

定西一中

DINGXISHI DIYIZHONGXUE XIAOBAO

定西市第一中学 主办 准印证号:甘新出 46 字总 18 号(2020)4 号

编委主任 杨继柏

主编 王爱民

学校网址: http://www.dxyz.gs.cn

校报

2020 年
1 月 5 日
星期四
第 10 期
总第 183 期



我校在定西市“不忘初心,牢记使命”主题演讲比赛中荣获组织奖

凝心聚力共奋斗 集体前行谱华章

——2019 年学校工作回眸

一、管理水平进一步提升

学校党委高起点谋划、高标准要求,深入开展“不忘初心,牢记使命”主题教育,教育引导全体党员增强“四个意识”,坚定“四个自信”,做到“两个维护”,勇于担当作为,真正实现在学习中谋发展,在发展中求提高,在提高中见实效。

领导班子始终坚持“科学谋划、民主决策、规范精准、务实求效”的管理原则,不断完善校长负责、党委监督、教职工全员参与的管理机制,坚持做到分工明确,责任到人。充分发挥教代会的职能作用,全面提高广大教师参与学校管理的积极性和主动性,形成了目标明确、过程科学、全员奋斗、和谐稳定的教育教学环境。

处室、年级部和全体教职工不断强化奉献意识、大局意识、责任意识和服务意识,紧紧围绕教育教学积极开展工作,向管理要质量,始终把学生日常行为为习惯和文明礼仪养成教育放在首位,努力培养学生的自尊、自信、自立、自强和合作意识,班级管理科学有效,班级管理精细具体,学校管理成效显著。

二、立德树人任务进一步落实

2019 年,学校针对学生身心特点,结合学校工作实际,周密谋划学校德育工作,做到德育内容系列化、育人形式多样化,通过组织国旗下讲话、首届“奋斗家国梦 青春踏歌行”助力高考远足活动、安全疏散演练、禁毒知识报告、禁毒知识答题、“七五”普法及宪法知识学习、宪法晨读、主题班会等活动,不断深化“社会主义核心价值观”主题教育。同时,学校成功举办“喜迎新中国成立 70 周年暨第二届体育艺术节”、“校园竞晒”、校园舞比赛、道德讲堂、诗歌朗诵、师生书法大赛、法治进校园、心理辅导报告等活动,努力开展以“人文校园、墨香校园、艺术校园、文化校园、法治校园”为内容的校园文化建设,为广大师生的工作、学习和生活创造了良好的环境,为学生良好品德的形成奠定了坚实的基础。

与此同时,学校坚持以人为本,充分体现人文关怀,采用各种方式方法帮助教师解决工作和生活中的实际困难,组织看望慰问离退休老教师、老党员,教职工及家属 70 多人。通过国家助学金这一平台,联系中国教育发展基金会、新华爱心教育基金会、香港黄土地爱心基金、曹德旺励志助学金、阳光育才基金会、文雅奖学金等社会组织和助学平台,筹集、发放助学金 390.644 万元,资助学生达 3304 人次。

三、教师队伍建设进一步加强

学校多措并举,教师队伍建设取得明显成效。

1. 坚持不懈抓班主任队伍建设。实施班主任培训工程,举办班主任论坛,优秀班主任代表做经验交流,在共同学习中实现共同提高。

2. 多策并用促青年教师成长。学校结合工作实际,出台促进青年教师快速成长的教师培养计划,开展丰富多彩的教学比武活动,本学年,开展同课异构 71 节次、优质课 14 节次,市级讲课、说课 8 节,合计比去年增加 13 节次,组织青年教师专业考试 2 次。成功承办了“福州·定西教育帮扶”高中教研活动。加大教研学习培训投入,鼓励教师外出学习。先后有 100 余人次赴省内外名校,从高考备考、课堂教学、班主任管理、校园文化、新高考实施等方面开展学习培训活动,投入培训经费 17 万多元。

四、教育教学质量进一步提高

2019 年,学校强化教学常规管理,对教学检查、教学研究、课程分配、学籍管理、考试组织、教学质量分析、课时统计、教材征订等一系列常规工作抓细抓实,保证了正常教学活动有序进行和教学质量稳定提高。

