

精雕细琢出精品 千锤百炼满堂彩

——记富阳区综合实践活动优质课评比

张京 黄媛 赵晓云

近日,富阳区综合实践活动优质课评比在富春三小阶梯教室举行。共有来自各片区的14位教师选手在这里进行最后的角逐。

选手们精心打磨,认真准备,将最好的自己全面展现出来,不管是入行三年的年轻教师,还是执教二十多年的老教师,赛场上实力说话,赛场之下互帮互助,亲如家人,使得竞赛现场气氛浓厚处处洋溢着温馨。三尺讲台上的她们是美丽的,融入学生中的她们是最快乐的。

永兴银湖小学朱倪葛老师给我们奉献了一节引人深思的访谈方法指导课《老少同乐重阳节》。重阳节这天,志愿者,爱心企业,学生们陆陆续续来到敬老院慰问老人,为老人们送上水果,表演节目,打扫卫生等,热热闹闹的一天结束了,敬老院又恢复了往日的平静,于是,朱老师发出了直抵人心的一问:老人们真正需要的是什么?关注当下,关注现实,引导学生关注老人们真正发自内心的需求,将访谈方法

和要领的指导融于情境表现之中,孩子们玩得开心,学得认真。

富春二小周翊娟老师的《重温传统 点亮中秋》,带领孩子们重温传统节日,感受传统风俗。课堂伊始,周老师便通过小记者走上街头访问路人对传统节日的了解的视频,让学生们感受到现代人们对传统节日了解甚少,于是周老师带领大家走进中秋,了解中秋的习俗,同吟诗歌,同唱歌曲,营造了良好的学习氛围。紧接着,周老师马上抛出“为什么现代人对过中秋节越来越简化了呢?”这一问题引出本节课的学习重点——为即将来临的中秋节设计一份“中秋亲子游活动方案的调查问卷”。利用微课老师讲授调查问卷的设计重点,而后分组进行设计,由各组汇报员轮流汇报成果并展示。最后在音乐声中,学生通过亲手美化花灯来体验中秋习俗。看着孩子们脸上洋溢着愉快的笑容,我想他们一定觉得时间过得太快,太快了。

大源二小孙艳老师的《吹泡泡》,不但带领孩子们探究影响泡泡大小的因素,让孩子充分体验吹泡泡的乐趣,还亲手设计制作泡泡



棒,写下美好心愿。贤明小学赵慧英老师带领孩子们在科技节来临之际,自由挑选自己想挑战的项目,并跟小组同学一起设计一份属于他们的挑战计划表,虽然只是模拟科技节的场景,可是孩子还是热情高昂,乐在其中。

这次综合实践活动让孩子们多了一份快乐,多了一点经历,多了一些方法,更多了一些技能和思维训练。愿我们的孩子多一些这样的活动,愿我们的综合实践活动越来越好,参与其中的老师越来越多!

富阳区看守所邀退休老干部们“回娘家”看看

日前,20名退休老干部应邀回到富阳区看守所参观视察,零距离地感受近年来区监管场所的巨大变化。

当天,退休老干部们在所长王庭华、教导员姚世平等人的陪同下,有序地进入监区,实地参观了监控大厅、留所服刑监室、医疗室等,并听取了王所长对看守所的基本情况、硬件设施、队伍建设、人性化管理、医疗卫生以及安全管理等工作介绍。参观人员对整洁、

有序的监所环境表示由衷的赞叹,特别是对近年来监所管理工作发生的巨大变化和取得的优异成绩感到无比的满意与自豪。

参观过程中,一位退休老干部感慨道:“1984年,我初到看守所任职,那时的设施条件与现在比简直是天壤之别。现在的管理更现代化、人性化、科学化,看守所里的人心越来越紧,荣誉也越来越大。这都是每一位同志辛勤勤恳工作的结果。”

对于这次“回娘家”参观,看守所的改变与进步让退休老干部们深深感受到各级党委对监所工作的重视和支持,良好的监管环境里有利于在押人员更好地接受教育改造,在押人员的家属们也可以安心、放心。

最后,王庭华所长郑重表示:“我们一定要好好地将前辈们的建议和期望铭记于心,始终保持热忱之心,勇往直前,不负厚望!”

