

 京长对口合作

我市启动“名校网络课堂”学习共同体项目—— 数字赋能教育 共享优质资源

本报讯 记者王晶晶 通讯员桑甜甜报道：深化京长教育对口合作，依托数字化手段促进优质教育资源共享。日前，市教育局组织召开数字教育远程互助工程项目暨创建“名校网络课堂”学习共同体会议，正式启动2025年京长教育对口合作重点项目。全市“名校网络课堂”共同体学校分管数字化、信息化工作的副校长参加会议。

会议聚焦落实《2025京长教育对口合作“名校网络课堂”学习共同体项目实施方案》，明确长治一中、长治二中、太行中学等12所

长治牵头学校，将精准对接北京市第十九中学、北京市第八十中学等12所北京名校，构建跨区域校际合作体系，充分发挥首都师范大学及北京名校名师资源优势，推动长治教育数字化转型，实现优质资源跨区域共享与深度应用，同步培养“有思想、懂标准、善实践、勇创新”的高素质教师队伍。

根据实施方案，北京名校将联合首都师范大学专家团队，开展需求调研并制定个性化研训方案，整合优质教学资源上传至“双优云桥”平台，组织实施8次线上线下相结合的研训活动。我市牵

头学校将同步组织“二次研训”及成果推广活动，各成员学校选派教师全程参与研训，通过“学习—实践—反思—应用”的闭环模式，将先进教育理念与方法融入课堂教学。

该项目是深化京长教育对口合作、以数字技术赋能区域教育均衡发展的重要举措。通过构建跨区域“名校网络课堂”学习共同体，不仅将首都的先进教育理念与资源引入长治，更将促进其在本地教学实践中的“落地生根”，为全面提升我市基础教育质量、推动教育高质量发展注入新动能。



10月21日，走进壶关县大峡谷镇大河村，峭壁绝崖与古民居相互映衬，构成一幅美丽的画卷。近年来，大河村依托区位优势和自然禀赋，大力发展战略性新兴产业，形成了集吃、住、玩、游、养于一体的全新文旅名片。

本报记者 梁家秀 摄

以体育人结硕果 绿茵场上写青春 ——市实验中学学生在2025年山西省校园足球联赛中荣获亚军

本报记者 马艳霞

随着点球大战的最后一个足球擦着门柱落下，2025年山西省校园足球联赛近日落下了帷幕。市实验中学的22名队员紧紧相拥在绿茵场中央，他们或许有点球的遗憾，却以更加耀眼的成绩刷新了纪录——2025年山西省校园足球联赛亚军。这份荣誉的背后，正是该校“以体育人”理念的生动写照。

小组赛是队员们“破局”之路的起点。面对大同一中，7:0的悬殊比分并非偶然。每一次精准传球、每一次迅猛突破，都凝结着他们赛前加练至黄昏的汗水。随后对阵太原凤凰双语中学校与杏花岭二中，他们又以2:0与5:1的比分延续胜利势头，最终以小组第一的身份，闯入四强。这一切，离不开该校多年来坚持的“每日一小时体育锻炼”制度，离不开足球

社团每周三次的专业训练，更离不开“让运动成为习惯，让拼搏融入性格”的育人导向。

真正的考验是四强赛。面对传统劲旅山大附中，队员们眼中没有丝毫怯意——在去年9月的省运会资格赛中，他们曾通过点球取胜。而这一次，他们以更强势的表现回应挑战。全场比赛，攻防节奏被牢牢掌控。随着终场前最后一个进球入网，2:0的比分定格。他们不仅实现了本赛季对山大附中的“双杀”，更首次闯入全省决赛。正如球队教练所说：“学校从不只看比赛成绩，而是通过足球教会孩子们坚持、协作与抗挫。落后时不放弃，领先时不松懈，这些品质比比分更重要。”