1. 教学质量稳步攀升。学校紧紧围绕特色立校、质量兴校的办学思路,抓管理,强队伍,突出责任落实,向过程要质量,向课堂要效益。2019 届学生参加普通高级中学水平测试,各科优良率达 94.52%,高于全市平均 33 个百分点;各科平均分 78.64 分,高于全市平均 18.54 分;及格率 99.26%,高于全市平均 38 个百分点。高考再创历史新高,升学率五年连升,上线率高居全市榜首,有 5 位同学以优异成绩被北大、清华录取,被“2+7”院校录取的学生达到 18 人。在全市省市级示范性高中目标管理考核中获第一名。得到了市委、市政府的充分肯定和社会各界的一致好评。

2. 教学研究全面推进。学校加大对课堂教学和教研活动的检查力度,加强集体备课,强化行政领导包级制度和年级部管理制度,深入推行新课程改革。充分发挥老教师的传帮带作用,组织教师参加各级教育主管部门组织的各类教学技能大赛和教育教学论文评选活动,加强校本课题的研究,重视教科科研成果及课题的评估、鉴定和推广工作。本学年,教师发表省级论文 30 篇,出版专著 1 部,省级规划课题通过鉴定 2 项,省级课题立项 3 项。五是组织学生参加全国高中数学联赛,全国高中物理、生物竞赛等。6 人获省级一等奖,5 人获省级二等奖,20 人获省级三等奖。在第 17 届“叶圣陶杯”全国中学生新作文大赛初赛,我校有 3 人获省一等奖,11 人获省二等奖,27 人获省三等奖。在石家庄第一中学举办的第十七届“叶圣陶杯”全国中学生新作文大赛决赛中,我校获得参赛资格的 3 名学生,1 人获决赛一等奖,2 人荣获决赛二等奖。

3. 体育艺术成果显著。2019 年,学校大力开展阳光体育运动,体音美教学工作取得长足发展。学校男子篮球队在定西市中小学生运动会篮球(高中组)比赛中荣获第一名,在第四届甘肃省中学生运动会上,我校女子、男子排球队分获冠军,男子篮球获得第三名,田径队获田径比赛团体第二名,女子排球队还在“甘肃省青少年沙滩排球锦标赛”中获得冠军,各项赛事均取得了优异成绩。同时,学校以学生的全面发展为宗旨,成功举办了第二届校园体育艺术节。活动的开展,为全面加强我校体育艺术教育,促进学生全面发展,提升校园文化品位走出了一条独特的办学之路。

五、后勤保障服务进一步完善

本学年,学校科学规划,不断加强校园基础设施建设,后勤保障服务整体水平有了明显提升,保证了教育教学工作的正常进行。

学校积极争取项目,不断改善学校办学条件,绿化、美化校园环境,加强班级文化建设,营造了浓厚的校园文化氛围。完成校门口两侧花园及人行道维修改造,博育楼东侧路面改造维修,办公楼师生书画展室建设等项目,完成学校多功能体育艺术训练馆的初步设计。充分利用可利用的资源对学校道路、园林、广场、供水管网等进行了维修,学校荣获由国家机关事务管理局、国家发展改革委和财政部联合颁发的“节约型公共机构示范单位”奖。

六、安全保卫工作进一步加强

学校坚持以服务、平安为宗旨,以领导责任制和目标责任制为抓手,以加强基础工作、严密治安防范为重点,坚持安全稳定工作为教育教学、为师生服务,全面推进校园综合治理各项措施的落实,有效地维护了学校稳定。定期开展“法治进校园”活动,法治进校园暨法治副校长制度得到有力落实。市人民检察院党组书记、检察长田金被聘为我校法治副校长,检校共建安全形成有效合力。通过法治讲座,提高师生的自我保护和安全防范意识,呵护学生健康成长。定期排查安全隐患,重点对消防、宿舍、食堂、校外住宿定期检查,及时消除安全隐患,保证教育教学活动正常开展。

(党政办公室)

我校举行党的十九届四中全会精神宣讲报告会

12 月 23 日,市教育局党组书记、局长盛淑兰来到我校,向我校全体教职工和学生代表宣讲党的十九届四中全会精神。宣讲报告会由我校党委书记刘兴宇主持,全校 230 多名教职工和 300 多名学生代表聆听了报告。