何青洋 姚世平

大伯吃柿子得“胃结石” 小心柿石赖上你的胃

目前,正值柿子成熟上市的季节,红彤彤的柿子不但长得软萌可口,而且营养丰富,是不少男女老少爱吃的水果之一。然而,有人却因吃柿子吃出了“胃结石”。

上周,富阳区中医院消化内科收治了一位老年病人王大伯。他因腹痛腹胀一周来院就诊。了解病情后,医生给王大伯进行了胃镜检查。检查后发现,大伯的胃腔内有一颗直径约1.5cm×2.0cm大小的“石头”!据医生介绍,这叫“柿石”。因柿石太大,无法通过幽门管,长期压迫胃粘膜造成了胃角溃疡。追问其病史,王大伯表示最近确实吃了不少的柿子。

胃里也会会长结石?相信很多市民都闻

所未闻。

于是,笔者第一时间走访了富阳区中医院的内镜室主任王青,王医师解释道:“胃柿石的发病和进食柿子有直接的关系。柿子中含有鞣酸,在胃酸的作用下,易结成硬块,进而形成结石。”

王青医师还提醒到,胃结石的发病有急性和慢性之分:“急性发病有时吃下柿子半小时就会发作,出现上腹部沉坠感、胀满、恶心呕吐等症状;病程超过6个月的为慢性发病,症状和溃疡或慢性胃炎相似。有些较大的柿石甚至在上腹部触诊可以摸到。巨大的柿石无法自行通过胃肠道排除,压迫局部

组织造成缺血坏死,时间一长会引发溃疡,甚至造成胃肠道穿孔,也有的排入肠道后在局部引起肠梗阻。”

因此,柿子虽美味,食用需谨慎。

医生建议市民:

一、不要空腹进食或者一次性进食过量的柿子,胃肠道消化能力差的(尤其是老年人)尽量少吃柿子;

二、挑软的熟的柿子吃,未成熟或者未脱涩的柿子鞣酸含量较高,容易增加胃结石几率;

三、柿子中含有丰富的糖类,糖尿病人要慎吃。

何青洋 赵磊

六千多元的苹果手机,用了三天就坏了

消保委:购买贵重物品,一定要开发票

日前,富阳区消保委城西分会接到一消费者投诉。

消费者汪某称,自己在富春街道某手机店以6350元购入IPHONE6s手机一部,销售商未开具正规发票,只开具了销售小票。三天后,汪某发现手机存在开机后出现屏幕不能显示等故障,去杭州苹果官方售后服务点检查,苹果官方认为该机出现的故障符合更换新机条件,要求汪某出示发票即可更换新手机。但因汪某手中只有收据,无法换机,

遂向消保委城西分会投诉。接到投诉后,城西分会立即派人就此事件展开调查。

次日,召集双方调解,告知销售者,根据《中华人民共和国消费者权益保护法》有关规定,经营者提供商品或者服务,应当按照国家有关规定或者商业惯例向消费者出具发票等购货凭证或者服务单据;消费者索要发票等购货凭证或者服务单据的,经营者必须出具。经营者在销售手机时,应当出具发票。实际经营中,手机零售不出具发票行为比较

普遍,但是在消费者索要发票时,经营者必须出具。经营者表示,因该手机利润非常薄,上家也未出示发票给他,故在消费者直接向其索要票据时,未予出具,经过城西分会调解,最终经营者出具了发票,消费者顺利换到了新机。

消保委提醒消费者,购买贵重商品时,应当索取发票,经营者拒绝出示发票的,可以向消协投诉,也可以向税务部门进行举报。

章海丽 俞初阳