

多方联动 创新模式 深耕实践

——市司法局精心打造“忻少年·法课堂”特色普法品牌

“在网络空间诋毁同学算不算欺凌?”“‘惩戒’与‘体罚’的边界如何区分?”……日前,忻州市第二实验小学礼堂内,法治问答互动氛围热烈。这场由市司法局举办的法治安全教育课兼具实用性与趣味性,受到师生一致好评。

今年以来,市司法局聚焦青少年法治宣传教育重点任务,创新打造“忻少年·法课堂”特色普法品牌,以系统化设计、品牌化运作、常态化推进的工作模式,构建起全方位、多层次、立体化的青少年法治宣传教育体系,为全市青少年健康成长筑牢坚实法治屏障。截至目前,全市已开展“忻少年·法课堂”专场活动12场,受到广泛关注。

多方联动 构建青少年法治教育新格局

强化组织领导,压实普法责任。该局党组高度重视青少年法治宣传教育,严格落实“谁执法谁普法”普法责任制,将青少年法治教育纳入全市法治宣传教育工作要点。研究部署“忻少年·法课堂”活动规划、内容设计、资源统筹等重点工作,确保品牌建设高起点谋划、高标准推进、高质量落实。

整合优质资源,建强专业队伍。该局深度整合司法行政、群团组织、法律服务机构等多方资源,优选市、县两级司法行政干警、律师等骨干力量,组建专业化、多元化普法团队。吸纳热心青少年法治教育的志愿者、法治副校长、普法小使者等社会力量,构建起“专业律师+政法骨干+心理专家+志愿者”四维普法队伍,为活动开展提供坚实人才支撑。

健全联动机制,凝聚普法合力。该局建立多部门常态化联动机制,主动对接团市委、市政协社法委等单位,共享普法资源、协同开展活动;加强与中小学校协作,将“忻少年·法课堂”与“开学第一课”、全民国家安全教育、民法典宣传等工作有机结合;联动爱心企业、社会组织,拓宽普法阵地、丰富活动载体、充实物资保障,形成“学校主抓、司法支撑、家庭配合、社会助力”的全方位普法格局,实现青少年

法治宣传教育走深走实、入脑入心,全力护航未成年人健康成长。

创新模式 打造沉浸式法治教育新体验

针对青少年认知特点、成长规律与兴趣需求,该局创新推出“知识讲授+互动体验+实践展示”三位一体普法模式,让青少年在沉浸式体验中学习法律知识、树立法治信仰。

聚焦核心主题,精准设置普法内容。该局紧扣青少年成长痛点、社会关注热点,精准设计普法主题,实现内容“靶向供给”。1月3日,聚焦校园欺凌预防核心主题,在市图书馆为120余名中小學生及家长举办专题讲座,结合真实案例剖析校园欺凌表现形式、危害后果与应对方法。3月21日,围绕心理健康与法律风险,开展“从心出发 与法同行——情绪管理与法律风险防范”专题活动,深度解析愤怒、焦虑等负面情绪引发的打架斗殴、侮辱诽谤等违法犯罪行为,传授情绪稳定技巧与依法维权方法。

4月,该局举办“我的朋友圈,国家的安全线”主题课堂,讲解网络社交安全隐患、国家安全知识。紧扣“民法典宣传月”重要节点,5月10日,该局开展“‘典’亮人生偷‘阅’成长”专题公开课,聚焦AI换脸诈骗、网络兼职陷阱、校园欺凌等高频法律问题,讲解个人信息保护、自我保护等实用知识;5月13日,该局举办“法润师心·护航成长——教师法治素养提升行动”专题普法活动,切实提升教师的法治素养和依法执教能力。该局还常态化开展法治资料赠送、公益法律咨询等活动,引起多家主流媒体关注和报道,普法效果直线提升。

创新活动形式,增强普法趣味性。以沉浸式案例教学取代枯燥条文宣讲,结合青少年身边真实案例,围绕“被起外号算不算欺凌”“AI换脸骗局如何辨别”等切身问题展开讲述,让法律知识听得懂、记得住、用得上。以互动式游戏体验激发学习主动性。首场活动中的法治闯关游戏,让学生在趣味挑

战中学习法律知识;情绪管理活动中模拟邻里口角、日常摩擦等场景,让青少年身临其境感受情绪与法律的关系。以实践式参与展示推动“学用结合”,选拔优秀青少年组建“普法少年团”,评选“忻少年·法课堂金话筒”奖,鼓励青少年化身普法小使者、国安小卫士,参与法治宣传、分享学习心得。