在报告会上,盛局长紧扣习近平总书记的重要讲话和全会审议通过的《决定》,从全会背景,充分认识坚持和完善中国特色社会主义制度、推进国家治理体系和治理能力现代化的重大意义,深刻领会中国特色社会主义制度和中国特色社会主义制度的显著优势,坚定中国特色社会主义制度自信等方面进行了深入阐述。她强调,要深刻领会中国特色社会主义制度和中国特色社会主义制度的显著优势,坚持党的领导,坚定制度自信,

准确把握全会的总体要求、总体目标和重点任务,确保全会确定的各项目标任务全面落实到位。她要求,学校党委要坚持以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导,深入学习贯彻党的十九大精神,增强“四个意识”,坚定“四个自信”,做到“两个维护”,不折不扣推动各项工作任务落地落实,以过硬的工作成果检验学习成效。

她希望学校在今后的工作中,结合教育教学的实际情况,深入学习贯彻十九届四中全会及全国教育大会精神,在制度建设、党建工作、教育质量、开拓创新等方面再下功夫,不断提升学校治理水平,努力办好人民满意的教育。

(党政办公室)

不忘初心勇担当 牢记使命续辉煌

——我校召开六届三次教职工代表大会暨工会会员代表大会

12 月 28 日,我校隆重召开六届三次教职工代表大会暨工会会员代表大会。

这次大会是在坚持以习近平新时代中国特色社会主义思想,全面贯彻党的十九大精神和十九届四中全会精神,深入开展“不忘初心,牢记使命”主题教育,深化教育教学改革的关键时期召开的一次重要会议。

会议认真总结和回顾了过去一年学校整体工作状况,听取和审议了校长杨继柏所做的《2019 年学校工作报告》、副校长田永强所做的《2019 年学校财务管理、经费收支报告》,征求了代表们对学校各项工作的意见和建议。

杨校长在总结学校工作时强调,在市委、市政府和上级教育行政部门的正确领导下,在全体教职工的不懈努力下,2019 年学校管理得到进一步提升,立德树人任务得到进一步落实,教师队伍建设得到进一步加强,教育教学质量得到进一步提高,后勤保障服务得到进一步完善,安全保卫工作得到进一步保障。杨校长强调,面对 2020 年学校艰巨繁重

的工作任务,全校上下要通观全局、统筹兼顾,突出重点,把握关键,着重抓好基层党建、德育工作、队伍建设、教学教研、后勤保障等五个方面的工作。与会代表们以饱满的热情和高度负责的主人翁态度,从学校的工作重心和发展大局出发,在民主求实、热烈活泼的气氛中,认真讨论了两个报告。同时,对关系到学校改革和发展的大事、关系到教职工切身利益热点、难点问题开怀畅谈,提出了很好的意见和建议。会议期间,学校各分管领导分别答复了六届二次教代会代表提出的提案、意见和建议的办理和落实情况。

六届三次教代会的隆重召开,是全体教职工参与学校民主管理的有力体现,是广大教师献计献策,描绘学校蓝图的一大盛事,将对我校继续深化教育教学改革,强化教学管理,提高教学质量产生巨大的推动作用。

在新的征途上,全体一中人将继续求真务实,奋力拼搏,共同谱写学校新的篇章,再续学校新的辉煌。

(党政办公室)

修师德 正师风 强素质

——我校积极开展网上师德师风培训

本学期,学校按照教育主管部门的要求,积极开展信息化管理团队研修项目培训和师德师风建设的各种网上培训。

11 月份,根据《定西市 2019 年学校信息化管理团队研修项目网络学习通知》精神,信息中心为教师制定操作简单的国培计划学习手册,指导全体教师成功开展 2019 年全国中小学教师继续教育网上研修,全校共有 194 名教师参加此次培训,完成每人 1000 分钟的网络在线学习,提交了基于信息化的教学设计及个人师德追求材料。

12 月份,学校信息中心依据省教育厅《关

于申报甘肃省 2019 年中小学教师师德师风培训项目的公告》要求,组织全体教师开展师德师风网上学习活动,目前已完成培训项目三个模块的培训任务,并将各年级学习简报、教师的研讨观点,师德师风培训总结,师德标兵典型案例上传至培训平台。在培训过程中,信息中心共收到教职工“我的师德故事”“我的师德追求”征文 132 篇,已全部上传至培训平台,顺利完成培训任务。培训期间,我校教师积极参加,认识对照,扎实开展师德师风主题活动,圆满完成了各项工作任务。

