

减少家庭作业数量 保证足够睡眠时间

我市出台中小学生减负实施方案

本报讯 小学一二年级不布置书面家庭作业、小学生每天睡眠时间不少于10小时……近日，宝鸡市教育局、宝鸡市发改委等九部门联合印发《宝鸡市中小学生减负实施方案》，旨在全面贯彻党的教育方针，规范学校办学行

为，全面提升我市的教育质量，扭转“唯分数”“唯升学”等错误导向，切实减轻中小学生过重学业负担。

应该如何切实减轻学生负担？市教育局、市发改委等部门，积极贯彻中省相关精神，出台了《宝鸡市中小学生减负实施方案》。《方案》从八个方面给出了答案。《方案》指出，各县区要严格规范教学常规管理和补课行为，加强作业布置管理，确保小

学一二年级不布置书面家庭作业，三至六年级每天书面家庭作业不超过60分钟，初中家庭作业每天不超过90分钟，高中作业时间也要合理安排。各中小学校教师要优化教育教学方式，培养学生自主学习的能力。家长和学校要鼓励、支持、引导孩子从小养成良好锻炼习惯；保证小学生每天睡眠时间不少于10个小时，初中生不少于9个小

时，高中阶段学生不少于8个小时。同时，各教育行政部门要深化招生评价改革，推进教育简政放权、扶持乡村教育发展，提升家校共育水平。此外，各部门要严格校外培训机构审批监管、规范校外培训机构办学行为，禁止校外培训机构“超纲教学”“提前教学”“强化应试”，且校外培训机构培训结束时间不得晚于20:30。

《方案》还要求各县区将中小学生减负工作纳入相关部门及教育管理干部、教师工作年度考核重要内容；要求市、县、区教师培训部门将减负专题内容纳入中小学教师培训计划；要求县、区政府教育督导部门严格按照“双随机、一公开”原则，每年逐级开展减负工作评议考核，确保各项政策、措施落到实处，切实减轻中小学生学习负担。

本报记者 唐晓妮



11月22日，《光明日报》第七版刊发了通讯《送教上门，一个都不能少——陕西宝鸡推进特殊教育发展纪实》，报道了我市推进特殊教育发展的亮点。本报今日全文转载，敬请关注。

送教上门，一个都不能少

——陕西宝鸡推进特殊教育发展纪实

光明日报记者 张哲浩 杨永林 光明日报通讯员 李佳宁

“教师的爱是滴滴甘露，即使枯萎的心灵也能苏醒。”在陕西宝鸡，有一群教师用送教上门的实际行动，为重度残疾儿童和少年开启了另一片阳光天地，更给这些孩子的家庭带去了信念和支持，让他们重拾生活信心。

“送教上门就是把课堂搬到重度残疾学生家里。要做到这看似简单的空间转换并非易事，它要的不仅是专业的知识，更需要天长日久的坚持、付出和陪伴。”陕西省副省长、宝鸡市委书记徐启方说，“近年来，宝鸡市持续推进教育公平，不断提升特殊教育发展水平，送教上门工作已基本覆盖全市13个县区。”

让送教上门有规可依

“全面建成小康社会，残疾人一个都不能少。”这是党的号召和要求。

那么，送教上门，送什么？谁来送？如何送？

为确保此项工作规范有序有效，按照《残疾人教育条例》《第二期特殊教育提升计划（2017—2020年）》和《陕西省第二期特殊教育提升计划（2017—2020年）实施方案》要求，宝鸡市教育局在全省率先出台了《宝鸡市义务教育阶段残疾儿童少年送教上门工作方案》，制定了具体的服务原则、目标任务、工作内容等。

2016年，宝鸡市教育局依托宝鸡市特殊教育学校，成立了宝鸡市特殊教育指导中心，主要承担全市特殊教育研究、指导、培训、服务等职能。中心成立以来，借助市特殊教育学校专业的师资及管理团队，全力推动送教上门工作开展。该中心从送教方案制定、学生个案综合评估、教育康复计划撰写等方面入手，编印《宝鸡市送教上门个案研究手册》，确保了全市送教上门工作规范和有效。目前，全市13个县区均已建立送教上门工作机制，让全市187名重度残疾适龄儿童和少年平等地接受教育。

去年5月，宝鸡市在全市城乡教育联盟框架内又成立了全市特殊教育联盟，形成了以市特殊教育学校（指导中心）为龙头，以4所县区特殊教育学校（资源中心）为骨干，以县区随班就读普通中小学（资源教室）为依托的特殊教育发展共同体，搭建起紧密型和松散型相结合的合作交流机制，有效推动了全市特殊教育健康协调优质持续发展。

给孩子们一双追逐阳光的翅膀

“送教上门，这样宝贵的机会与我的志向不谋而合，我要为残疾学生送去知识，为他们的家庭送去希望。”千阳县草碧镇中心小学教师李想，刚参加工作就毛遂自荐承担起送教上门工作。