拓展普法阵地,实现全域覆盖。该局坚持“线上+线下”双轮驱动,推动法治教育从校园延伸至社会、从线下延伸至线上。线下,依托中小学校、市图书馆等阵地,开设法治课堂、打造固定普法站点,如在七一路小学组织“开学第一课”活动、在市图书馆举办专题公开课等;线上,借助微信公众号、短视频平台等载体,推送法治微视频、案例解读、普法动态等内容,扩大宣传覆盖面。

深耕实践 谱写青少年法治教育新篇章

青少年法治素养显著提升。通过持续法治宣传,全市青少年尊法学法守法用法意识明显增强,深刻认识到法律既是保护自身的“盾牌”,也是规范行为的“准则”,主动远离校园欺凌、网络诈骗等违法行为,自觉规范言行、依法维护权益。

品牌影响力持续扩大。“忻少年·法课堂”凭借创新模式与扎实成效,受到各级媒体广泛关注与高度认可。其中,1月3日的“趣味普法护成长”、3月9日的“开学第一课”等活动,被央视新闻报道。

社会普法氛围日益浓厚。一系列活动的开展,有效推动法治理念深入人心,营造出全社会关心支持青少年法治教育的浓厚氛围。学校主动对接、积极配合,将法治教育纳入日常教学,加强校园法治文化建设;家长转变观念,从“觉得法律与孩子无关”到“主动学习、配合普法”,形成家校普法合力;爱心企业积极履行社会责任,参与物资捐赠、阵地建设,传递法治温度。全市上下形成“政府主导、社会参与、家校协同、青少年践行”的良好普法生态,为平安忻州、法治忻州建设注入强劲活力。

(赵 丽)

岢岚县残联全面开展残疾人基本辅助器具适配工作

本报讯 小小辅助器具,连着民生温度。为切实落实残疾人基本辅助器具适配民生实事项目,进一步改善残疾人生活状况,解决残疾人出行、生活等实际难题,岢岚县残联全面开展残疾人基本辅助器具适配工作,以精准化、人性化服务,为当地残疾群众排忧解难,让惠残政策落地生根。

坚持需求导向,扎实做好前期准备。依托镇村两级残协力量,全面摸排辖区内残疾人辅具使用情

况与实际需求。重点筛查低保家庭、重度残疾人,建立需求清单,为后续精准适配打下坚实基础。

名单确定后,工作人员逐一拨打电话,向服务对象告知辅具发放相关事宜,耐心解答群众咨询。同时重点标注高龄、重度残疾、卧床不起等人群,制定上门适配计划。

针对无法亲自领取的特殊群体,工作人员带着辅助器具上门服务。每到一户,工作人员都会认真完成

辅助器具组装、调试工作,并现场演示使用方法。同时,主动与群众交流谈心,了解其日常生活状况,倾听实际困难,把贴心服务送到群众家门口。

岢岚县残联将持续聚焦残疾群众“急难愁盼”,不断优化服务流程,提升服务质效,以更细致、更暖心的举措落实各项惠残政策,不断增强广大残疾人的获得感、幸福感与安全感。

(本报通讯员)



近年来,五台县东雷学校始终把思政教育作为立德树人的核心根基,以学生到农村、工厂等地参观实践和请社会科技精英、英模人物进校园宣讲等多种形式,全方位夯实学生思想基础,为学生德智体美劳全面发展赋能助力。图为6月10日,该校举办的“筑梦童心”思政课堂讲暨捐赠活动现场。

高峰毅摄



本报讯 6月12日晚上,太原市南宮音乐厅人头攒动,《梦系红楼》韩晓霞独唱音乐会在这里激情唱响。

整场音乐会以《红楼梦》原著脉络为骨架,用民族乐韵串联起整部红楼梦史,《红豆曲》,句句含情,将相思入骨的眷恋娓娓道来。《晴雯歌》轻快的旋律,唱出了晴雯霁月难逢的无奈与悲凉。87版电视剧《红楼梦》主题歌《枉凝眉》是整场音乐会的灵魂所在。熟悉的旋律悠悠响起,凄婉的歌声萦绕耳畔,韩晓霞唱出了宝玉与黛玉之间有爱无缘的人生悲剧,道尽千古情爱与人间遗憾。一曲《分骨肉》曲调绵长悲怆,既诉说探春远嫁、骨肉分离的凄苦,亦是封建礼教之下无数女子啼血悲诉的命运呐喊。最后一曲是《葬花吟》,韩晓霞以清冷低沉的唱腔,配合悠扬凄美的配乐,字字泣血,句句含情,情绪层层渲染,直击听众内心。

韩晓霞出生于素有“山西民歌之乡”美誉的保德县。她从小就喜欢音乐,1994年,师从山西省歌舞剧院国家一级演员马啸,正式开启系统声乐学习之路,后考入中国音乐学院,获文学学士学位;后又于山西大学音乐学院深造,取得音乐学硕士学位,多次在山西大学、山西戏