(信息中心)

我校首次设立硕士研究生招生考点

12 月 21 日—22 日,全国 2020 年硕士研究生招生统考定西一中考点工作顺利进行。这是我校首次设立全国性的硕士研究生招生统考考点。

此次硕士研究生招生统考,在我校共设有 40 个标准化考场,参加考试的考生有 1200 人。在定西市考试院以及相关部门的齐心协作下,通过我校 100 多名考务人员的辛勤努力,实现了“试卷保密零事故”“考务环节零失误”“考生

服务零距离”的目标要求,圆满完成了定西市硕士研究生招生统考定西一中考点的工作任务。

考试前期,我校领导参加了市上召开的相关工作会议,考试期间,根据市上的相关要求,我校自上而下,对监考考务培训,高度重视考务的各个环节均,严格按照考试程序,和相关部门紧密配合,营造了安全、公平、安静、祥和的考试氛围,圆满完成了考试工作任务。

(教务处)

语文课改进行时 群文阅读在路上

2019年12月17日下午，语文教研组全体教师在校办公楼三楼会议室参加了以群文阅读为主题的语文教学改革研讨会。校长杨继相出席，副校长王国仁主持会议。会议主要由教研处副主任王爱民、语文教研组组长何志强传达此前在酒钢三中举办的“2019年甘肃省陇原名师高中语文工作室集体研修活动”会议内容。

王爱民向大家传达此次研修活动的语文课改信息和教学理念。她说，由甘肃省教科院主办的酒泉高中语文工作室集体研修活动，是在面对新高考、新教材的教学改革背景下举行的。与会者就语文教学，尤其是语文核心素养在群文阅读教学中的贯彻和落实交流研讨，旨在启发每一位语文教育工作者在遵循大纲要求和学科规律的同时，不断实践、勇于创新，努力帮助学生提升阅读能力和推动学生核心素养的养成，为学生未来的人生发展奠基。群文阅读作为近年来异军突起的多元教学模式之一，重在学生语文核心素养的培养与生成，对教师的业务能力提出了颠覆性的挑战。依据温儒敏先生的说法，基于统编教材的“1+x”群文阅读，以一篇课文为核心，将多篇有着内在关联的文本按照议题串联的形式，系统性地组织出有规律可循的文本理解结构。这种教学模式对教师的阅读质量提出了更高要求，爱读书、多读书、读好书是教师适应

教学新挑战、提升教学能力的必经之路。何志强主要就以群文阅读为主要教学模式的优质示范课谈了自己的认识。他说，语文教学任重道远，语文教学永远在路上。他认为，作为语文教师，应该从三个方面向群文阅读示范课“取经”学习。首先，语文教师要有大视野、大情怀、大格局，要基于语文新课标要求不断更新教学理念。其次，教师的设问是关键，群文阅读教学的课程容量大，教师要借鉴问答式的教学模式，层层设问，边引导边析边小结。最后，学生课前的阅读练习、预习准备是群文阅读的保证与基石。只有做好充分的准备工作，才能在课堂上引导学生走向思维的纵深处。

最后，杨校长就两位教师的分享工作做了总结性发言。他希望全体语文教师能潜心读书，潜心育人。他说，群文阅读的课堂灵活性和备课难度对教师的业务水平提出了高要求、高标准，因此语文教师有必要从思想意义层面深化教学改革，杜绝夸夸其谈，拒绝照本宣科，以灵活自如、高效有序的形式贯彻群文阅读的教学模式。