太白县地处秦岭腹地，山路崎岖、交通

不便，加上气候严寒多变，给送教带来巨大的困难。

2018年1月12日，大雪初晴，温度极低，郭让娥如约来到周某家送教。由于路面严重结冰，在躲避迎面而来的大货车时，她的车子滑到了路边水渠，差一点就翻下悬崖。在好心司机的帮助下历经两个小时才将车子拖了出来。冻得瑟瑟发抖的郭让娥还是坚持来到学生家里。她说，孩子在等着她，她不能辜负孩子那渴望的眼神。

郭让娥2017年主动加入送教团队，主要承担周某、张某某和陈某某三名残疾儿童的送教工作。周某，因幼时一场严重的车祸导致肢体残疾，长期卧床，大小便不能自理，语言表达能力基本缺失。郭让娥二话没说，风雨无阻地开始给孩子送教。几年来，郭让娥先后为周某、张某某三名残疾儿童送教70余次，并为三个孩子送去价值7000余元的礼品和学习用品。

有付出就有收获。几年来，周某的肢体康复、语言表达能力均有巨大好转；张某某多动症得到缓解，基本的算术、口语表达及生活自理能力明显增强；陈某的暴躁情况也有所好转，不仅能够与人正常交流，还能积极参加家庭劳动。

宝鸡市凤翔县特殊教育学校教师刘建生对送教上门也有着深刻的理解。初次去华华家送教，刘建生就遭受了一次“突袭”——华华突然卡住他的脖子不松手，他被卡得几乎窒息。刘建生并没有生气，他轻轻地抚摸着孩子的头安抚她的情绪，直到孩子平静下来。从此以后，每次去送教，他都会先和华华做游戏，等孩子情绪稳定了再拿出课本，一字一句地开始教授。

教育的过程就是爱的过程

然而，孩子残疾，有的父母忧心忡忡，总想着藏着掖着，不让人知道。这种情况成为送教路上最大的障碍。宝鸡市院东火烧寨中心小学教师孟根伍就遇到了这种情况。

“送教上门？我孙女这个样子能接受教育？你来有什么用？”第一次见面，彤彤的祖父就用三个问号把孟根伍老师挡在了门外。彤彤已经8岁了，是先天性脑瘫患者。家里为了给孙女治病费尽周折，欠债不少，其父母远赴新疆打工挣钱，孩子暂由祖父母照看。

面对孩子家长不领情甚至有些反感的情况，孟根伍没有气馁。一次不行就两次，两次不行就三次，苦口婆心，直到彤彤的祖父慢慢接受为止。

之后，孟根伍隔三岔五地去彤彤家，与



孩子一起看书、画画、做康复训练，性格孤僻的彤彤逐渐开朗起来。有一天，彤彤的祖父眼噙热泪突然拉住孟老师的手说：“只要你愿意，咱们就是亲戚了！”孟老师欣然应允。

教育的过程就是爱的过程。陈仓区特殊教育学校教师张海霞，每次送教都要经受50余公里的汽车颠簸和近一个小时的徒步翻山越岭。但春去秋来，寒来暑往，始终没有阻挡住她送教的步伐。

“孩子没有办法选择过去，但孩子有权利选择将来，我们都为人父母，应该让孩子看看外面的世界……”张海霞的送教对象张某某是一个重度脑瘫患儿，父母已经失去了信心，对孩子不管不顾，每次下地干活就用一根绳子把孩子拴在家里。初见张某某的父母时，张海霞碰了一鼻子灰，但她仍然心平气和地给张某某的父母摆事实、讲道理，终于用真心和真情说服了他们。

在宝鸡市，像这样的事例还有很多。正是这一个个生动感人的故事和人物，才使教育公平在西部大地上遍地开花，馨香四溢。

“今后，我们将多措并举，进一步壮大特殊教育教师队伍骨干体系，提升特殊教育教师整体水平，让送教上门成为适龄重度残疾儿童和少年享受教育公平、感知多彩世界的暖心课堂。”宝鸡市教育局局长肖炳良说。

全省教育系统“我身边的好典型”公布——

宝鸡两人获表彰

本报讯 省委教育工委、省教育厅日前印发《关于表彰全省教育系统“我身边的好典型”2019年度人物的决定》，对全省38名好典型年度人物予以通报表彰。我市渭滨区长岭中学校长刘广平被评为“我身边的好校长（园长）”，金台区东仁堡小学学生蒲艺瑶被评为“我身边的好学生”。

