

# 全市中小学上好「开学第一课」



2月27日，2023年春季新学期开学第一天，我市幼儿园、小学、初一、初二年级、职业高中开学复课，各学校统一举行了“学习二十大、永远跟党走，奋进新征程”——“信心满怀向未来”主题升国旗仪式。师生“同升国旗 同唱国歌”、向国旗敬礼、在国旗下宣誓，进行了国旗下演讲等主题实践活动，记者走访了多所学校发现，丰富多彩的“开学第一课”系列活动，将开学仪式感拉满。

早上7时50分，新城区光华小学的学生们穿着整齐的校服，戴着鲜艳的红领巾、手里拿着心愿卡、一个个脸上洋溢着笑容走进学校，看见老师礼貌地问好，将心愿卡放入心愿箱。老师们在校门口为学生发放新学期“红包”。教室里，包装好的课本、装有糖果和新学期寄语的红包，一件件精美的小礼物，带给孩子们惊喜。“哇，好开心收到这么多礼物，太特别了，我爱老师，我爱校园。”四年级1班何明泽同学看着自己座位上的礼品激动地说。在开学典礼上，转动惊喜转盘为学生们送礼物、随机抽取心愿卡进行分享，一个个精彩环节，让学生们情绪高涨，尖叫连连。

学校通过广播对所有学生进行了收心教育、安全教育并回顾了学校的六项常规要求。在座谈会上，老师带领同学们学习了党的二十大精神，学生们分享了假期生活以及新学期目标。“我们希望通过氛围的营造，帮助学生尽快调整状态迎接新学期，

祝福每位同学在新学期都可以面向阳光华美绽放。”四年级1班的班主任谷燕妮告诉记者。

开学第一天，全市各中小学通过开学典礼、上党课、讲思政课、作形势政策报告等方式，积极上好“开学第一课”，激励广大青少年以奋斗姿态激扬青春，不负时代，不负年华。通过心理讲座等形式宣传普及心理健康知识，集中开展加强学生生命、关注心理健康的动员和专题培训，培养学生积极乐观的心理品质，促进学生身心和谐发展。

在敕勒川绿地小学的开学仪式上，校外辅导员魏刚老师带来了《心理第一课》，希望孩子们能够筑牢心理防线，以健康的心理、平和的心态去面对成长中的挑战。学校还表彰了在2022年疫情防控阻击战中不惧危险、逆行而上的老师和学生们，希望他们为全校师生树立榜样，引导大家向榜样看齐，增长学识的同时提升自我。

敕勒川绿地小学腾飞路校区开学典礼后，分别举行了班会。老师们在班会上就德育、安全、传染病预防、普法宣传、心理健康等方面知识进行传授。记者看到，健康安全是各校必不可少的一课，勤洗手、勤消毒，注意食品安全，注意交通安全各类健康安全细节成为“开学第一课”的重要内容。

在开学第一天，全市教育系统各级党

组织党员教职工开展了党旗下宣誓活动，激励全体党员教职工坚守立德树人初心，牢记“为党育人、为国育才”使命。全市中小学组织全体教职工开展了宪法宣誓活动。各地各校使用统一的“宪法宣誓”专用书，首府各学校教职工同步按照宣誓流程、宣誓誓词，庄严宣誓。开学第一周，全市中小学还将邀请各校法治副校长开展开学普法第一课。

开学第一周，全市中小学共青团、少先队组织还将积极动员起来，“青春践行二十大”主题班团会、“学习二十大，争做好队员”主题班队会等形式的“主题班团队会”和“团、队日活动”将有序开展，各校将立足发挥“红领巾奖章”获得者、新时代好少年、优秀少先队员、优秀共青团员、优秀学生干部等典型的示范带动作用，通过亲身讲述、分享交流、朋辈对话等形式，结合假期社会实践或春节期间所见所闻所感，分享践行党的二十大精神、立志成长为新时代好青少年的思考和实践。

开学季，全市中小学还将全面开展教育实践活动，“扣好人生第一粒扣子”主题活动，“新时代好少年”选树等系列主题实践将相映成彩，引导未成年人争做墩品励学的好少年。同时，还将开展“青城有爱 创城有我”文明创建主题实践活动，通过学雷锋志愿服务活动及“手小拉大手”市民满意率提升行动等形式，开展文明校园、文明创建主题活动。

在开学第一天，全市教育系统各级党



用心感受音乐魅力

久别重逢，孩子们真开心

## 记者手记

时隔数月重返校园，对每一位学生来说，“开学第一课”至关重要，必不可少。学生阶段是一个价值观形成和确立的重要时期，上好“开学第一课”，让师生有一个良好的开端；上好“开学第一课”，扣好人生的第一粒扣子，让孩子树立正确的人生观价值观，帮助他们拥有追逐梦想的勇气。