王国仁副校长在总结时要求语文教研组认真研究新高考、新教材和语文课程标准，将新课改的教学理念落在课堂和日常教学中，为提高学生语文核心素养努力。（教研处）

沉痛悼念 勿忘国耻

尊敬的老师，亲爱的同学们：
大家好！今天我在国旗下演讲的题目是“沉痛悼念，勿忘国耻”。
12月13日是南京大屠杀死难者国家公祭日。从日历上看，那不过是一年中一个再寻常不过的日子而已。可是对我们每一个中国人而言，却是一个让人心痛的日子。1937年的这一天，紫金山含悲，秦淮河呜咽，我国三十万同胞惨遭屠戮，这是中华民族永远抹不去的伤痛，也是人类文明史上最惨烈的悲剧之一。1937年12月13日中华民国在南京保卫战中失利，南京沦陷后，日军对南京进行了长达数月的大规模屠杀，遇难人数达30多万！
当时间的脚步将我们带入21世纪这个崭新的时代时，我们的祖国在改革开放和市场经济大潮的涌动下，已经走上了繁荣昌盛的强国大道，但我们仍需要牢记历史，砥砺前行。追忆历史是为了和平的未来，我们希望看到的是欣欣向荣的家国胜景，而不是战火纷飞、满目疮痍的破碎山河。“生于忧患，死于安乐”，这既是古人的醒世真言，也是南京历经无数腥风血雨后人的启示。中国人民从来都是宽宏和包容的，80年过去了，仇恨不曾生长，时间可以消逝，但记忆不会风化，不会让殷红的鲜血只剩下淡淡的残梦，更不会让耻辱在漫长的沉痛

中尘封。烛祭先人罹难痛，誓传世世和平声。南京的大惨案依然历历在目，我们需要的不仅是黯然泣下的悲痛，更应该是正视惨痛历史和苦难岁月的勇气。纪伯伦在《泪与笑》中写道：“云的一生就是悲欢离合的一生，人也是如此，一旦失掉崇高的灵魂，就成了存在于物质世界的行尸走肉。”我想，对于国家也是如此，只有拥有国魂，才能使国家富强，不受外辱，才能立足于世界民族之林。我们要告诉世界，我们不仅有着960万平方公里的土地，我们不仅有着悠久的历史与文明，我们还拥有一群有志气的热血国民。

在国家公祭日，我们聚集在国旗下，以沉痛的心情缅怀逝者，但我们知道，这不是在宣泄情绪，不是在倡导民族复仇，而是警醒我们每一个人。我们超越了个体、家庭、血缘，我们是一个整体，我们是在共同悲伤，共同反思，共同铭记，避免历史悲剧的重演是我们每一位中华儿女的共同责任与义务。

最后，请允许我以日军南京大屠杀遇难同胞纪念馆冥思厅照壁上的八句话结束今天的演讲——“让白骨可以入睡，让冤魂能够安眠，让屠刀化作警钟，让逝者刻作史鉴，让孩童不再惊恐，让母亲不再泣叹，让战争远离人类，让和平洒满人间”。
(高三9班团支部)

喜 报

在中共定西市委宣传部组织的2019年“我和我的祖国”青少年书信文化大赛中，我校共有10名学生获奖。其中高三(18)班刘奕婷同学荣获一等奖。高三(13)班王佳璇、高一(15)班金逸凡两名同学荣获二等奖。高二(18)班薛玥、高一(20)班许小强、高二(14)班柳媚娟三名同学荣获三等奖。高三(1)班袁成、高二(1)班杨一萱、高二(11)班苏柏琦、高二(12)班李子萌四名同学荣获优秀奖。我校荣获“我和我的祖国”全市青少年书信文化大赛“优秀组织”奖。何志强老师被评为“先进个人”。徐敏、杨想录两位教师荣获“优秀指导教师”奖。
(语文教研组)



凝心聚力 续写辉煌

——我校召开高三年级家长会

为了进一步加强家校之间的联系，促进家长和学校之间的交流沟通，更好地发挥家校教育的合力，我校于2019年12月8日下午2:30召开了高三年级家长会。

本次家长会以班级为单位召开。在距离高考还有一百八十多天的时候，各班班主任及任课教师主要结合近期的月考成绩和本班的实际情况向家长们介绍了学生在学习和生活各个方面存在的问题，围绕如何帮助学生做好考试前后的心理疏导和情绪调节等问题展开了深入细致地交流。同时，优秀学生代表和家长代表也分享了学习经验、家庭教育等方面的感受与体悟，近距离的接触、深入的思想交流、广泛的意见交换，实现了本次家长会的预期目的。

最后，家长们就孩子在家的情况向老师反馈，并与老师进行深入的交流，进一步讨论更为行之有效的教育方法。同时，家长也纷纷表示将全力配合学校及班级开展的各项工作，并积极做好学生的后勤保障，带给学生正面的、向上的精神动力，用心陪伴，静候花开。

本次家长会的召开加强了我校和家长的沟通，强化了家校共建的意识，拉近了家长和学校之间的距离，融洽了家长与教师之间的关系，也有力地促进了我校教育教学工作的开展。
(高三年级部)