剧职业学院、山西大剧院等地成功举办“韩晓霞声乐作品音乐会”。曾获省文化和旅游厅“声乐演唱二度杏花奖”。参与录制《山西民歌精选荟萃》系列CD和《梨园赋》《我的山西》等经典声乐作品,是我省声乐领域兼具舞台表演实力与专业教学素养的代表性歌唱家。

韩晓霞深耕民族声乐演唱与教学多年,博采众长,形成自己音色圆润、行腔婉转、兼具民歌质朴与戏曲韵味的演唱风格。她现任山西文化旅游职业大学声乐学院副教授,是国家二级演员、中国音乐家协会会员、山西省演出行业协会会员。

近年来,她在众多艺术作品中尤为钟情87版《红楼梦》经典声乐作品,凭借温婉大气、细腻深情,以声传情的独特演唱风格,赋予《枉凝眉》《葬花吟》《红豆曲》等曲目全新的艺术生命力,用民族声乐的婉转唱腔,勾勒红楼悲欢离合,再现古典文学与东方声乐交融的极致美感。

此次《梦系红楼》独唱音乐会,是她多年艺术积淀的集中呈现,更是对中华经典文化的深情致敬。她以纯粹真挚的歌声带领听众穿越时空,在婉转旋律中,共赴一场跨越时代的享受“红楼梦”音乐魅力之旅。

(武 毅)

(上接第一版)

会议指出,要统筹抓好学习教育和中心工作,自觉把树立和践行正确政绩观融入谋划工作、推动落实、检验成效的全过程。要将学习教育与稳定经济增长紧密结合起来,坚持稳中求进、提质增效,着力稳就业、稳企业、稳市场、稳预期。要进一步强化指标动态监测预警,着力推动工业发展提质增效,千方百计扩大有效投资,高质量做好重大项目储备和前期工作,全力促

进消费增长。要将学习教育与深化整治群众身边不正之风和腐败问题紧密结合起来,扛牢责任抓整改,对标检视抓提升,从严执纪抓质效,确保每项问题整改责任到位、措施到位、落实到位。要教育引导党员干部,特别是领导干部自觉把心思和精力放在踏实工作、为民办事上,加强调查研究,坚持科学决策,对符合实际的政策规划做到一张蓝图绘到底,一任接着一任干。



6月16日,民建忻州市直第一、二支部联合开展“端午安康”主题插花活动,借雅致插花作品传递节日祝福。本次花艺创作以绿色为主色调,选取莲蓬、艾草、白玫瑰等兼具端午民俗寓意与观赏性的花材。在花艺老师细致指导下,会员们先细心构思,再修剪枝叶、搭配花草,设计花束造型,把端午安康的美好祝愿融入一件件插花作品。 本报记者 李 涛摄

不得不熬夜,试试这样给身体“减负”

【健康知识】

有些人因各种原因不得不连续熬夜。然而,连续熬夜不是一件“白天补个觉就能抵消”的小事。当客观上无法保证规律早睡,学会靠合理膳食与日常调养,给身体科学“减负”很重要。

做好这些小事,减轻熬夜伤害

饮食之外,科学的生活习惯也是守护健康的核心。哪怕暂时无法做到规律早睡,掌握这些小技巧,也能最大程度地减轻晚睡带来的损伤:

1. 循序渐近调整作息,别强行硬改。

每晚23点到凌晨3点,是身体深度修复的黄金时段。但不必强迫自己一下子从凌晨两三点入睡改为早睡,此时,身体很难适应。可每天提前15~30分钟入睡,以这一点点调整节奏,同时,固定起床时间,哪怕前一晚睡得晚,也不要赖床、补觉。这样坚持一段时间,身体生物钟会慢慢回归正轨。

2. 睡前一小时,彻底放下电子产品。

有研究表明,手机、电脑发出的蓝光会抑制助眠物质分泌,容易让人越“刷”越精

神。因此,睡前一小时应远离电子产品,可以用40℃左右的温水泡脚10~15分钟,简单拉伸身体,或是听听舒缓的轻音乐,放松紧绷的身心。卧室应尽量保持昏暗、安静、通风,营造舒适的睡眠氛围。

3. 科学补觉,拒绝“昏睡到天黑”。

很多人熬夜后,喜欢白天蒙头大睡,其实这样会彻底打乱生物钟,醒来依旧浑身酸痛、精神更差。当白天犯困时,午休应控制在15~20分钟即可,短暂小憩就能恢复精力,下午两点后更不要再午睡,以避免夜间失眠。