新的一年，各校积极探索，创新方式方法讲好“开学第一课”，深挖时代内涵，紧扣活动目的，通过内化于心、外化于行的教育和引导，增强广大学生对党和国家的热爱、对理想与信仰的认识，对奋斗和担当的理解、对梦想和未来的憧憬，踔厉营造爱国主义教育的良好氛围。

呼铁民警深入铁路沿线学校开展“开学第一课”安全宣传活动。

■本报记者 刘沙沙 通讯员 张璐 摄

## 中考英语需全方位多维度提升语言能力

●本报记者 苗青

单有效。”

在阅读理解方面，李伟老师指出，呼市中考英语对阅读能力的考查题型主要集中在完形填空2篇、阅读理解4篇、日常对话1篇、阅读理解填词1篇，分值高达“80分”，这个部分也是大多数同学头疼的一种题型。“需要提醒学生们注意的是：阅读方法并不是影响阅读的主要障碍，最重要的是扩大阅读量。临近考试大家要以平稳的心态保持规律的练习，建议同学们每天保证6篇左右中考等量的阅读篇目，通过练习我们将达到3个学习目标：一是词汇量的持续扩充，二是长难句的理解积累，三是按意群去阅读从而提升阅读速度。”李伟老师说。

李伟老师建议学生们要剖析自己阅读方面的易错题型：哪种题型最易出

错呢？是主旨大意题，还是细节理解题，猜测词义题，或是推理判断题呢？找到自己的主要出错题型，进一步挖掘出自己解题的出错原因，熟悉题型的命题规律，有针对性地去提升。“还要重视与老师和同学的交流。阅读理解很大程度上是在考查思维，我建议同学们要勇于表达出自己的阅读解题思路，你是怎样理解的？你遇到的困惑是什么？你是如何处理干扰选项的？通过交流，让老师指导你的解题思路，确保纵向思维，避免过度或浅层思维。”李伟老师说。

在写作方面，李老师的建议是：英语写作是对同学们语言综合能力的全面考查，英语高手之间的区分度主要在写作。李老师对提升写作有3个小建议：“首先，持续的词汇扩充。英语学习

中积累和运用高级词汇会给你文章增色不少。其次，范文的背记和默写，虽说老套、笨拙，但是最见效。多读多背不仅有利于培养丰富的语感，还能让大家逐渐形成科学、成熟、稳定的语言结构和用词习惯。这对同学们的英语写作是大有裨益的。最后，在阅读背诵范文的过程中，摘抄和积累经典优美的语句，往往能起到锦上添花的作用。”

李伟老师还建议大家可以听听英文歌曲放松身心，观看CGTN (China Global Television Network) 关注时事，全方位多维度地提升自己的语言能力。

## 名师讲坛

## 我区青少年科技创新后备人才培养试点启动

本报讯（记者 苗青 武子暄）近日，由自治区科协、自治区教育厅共同组织实施的内蒙古自治区青少年科技创新后备人才培养试点工作在我市正式启动。

在启动仪式上，主办方向新聘高校导师、试点工作各学科导师颁发了导师聘书，为试点培养高校和试点培养中学授牌。中国科协青少年科技中心院校合作处相关领导作主题为《科

技创新筑梦前行》的讲座。

据了解，内蒙古自治区青少年科技创新后备人才培养试点工作是自治区科协与自治区教育厅于2023年共同实施的一项青少年科技教育工作，选取呼和浩特市、包头市、通辽市的6所本科院校和10余所中学作为首批试点单位，计划每年培养100名优秀中学生，在自然科学基础学科领域知名教授的指导下参加科学研究、学术研讨和科研实践。

## 我区2023年4月高等教育自学考试网上报名今日开始

本报讯（记者 苗青）2023年4月高等教育自学考试网上报名、选课、缴费工作于3月1日进行。本次考试在呼和浩特市和通辽市设立考区，考生依照自愿的原则在报名时选择考试地点，在报名结束后不可以变更考试地点。

网上选课、缴费及现场信息采集时间为3月1日9时—3月5日17时。

在籍考生（老考生）报考方式：已经参加过我区自学考试或已经进行过现场信息采集并持有准考证号的考生，在规定时间内直接网上选课、缴费，无现场办理程序。

首次报考考生（新考生）报名方式：首先登录内蒙古招生考试信息网（<https://www.nm.zsks.cn/>）自学考试频道查询报考简章、专业计划设置和开考课程安排，了解我区自学考试的各