刘广平从事教育工作三十多年，对教育事业满腔热忱，凭借高尚的师德

修养、先进的教育理念和丰富的管理经验，引领学校全面发展，铸就了享誉三秦的长岭中学优质教育品牌；11岁的蒲艺瑶是东仁堡小学五年级学生，她乐于助人，品学兼优，孝顺、乖巧，总是帮家人干一些力所能及的家务。一个是育人楷模代表，一个是优秀学生代表，他们的行为展现出“学高为师、身正为范”“助人为乐、不求回报”的精神追求。

本报记者 符雅琦

第二批陕西省中小学生研学实践教育基地名单公布——

我市四家单位上榜

本报讯 日前，省教育厅、省文化和旅游厅、省文物局联合公布了“第二批陕西省中小学生研学实践教育基地”名单，我市陕西太白国家森林公园等4家单位榜上有名。

评选“第二批陕西省中小学生研学实践教育基地”，旨在深入推进中小学生研学实践教育，弘扬爱国主义精神，传承中华优秀传统

文化，促进广大中小学生全面发展。经相关专家评审，最终命名37个单位为第二批陕西省中小学生研学实践教育基地。我市入选单位为陕西太白国家森林公园、凤翔县新民民俗文化传承有限公司、陕西太白山天然植物开发有限公司、凤县官峡旅游开发有限公司。

本报记者 符雅琦

宝鸡娃争当秦岭小卫士

首届秦岭小卫士选拔赛宝鸡赛区决赛举行

本报讯 11月30日下午，首届秦岭小卫士选拔赛宝鸡赛区决赛举行，我市10名选手脱颖而出，荣获“秦岭小卫士”称号。

首届秦岭小卫士选拔赛由省生态环境厅与团省委、省妇联、省少工委联合主办，旨在面向全省少年儿童、家庭宣传秦岭生态环境保护知识和理念。赛事在秦岭沿线的西安、宝鸡、咸阳、渭南、汉中、安康、商洛7个城市设立分赛区，各分赛区将选拔出品学兼优的100名秦岭小卫士。

在当天的宝鸡赛区选拔中，小选手们通过环

时装秀、我的秦岭保护宣言、秦岭古诗词赋朗诵展示自己对大自然、大秦岭的热爱和呵护。经过激烈角逐，从50组入围决赛的萌娃家庭中决出了宝鸡赛区十强选手。这十名选手将代表宝鸡市参加12月14日在西安举办的首届秦岭小卫士总决赛，并参与秦岭公益宣传片拍摄。同时，宝鸡赛区的选手还将参与2020年植树节“秦岭小卫士守护林”种植活动；优秀选手还将有机会成为2020年生态环保节开幕式演出嘉宾。

本报记者 王兵

将思维可视化技术融入教学

高新三小入选“全国中小学课改十大样本学校”

本报讯 近日，2019年全国中小学课堂改革风向标年度论坛在河南郑州举行，我市高新三小入选“全国中小学课堂改革年度十大样本学校”，学校负责人和相关教师受邀参加论坛活动。

本次论坛以“发现学习的秘密”为主题，来自全国20个省份的1100余名校长、教师参加交流观摩活动。会上，高新三小老师王蕾作了课堂教学展示，

她将思维可视化技术巧妙融入教学的课堂特色受到与会者的普遍称赞。据了解，高新三小长期注重培养学生核心素养，关注学生学习过程，引导学生发现学习秘密，其心智教育理念以及心智精课的教学风格和特色，在全国颇有影响。本次该校受邀参加年度论坛，是继去年的全国心智精课大会后参加的又一次全国性活动。

本报记者 符雅琦

高新七小：

400学子习周礼

本报讯 11月28日，一场以“周礼之乡 崇德尚礼 弘扬传统 从小做起”为主题的周礼文化教育活动在宝鸡高新七小举行，学校400余名师生接受了一次周礼文化的精神洗礼。这也是凤鸣书院·周礼文化教育第一次在校园开展。

凤鸣书院位于岐山凤凰山南麓，南傍凤鸣湖，北临周公庙，其是以体验周礼文化、弘扬民族精神为宗旨的一个社会组织。此次书院与学校共同开展周礼礼仪主题教育等活动，就是要

把文明礼仪教育贯穿于学生的学习生活全过程，让学生感受到礼仪之美，养成“讲文明、懂礼貌、有道德”的良好品格和行为习惯。凤鸣书院负责人介绍说：“宝鸡是周礼之乡，希望我们每个人都是周礼文化的形象代言人，都是优秀传统文化的传承者。”高新七小校长毕文说，通过开展优秀传统文化、文明礼仪教育进校园活动，采取“读”“诵”“唱”“讲”“画”“演”的形式，让孩子们领悟传统文化、懂得周礼礼仪，营造良好的校园秩序和文明环境。

当天，在高新七小多功能厅，400余名师生身着汉服参加开笔礼仪式，通过正衣冠、朱砂启智、击鼓明志、启蒙描红、诗经吟唱等，切身感受了传统文化的魅力。本报记者 符雅琦