推进高校书记

校长访企拓岗促就业专项行动,千方百计开拓就业市场,深挖更多适合于高校毕业生的就业岗位,要求各高校将院系领导班子访企拓岗纳入专项活动,确保在稳定原有合作关系的基础上进一步扩大走访范围。

持续推送就业能力提升课程。自治区教育厅重点围绕就业形势、生涯规划、求职技巧、心理调适方向等开展“就业指导云上直播课堂”“大学生就业能力提升”等就业育人系列活动15场次,持续开展大学生基层就业和参军入伍典型事迹展映等活动,引导学生树立正确的学业

观、就业观和择业观,有效缓解“缓就业”“慢就业”“不就业”等现象,参与学生达56.25万人次。

截至目前,针对2023届高校毕业生共组织举办专场招聘等活动159场,1万余家用人单位累计发布岗位近117.59万个。组织全区各高校书记校长及院系领导班子累计走访企业135家,针对2023届毕业生开发岗位3574个。依托“内蒙古24365大学生就业服务平台”投放就业能力提升、创新创业实务等公益课程856课时,在线参与学生达97.57万人次。

首府精神文明创建

文明校园在行动

我市各中小学校发出倡议:

希望同学们积极投身创建文明城市实践中

本报讯(记者 苗青)2023年是呼和浩特创建全国文明城市最关键的一年,助力创建文明城市,每一位中小学生们都应争当崇高尚德的践行者、文明风尚的维护者、美好生活的创造者,为创建文明城市添彩。日前,我市各中小学校发出倡议,号召同学们立即行动起来,从我做起、从现在做起、从身边的小事做起,积极投身到创建文明城市的实践中。

据了解,我市各中小学校严格执行上级部门课程计划,开齐开足音乐、美术、体育、道德与法治等各类课程,积极落实共青团和少先队活动。保证学生每天在校体育锻炼1小时。组织同学们积极参加大课间活动:课间操、快乐绳操、跑操等。

我市各校积极开展家校共育,走进社区、爱国主义教育基地、公益性公共文化设施、校外活动场所,开展宣传、讲解、引导、劳动实践等学雷锋志愿服务活动,让同学们在体验中茁壮成长。

作为新时代好少年,我市各中小学校均开展了精彩纷呈的团队实践活动,让孩子们从中汲取成长的养分,指引同学们“扣好人生第一粒扣子”。我

市在各中小学校建设“心灵驿站”“心灵小屋”,以供同学们畅吐心声、广交朋友。此外,各校也建有志愿者服务站,让学雷锋、做先锋成为少年儿童的共同追求。

各校在倡议书中,希望同学们继续以昂扬的态度积极投身创建文明城市实践,人人参与,从我做起,关心创城、知晓创城、宣传创城、融入创城;为创城出力、为创城添彩;提高创城的知晓率、参与率和支持率;身体力行,强化修养,自觉践行市民公约,说文明话、办文明事、做文明人、创文明城。号召同学们强化环保意识,广泛参与城市绿化、美化、净化活动,积极参与城市清洁志愿服务行动,自觉遵守公共道德;号召同学们发扬主人翁意识,每位师生、家长都要积极参与到创城活动中来,通过“小手拉大手”主题活动影响每位家长,争创“文明家庭”,踊跃参与思想引领、敬老爱幼、扶弱助残、卫生清扫、文明交通、科学普及、法律服务等志愿服务工作,用榜样的力量,带动更多人自觉投身到创建文明城市中来,实现教育一个学生、带动一个家庭、文明整个社会的活动目的,推动学生文明、家庭和睦、社会和谐。

五塔寺东街小学:

创新特色办学 促进教育优质发展

●本报记者 苗青

位于玉泉区著名文化古迹“五塔寺”旁的五塔寺东街小学,因毗邻“五塔寺”而得名,这所始建于1962年的学校,有着深厚的历史文化底蕴和独特的办学特色。

学校占地面积8935.77平方米,现有教学班24个,在校学生1200余人。校内绿树成荫,环境幽雅,处处充满阳光气息。学校现有教职工63人,其中青年教师占三分之二,整个教师队伍富有朝气和活力。学校教学实力雄厚,教师综合素质较高,科研意识强,发展前景好。

学校坚持以“少年军校,国防教育”为办学特色,1989年与呼和浩特警备区、玉泉区人武部共建开展小学生国防教育,1992年创办了自治区首家少年军校。1993年在呼和浩特警备区、玉泉区政府、武装部、民政局、教育局的大力支持建立了国防教育展厅。1997年,国防教育展厅被玉泉区政府命名为“玉泉区爱国主义教育基地”。2007年被授予“全国少年军校”称号。