类相关政策。首次报考需先进行网上注册，注册时须准确填报名人自然信息、手机号码以及选定现场信息采集的旗县（区）招办（报名点）。注册成功后，必须本人携带身份证件到选定的报名点办理信息采集手续，网上注册后未办理信息采集手续的考生，无法进行网上选报考试课程。信息采集后，考生自行在网上填报本人本次要参加的考试课程，每次考试最多选择4门课程，通过网上银行支付报考费用，报考费用为45元/科。如未在规定时间内缴费，视为放弃本次报考。所有的操作均须在3月1日9时—3月5日17时内完成。

需要提醒考生，考试将于4月15日—16日进行，考生上网自行打印准考证。

## 家校社协同心理关爱系列公益讲座第二讲开讲

### 让家庭成为滋养孩子健康成长的温暖港湾

本报讯（记者 苗青）市教育局高度重视未成年人思想道德建设工作，为进一步加强对全市家庭教育和未成年人心理健康教育的指导服务，市教育局、呼市家长学校总校在全市中小学组织开展了“如何帮助孩子学会自我保护，预防侵害”主题讲座活动，近日，第二场家校社协同心理关爱系列公益讲座——《塑造良好亲子关系，滋养孩子开心成长每一天》如期开讲，全市师生、家长通过线上方式学习观看。

高玮玲硕士针对春季学期情绪问题高发的情况，以生动的语言、有趣的

互动，在一个个实例分析中详细阐述了亲子沟通的原则和走进孩子内心的技巧等，帮助大家快速改善亲子关系，让家庭成为滋养孩子健康成长的温暖港湾。讲座历时一个小时，引起了家长强烈的情感共鸣，增进了家长对学校工作的了解，为家庭与学校建立起一道沟通合作的桥梁，对形成家校合力、促进家校共育起到助力作用，为积极构建家校协同育人机制、完善“以学校为主导、家庭重点参与、社会资源支持”的联动育人机制奠定了良好基础。

## 推进未成年人思想道德建设创造未成年人健康成长环境

### 春招启幕 求职季来临

## 专家支招大学生如何选择就业方向

本报讯（记者 王中宙）2023年春招拉开序幕，一场场线上线下招聘会开启，求职招聘火热进行中。记者在多个招聘会现场看到，一个看似普通的工作岗位，往往吸引大量应届毕业生参与竞逐。面对竞争，一些学生不得不放下身段，退而求其次“向下选择”。许多求职者戏称“求职过程好像开‘盲盒’”，他们多数做几乎准备，奔波各个求职现场，参与笔试、面试等。

那么大学生如何选择就业方向，如何择业呢？内蒙古师大学生就业指导老师沈晓倩给出三点建议：一是要明确就业目标。大学生在择业之前要做好职业生涯规划，明确自己的方向，这样择业的时候才不会盲目。很多人在大学时候是没有明确目标的，选择专业时也没有明确的职业规划，直至毕业求职对就业方向也很迷茫，对于这种情况，可以选择专业对口的工作，经过工作实践，了解行业发展前景，找到自我优势，再慢慢明确自己的目标。

如果能够接受这份工作，可以提升职业技能，不断在工作中精进。还可以在发掘自我的兴趣和优势后，多做准备，转到自己感兴趣的行业。

二是要先选“行业”再选公司。在职位和薪水等条件相同的情况下，究

竟是选择大型公司还是中小型公司？建议毕业生把选择自己能发挥的“行业”更重于公司的选择。一般公司对应届生的选拔，大多是跟专业有关系的，比如：汽车行业的公司在招聘应届毕业生的时候，绝大部分会选择车辆工程专业、电子专业、机械专业、化工专业等等，因为这些专业在汽车行业都用得上。所以在求职面试前，应该搞清楚自己所学的专业能够适应哪些行业，这些行业的发展前景如何。这一点很重要，恰恰很多人不重视行业的选择。

三是要明确大公司之好与小公司之优。一般而言，到大公司工作的好处在于：职位分工清晰，能获得公司系统化的培训，在公司强调团队合作的氛围里，能提升沟通与协调等组织运作能力。缺点是：工作范围狭窄，大公司人才众多，晋升竞争较激烈。到中小公司工作的优势是：员工需要身兼多职，强调独立完成多项工作的能力，可以获得较多的实践经验；缺点是：中小公司风险较高，职位变动较频繁，培训以及工作历练方面较薄弱、不系统。因此也建议个性积极并富有冒险精神的人，可以考虑中小公司或高风险高机会的公司；反之，个性沉稳的人则应优先考虑大公司。