4. 适度运动,激活身体活力。

熬夜人群白天可抽出时间做轻度运动,如快走、慢跑、八段锦、简单拉伸,以促进血液循环,缓解身体疲惫。但应注意,睡前两小时不要做剧烈运动,防止神经兴奋,影响夜间睡眠。

此外,还可以试试这些即时缓解不适的小妙招:熬夜后感到头晕乏力,可起身简单走动,配合深呼吸,轻按太阳穴、后颈风池穴,以快速舒缓不适;当眼睛干涩疲劳时,立刻闭目休息,用温热毛巾敷眼,再远眺放松,缓解眼部酸胀。

(据《光明日报》)

时评

SHI PING
ZHENGJIAOSHICHUANG

初夏,正是中小学研学的好时节。这不,如火如荼的活动开展起来,青少年结伴而行,在寓教于乐中遇见“诗与远方”。例如,北京十一中学组织师生奔赴湖北省十堰市,通过诗词品读、寻访古迹等形式,感悟人文精神与家国情怀。重庆中国三峡博物馆的“文物魔法师”系列研学活动,通过模拟文物修复、文物分类整理等互动环节,将晦涩的文物保护知识转化为趣味盎然的“魔法实验”,深受青少年喜爱。

在中小学研学热度持续攀升的同时,讲解浅尝辄止、学生疲于奔波、“游而不学”“只学不研”等问题凸显出来。究其原因,就在于课程设置缺乏系统性和可行性。很多学校与研学机构并未将研学视作一门正规课程,缺乏整体规划,导致内容碎片化;另外,由于没有考虑学段差异、课程目标、学习任务等内容,也易出现浅层化、同质化等问题。诸多情况叠加,让研学背离初衷,难以发挥培育素养、锤炼品格的育人作用。

想要真正扭转研学“变味走样”的局面,更好提升研学质量,就必须抓住课程建设这个核心点,让研学课程得到优化提升与转变。研学课程系统化需要从内容设计、落地执行、区域统筹三个维度层层发力,构建闭环式研学育人体系。

让研学活动回归育人初心

课程是研学的灵魂,只有建立完整、连贯、分层的课程体系,才能让研学有方向、有内容、有深度。各地中小学不妨立足校本育人目标,结合语文、历史、科学、德育等学科教学内容,按照低、中、高学段分层设计课程,形成由浅入深、循序渐进的课程链条。深度挖掘本地红色文化、人文历史、自然生态、非遗技艺、现代农业、科技发展等特色资源,将地域资源转化为标准化、主题化的研学课程。严格建立“行前导学、行中研学、行后展学”的完整课程流程,提前明确学习目标、探究课题、实践任务,让每一处参观点位都承载教学功能,每一段行程都紧扣学习主线,将零散的活动环节凝聚成有机整体。

研学活动要想有序开展,就得以学科的课程标准为标尺。厘清研学“以学为主、以践为辅”的核心定位,删减排队打卡、摆拍留痕等无效形式,把小组探究、实地调研、动手实践、交流分享、成果展示等课程环节贯穿全过程。依托课程任务驱动学生主动参与,引导学生用眼观察、用心感悟、用脑思考,实现从“被动游玩”向“主动研学”的转变。同时,依托课程体系统一活动规范、管理要求与行为准则,明确师生职责、活动流程、组织方式,从根本上杜绝娱乐化、随意化倾向。例如,四川天府第七中学秉承“研学天下,知行合一”的研学理念,开发了系列

课程,将必备知识、关键能力、意志品质和正确价值观融入研学实践,让学生通过自主选线的方式深度参与,提高了活动的育人价值。

推进区域课程系统化,促进全域研学的整体性发展。首先,鼓励探索“省级统筹示范、市县特色拓展、学校校本创新”的纵向开发路径,推动研学课程开发从省级向基层纵深发展,依次开发出具有“基础性、拓展性、创新性”的课程资源,实现主题细化和全省覆盖。其次,各地教育部门应发挥统筹作用,牵头编制区域研学课程指导纲要,统一标准、主题框架与实施要求。整合区域优质资源,联合教研力量开发区域性精品研学课程,示范线路与配套教学资源,推动优质课程共建共享。同步加强研学师资专项培训,提升教师课程实施、现场指导、应急管理能力,完善安全保障、经费保障、综合评价等配套机制,以全域课程系统化建设,夯实研学高质量发展发展的根基。

研学是学校课堂的拓展,更是素质教育的生动实践。要进一步提升研学品质,关键在于从内容设计、落地执行、区域统筹等方面对课程进行系统化建构,只有牢牢抓住这一点,才能让研学褪去浮华、回归本真,让“行走的课堂”真正成为培育时代新人的坚实阵地。

(据《光明日报》)