载誉返校时，学校的颁奖典礼上掌声雷动。队员们晒得黝黑的

脸庞，在荣誉证书的映衬下更显坚毅。“他们用三次突破定义了青春，从去年的全省前八，到今年的前四，再到如今的亚军。”市实验中学负责人说，“但比亚军更珍贵的是这支队伍身上‘敢拼敢闯、永不言弃’的精神，这正是我们以体育人、培育全面发展学生的初心。”

如今再提起那场决赛，队员们说得最多的不是“遗憾”，而是“下次再来”。绿茵场上的汗水会蒸发，但学校以体育人播下的“拼搏种子”，正在更多学生心中生根发芽。这份从绿茵场延伸出的成长力量，正是该校“以体育人”理念结出的硕果。近年来，市实验中学不仅构建了“课堂+社团+竞赛”的体育育人体系，还通过丰富的体育活动与赛事，将体育精神融入日常教育，引导学生增强体质、健全人格、锤炼意志。



供暖季要注意！

扫除误区让温暖更高效

误区1 暖气里的水不用白不用？

真相 不能用。为防止锅炉和供热系统结垢及爆管，供热系统中的水里添加了火碱、栲胶、磷酸钠等软化水处理药剂，即使用于洗菜、拖地，也可能对人体和物品造成损害，不建议使用。

误区2 暖气不热，需要放水？

真相 不要放。私自放水会打破管道压力平衡，导致系统抽走热水、补进冷水，反而让自家和邻居家的暖气都越来越凉。

误区3 暖气片上晾衣物，省电又方便？

真相 使不得。这种做法不仅为细菌、霉菌提供了温床，还会阻碍暖气散热，徒增能耗。

误区4 暖气片越烫手，室内越暖和？

真相 不一定。室内温度受建筑保温、门窗密封性、暖气片效率等多种因素影响，室内温度低很可能是房屋密封性差导致热量流失。

供暖安全无小事，多一份警惕就能筑牢防线，多一点了解就能避开陷阱。中国互联网联合辟谣平台希望广大用户能够远离风险、识破误区，共同度过一个温暖无忧的冬季。
据新华网

华北机电学校新生开展内务整理大比拼

以赛促练培育良好习惯

本报讯 为提高学生宿舍内务整体水平，培养学生良好的生活习惯，近日，华北机电学校以“以赛促练、以练促优”为主题，举办了新生内务整理大赛。来自2025级新生班级推荐的参赛选手同台竞技，以严谨的态度和娴熟的技能，充分展现了新时代华北机电学校学子的精神风貌。

比赛现场，随着计时开始，参赛选手们迅速投入操作。在6分钟的限期内，他们需将被褥翻成棱角分明的“豆腐块”。只见选手们手指翻飞，有条不紊地完成铺平、压实、折叠等一系列动作。赛场上，有的同学专注于打磨被褥棱角，力求“豆腐块”方正笔挺；有的则在细节处反复调整，确保床单平整如镜。从被子的平整收边到被子的方正成型，每一处细节都彰显着选手们对标准的极致追求。评委团围绕叠被规格度、床铺整洁度、动作熟练度等多个维度，对每位选手的表现进行了细致打分。

比赛结束后，该校相关负责人表示，宿舍作为学生生活的“第一阵地”，不仅是起居之所，更是锤炼意志、培养习惯的“德育课堂”。整理内务的过程，实则是对严谨作风、专注心性的磨砺，是当代职校生“工匠品格”的微观体现。同学们通过内务大赛，懂得了“天下大事必作于细”的道理，让内务整理超越“家务劳动”的范畴，成为职业素养培育的重要一环。

(王珏 韩浩雨)



今日天气

多云

2~3级东南风

最低气温3℃ 最高气温12℃



中午前后紫外线强度为3级，弱，外出时可适当防护。

生活指数预报



穿衣指数为5级，适宜夹衣、薄棉衣等服装。



晨练指数为2级，适宜晨练。

明日天气

多云

2~3级偏南风

最低气温5℃ 最高气温14℃