秉承“以军风促校风,以特色促发展”的办学思想,尝试“以军事化管理促学生良好行为习惯养成”的管理模式,学校努力将“少年军校”这一学校文化品牌做大做强。目前,学校实行准军事化管理,对孩子们的仪表、行为提出明确要求。每个中队同时也是以英雄命名的英雄中队。英雄故事宣讲、队列步伐训练、旗语操、军体拳等内容是每日的必修课。学校还建立了一支专业素养较高的国旗队,多次承担呼市、玉泉区大型活动升旗、护旗任务。每年国旗队的换届仪式,都是学校一道亮丽的风景线。

在新时代教育改革发展的大环境下,建设“卓越教研共同体”是学校教学工作近期及未来的目标。以“集体备课”为主要教研形式,强化教研组建设,全体教师要求做到真教研、真课堂、组本化。真教研,要求教师整合教研资源,每周一个半天,按照备课、讨论、共案、个性化的集体备课流程,组织教师集体备课,实现智慧共生、资源共享;真课堂,要求每个年级组都有两位学校行政人员深入指导,从参与备课到听课、评课、跟踪管理,将集体备课的效果真正落实到课堂上,打造学生主动探究、活力四射的高效课堂;组本化,为激发教师工作的积极性和创造性的同时,学校鼓励各教研组开展组本课程和活动的研究,鼓励各教研组结合学科及学生特点,开发实用的组本课程,开展丰富的组本活动。

上好《军旗下的少年》校本课程的同时,学校努力探索进行“美·毅”校本社团课程。目前已开设合唱、绘画、书法、足球、军事体育等课程,全校的孩子们根据兴趣爱好自愿报名参加。通过走班学习,让不同年龄的孩子因为同样的兴趣爱好走到一起,共同学习,互相切磋,加强交流,培养艺术素养和军事素养,并定期举行课程成果展示。

创建文明校园是学校常抓不懈、贯穿育人全过程的工作,在不断学习总结的基础上,学校力求建设成为锻造理想信念的熔炉、弘扬主流价值的高地、涵育中华文化的家园、滋养文明风尚的沃土,不断开创创城文明创建新局面。



为增强全区广大师生对中华优秀传统文化的认同感和自豪感,玉泉区教育局日前组织全区中小学、幼儿园开展了主题教育实践活动,鼓励师生积极参与形式多样的民俗活动和文体娱乐活动,深入挖掘春节、元宵节的文化内涵,大力弘扬中华优秀传统文化,铸牢中华民族共同体意识。

●本报记者 阿柔 摄

推进未成年人思想道德建设 创造未成年人健康成长环境

近日,昭君博物院开展主题实践活动,社教部老师带领孩子们参观了《昭君出塞陈列展》,生动地讲述了昭君自愿请行、胡汉和亲的历史佳话。活动充分发挥昭君博物院的社会教育功能,不仅为提高未成年人思想道德素质和科学文化素质发挥了自身作用,还丰富了未成年人的寒假生活。

●本报记者 苗青 摄



节后如何快速恢复学习状态? 心理健康名师给出三个小妙招

●本报记者 苗青

热闹的元宵节刚刚过去,大家都度过了一个愉快的春节假期,当我们开始回归正常的学习生活时,很多同学都打不起精神,仍“沉浸”在假期的舒服自由中无法自拔,回不到年前的作息,进入不了学习状态,一边拖延耽误时间,一边担心焦虑烦躁,甚至出现生理上的晕眩、恶心等症状。这种情况叫做“节后综合征”,是长假之后出现的生理或心理上的倦怠等不良反应。那么如何快速走出“节后综合征”,快速恢复学习状态呢?记者采访了呼和浩特市赛罕区东风路小学德育副校长、呼市小学心理健康名师工作室成员李北蓓,作为国家心理二级咨询师、家庭教育指导师,李北蓓为同学们总结了三个愉快恢复状态的小妙招。

小妙招一:设置过渡期,从心理上逐步回归

李北蓓说,虽然学习任务很紧,但

让学生马上就从舒适的假日状态回归到紧张的学习状态,还是比较有难度的。建议大家给自己设置一个“过渡期”,一般从三天到一周左右比较合适,在这段时期中,允许自己比平时减少一些学习时间和任务,告诉自己是在“过渡”和“恢复”,别给自己太大压力,然后逐步恢复到原来的学习习惯和状态。做好这样的心理建设,可以缓解紧张和焦虑的情绪,提高行动力。

小妙招二:定最低目标,先行动起来

李北蓓笑称,很多同学在节后比较着急恢复状态,经常会给自己制定一些计划,比如今天刷50道题,跳绳1000个之类的,但是如果目标定的比较高不太容易完成,很可能就会产生畏难情绪,导致害怕和拖延,最终完成不了,还会更加焦虑懊恼。她建议大

家先给自己定个最低目标,比如一想到刷50道题,就觉得不想动,我们就把目标改成最低目标——5道题。大家心里想着“只要我刷完5道题就算完成任务”,就更容易开展行动,而一旦行动起来,很大概率就会超过这个最低目标,这时候不仅能够完成目标,心理上还会产生“超额完成任务”的激励感。