荣誉升旗手风采



高一(18)珍珠班的刘鑫同学，尊师守纪，待人真诚，乐于助人，生活质朴。作为学习委员，他尽职尽责，热心服务，是老师的得力帮手，同学的学习榜样。入学时，他的成绩仅列年级一百多名，但入学后他刻苦勤奋，终于在期中考试中取得班级第一、年级第13名的好成绩。生活中，他乐观积极，酷爱篮球。他的座右铭是：“再渺小的希望，在绝望面前，都有无限大的可能。”



高二(7)班的孙振东同学，尊敬师长，团结同学，积极向上。生活中，他喜欢阅读，热爱运动。学习上，他持之以恒，刻苦拼搏，经过长期坚持不懈地努力，成绩从刚入学的400多名进步到年级40名。他的座右铭是：“不为失败找借口，只为成功找方法。”

2019年我校学生获得的国家和社会减免资助项目

序号	时间	项目	人数(人)	补助标准(元)	金额总计(万元)
1	2019.3	曹德旺励志助学金	100	每人1250元	12.5
2	2019.3	春季学期免学杂费	508	每人500元	25.4
3	2019.4	春季国家助学金	791	每人1000元	79.1
4	2019.4	浙江新华爱心教育基金会	154	每人1250元	19.25
5	2019.5	宏志教育基金	117	每人1500元	17.55
6	2019.7	香港黄土地基金	103	每人1000元	10.3
7	2019.8	加拿大中国乡村女生教育基金	13	每人5000元	6.5
8	2019.8	定西国境教育帮扶基金	14	每人5000元	7
9	2019.8	融信集团党建爱心基金	7	每人1000元	0.7
10	2019.8	金徽正能量公益基金	10	每人2000元	79.1
11	2019.8	安定区家庭经济困难大学生新生入学资助	省内12 省外19	省内每人500元 省外每人1000元	2.5
12	2019.10	秋季学期免学杂费	486	每人540元	26.244
13	2019.11	曹德旺励志助学金	150	每人1250元	18.75
14	2019.11	秋季国家助学金	670	每人1000元	67
15	2019.12	浙江新华爱心教育基金会	150	每人1250元	18.75
16	2019.12	宏志教育基金	87	每人1500元	13.05
获得资助的学生共计3391人次，资助金额403.694万元					

节水节电节粮，从点滴做起

曾几何时，“谁知盘中餐，粒粒皆辛苦”的诗句常在耳边回响；曾几何时，“一粥一饭，当思来之不易；一丝一缕，恒念物力维艰”的古训仍在心头萦绕；曾几何时，伟大领袖毛泽东主席掷地有声的一句话：“浪费是极大的犯罪”，警戒着几代人艰苦创业、自力更生。

节约是一种美德，节约是一种创造。勤俭节约，要从每一度电、每一滴水、每一粒粮食做起，积少成多，聚沙成塔。节约一粒粮食，就是节约一片富饶的土地；节约一滴水，就是节约一畔清澈的湖泽；节约一度电，就是节约一座充盈的矿山……节约就是创造财富。随着社会不断发展，人口急剧增长，我国人均使用水、电、粮的耗量快速增长，如果我们不注重节约，必定陷入一种缺水、缺电、缺粮的状态。显然，建设“三节”校园文化已是刻不容缓，学校要为构建“资源节约型、环境友好型社会”尽一份责任。

节约用电是建设“三节”校园文化的题中之义。从煤油灯到电灯，从算盘到电脑，电为人类带来了光明、璀璨和希望，在人类文明的发展进程中具有举足轻重的地位。电来源于煤、石油、

水等资源，同时电本身也是一种资源，是资源就需要节约，毕竟我们不能留给子孙后代一个逼仄的生存空间。“随手关灯很容易，积少成多省电力”。

粮食是我们人类赖以生存的宝贵资源。目前我国人均耕地面积还远远低于世界水平，每年都要进口大量的粮食才能满足需求，节约粮食，珍惜粮食应该成为我们每个公民的自觉行动，作为学生，我们更应该作节约粮食的表率。

节约用水，保护水环境，既是深入贯彻中央关于厉行勤俭节约、反对铺张浪费的文件精神，更是一件功在当代、利在千秋的时代伟业。在政府依法管理水资源、保护水环境的同时，我们也要积极行动起来，如果看到滴水的龙头，请动动手指，如果真的到了水贵如油的那天，将会有无数的人干渴而死，地球上的最后一滴水将会成为人类悔恨的眼泪！