小妙招三:善用定时器,分段合理用时间

“定时器是个非常好用的装置,我们日常的手机、电脑或是智能设备如小米音箱、天猫精灵上都有,同学们用好定时器,把时间分割成小段来合理利用。”李北蓓解释说,比如:觉得连续学习一小时肯定坚持不下来,就设置成每20分钟休息10分钟,最好再给自己在这20分钟里设置一个最低目标,比如20分钟

做5道题,5分钟后开始。我们就在这5分钟做做准备工作,定时器响开始刷题,完成最低目标后可以停止,能多做更好,20分钟后定时器响,开始休息,10分钟后定时器响,再开始进行下一个任务……直到完成今天的所有最低目标。这样的时间分割既让人有紧迫感,又能在有限的时间内集中注意力完成目标,还能够做到劳逸结合,更有利于节后恢复学习状态。

最后想告诉同学们的是:只要不“躺平”,让自己行动起来,无论学了多少,都是收获,愿大家保持身心健康,早日恢复学习状态,让学习充实自己的生活。

名师讲坛

勤俭节约 好学不倦

——记2022年度呼和浩特市克勤克俭“新时代好少年”赵鸿轩

●本报记者 吕会生

赵鸿轩是武川县第二小学学生,他活泼开朗,阳光自信,是一位品学兼优的学生,勤劳节俭是他的闪光点。他有一个快乐的家庭,从学前班开始,他每天就自己穿衣服,洗漱干净后和小朋友一起上学,不用父母操心。去年,他被评为2022年度呼和浩特市克勤克俭“新时代好少年”。

在赵鸿轩的家中,有一个很大的纸箱,里面放着许多用过的作业本、草稿纸等,学生的文具消耗总是比较大,大量用过的纸张、废旧的试卷都被他收集在大纸箱中。他说:“家中的垃圾分类都是我帮妈妈来做的,我发现平时学习使用后的纸张都属于可回收垃圾,如果分次丢弃,纸张的分量太轻,无法计算价值,如果能把纸张积攒起来,到一定程度有了足够分量,去回收站就能换一两元钱,我再用存钱罐把这些钱存起来,积少成多就有大用处。”

“赵鸿轩小的时候,我们使用生

活点滴去熏陶他严于律己,让他学会勤俭持家。”赵鸿轩的妈妈说道,赵鸿轩长大后还注重让他养成低碳生活的好习惯。他用妈妈淘米后的水擦油污的餐具、浇花等;他把爸爸喝过的茶叶渣晒干,和妈妈一起做了一个茶叶枕头,既舒适又能帮助爸爸改善睡眠;他把家里用剩的小块肥皂、香皂收集起来,装在不能穿的小袜子中,接着用。赵鸿轩还把自己的低碳生活好方法介绍给同学们,号召大家“勤俭节约,从我做起,低碳环保,保护地球”。

古人云:由俭入奢易,由奢入俭难。在物质生活日益优越的今天,更需要勤俭节约的精神。在家里,赵鸿轩督促全家人,自觉养成垃圾分类存放的习惯。学校开运动会,妈妈给他钱让他自己买点吃的,他都拒绝了。看到校园垃圾满天飞的时候,他就组织本班的同学成立了“乐于助人环保小组”,利用课余时间在校园里捡垃

圾。同学们遇到困难,他总会主动走上前去帮助他们。

到农村奶奶家,赵鸿轩看到农民种粮食的辛苦场面,便深刻体会到了“谁知盘中餐,粒粒皆辛苦”的含义。他回来给同学们讲了自己在农村看到种粮食的不容易,使很多同学明白了其中道理,从此不再浪费粮食。在学校里,他节约水、电,随手关灯、关水龙头,爱惜书本、桌椅、门窗、教学仪器和体育设备等。

赵鸿轩勤劳善良,乐于助人,不论在何时何地,只要周围有人有需要,他就会伸出援助之手。当他听说哪里发生灾情或者生病的人需要帮助时,就会毫不犹豫地捐出自己存钱罐里所有的钱。他从不与别人攀比物质,也从不提出过分的要求,增加父母的负担。吃完晚饭,他就主动洗碗,帮妈妈整理厨房。每到周末,做完功课,他都会打扫房间,或洗衣服、做饭。

赵鸿轩总是把班集体的荣誉看得

很高,日常生活中,他把自己融入学校,融入班级,经常主动帮助学习上有困难的同学,一遍一遍告诉他们解题思路和更好的方法,直到他们听懂为止。对于班集体的荣誉他倍加爱护,只要是集体活动,他都会参加;只要是班集体的事情他会主动承担,教室黑板、同学们桌凳没人擦的时候,他便马上施以援手;班级图书角的图书摆放得凌乱了,他也会主动整理。

在学校上课时,赵鸿轩认真听讲,做好笔记,遇到难题总会独立思考,实在不会就请教老师和同学。每次学校举行活动的时候,他总是能积极参加,书法比赛、绘画比赛、运动场上的竞技,还有各种社会实践活动、义务劳动……哪一样都少不了他。

新时代好少年