让我们积极行动起来，勤俭节约，人人参与，节水节电节粮，从点滴做起，以自己的实际行动，为社会的进步尽一点自己的责任，为学校的发展贡献自己的一点力量。
(高三8班团支部)

征稿启事

为了培养我校学生的文学兴趣，提高写作水平，校报“魁星阁”栏目面向全校学生征稿。

一、稿件内容：

叙写花样年华的花开花谢，青春岁月的潮起潮落，真诚告白自己在生活、成长中的感悟体会。

二、稿件形式：

散文、小小说、诗词、短评、戏剧小品。

三、稿件字数：

1000 字左右。

四、来稿要求：

1. 稿件送办公楼二楼 204 室教研处。欢迎电子稿件。电子稿件用 Word 文档，以附件方式发送到以下邮箱 290391407@qq.com 征文格式为“题目+班级+姓名+正文”。

2. 稿件一定是作者的原创作品，拒绝抄袭、套作。

五、说明：

欢迎读者对征文真伪监督、举报。举报内容一旦属实，将在下期校报“举报箱”公布，并对举报者给予一定奖励。

责任编辑

一版 杨天顺

二版 路早艳

三版 党彩娟

四版 马 娟

防范艾滋病

7. 目前还没有能够治愈艾滋病的药物，已经研制出的一些药物只能在某种程度上缓解艾滋病病人的症状和延长患者的生命。

8. 积极接受医学指导和治疗，可以帮助艾滋病病人缓解症状、改善生活质量。

9. 至今还没有研制出可以有效预防艾滋病的疫苗。

(二) 艾滋病主要通过性接触、血液和母婴三种途径传播。

1. 在世界范围内，性接触是艾滋病最主要的传播途径。

2. 艾滋病可通过性交的方式在男性之间、男女之间传播。

3. 性接触者越多，感染艾滋病的危险越大。

4. 共用注射器吸毒是经血液传播艾滋病的重要危险行为。

5. 输入或注射被艾滋病病毒污染的血液或血液制品就会感染艾滋病。

6. 使用被艾滋病病毒污染而又未经消毒的注射器、针灸针或其它侵入人体的器械会传播艾滋病。

7. 1/3 的感染了艾滋病病毒的妇女会通过妊娠、分娩和哺乳把艾滋病传染给婴幼儿。

8. 大部分感染了艾滋病病毒的婴幼儿会在 3 岁以前死亡。

9. 因艾滋病而失去父母的孤儿身心发育会受到影响，还将增加社会的负担。

10. 怀疑自己有可能感染艾滋病病毒的妇女应在孕前到有条件的医疗机构作艾滋病病毒抗体检查和咨询。

11. 怀疑或发现感染艾滋病病毒的孕妇应到有关医疗机构进行咨询，接受医务人员的指导和治疗。

(三) 与艾滋病病人及艾滋病病毒感染者日常生活和工作接触不会感染艾滋病。

1. 在工作和生活中与艾滋病病人和艾滋病病毒感染者的一般接触（如握手、拥抱、共同进餐、共用工具、办公用品等）不会感染艾滋病。

2. 艾滋病不会经马桶圈、电话机、餐饮具、卧具、游泳池或公共浴池等公共设施传播。

3. 咳嗽和打喷嚏不传播艾滋病。

4. 蚊虫叮咬不传播艾滋病。

(四) 共用注射器吸毒是传播艾滋病的重要途径，因此要拒绝毒品，珍爱生命。

1. 吸毒是一种违法行为，不仅严重危害吸毒者自己的健康和生命，也危害家庭和社会。

2. 远离毒品可以最大限度地避免因吸毒感染艾滋病。

5、宣传教育和改变危险行为的艾滋病预防措施已被证明是有效的。

6、每个人都有权且必须懂得预防艾滋病的基本知识,避免危险行为,加强自我保护。

7、人人都应该把懂得的艾滋病预防知识告诉其他人。

8、向青少年宣传预防艾滋病、性病的知识,开展学校性教育,保护青少年免受艾滋病、性病的危害,是每个家庭、每个学校、每个社区和全社会的共同责任。

预防艾滋病宣传资料二:

1、生病多因习惯不好,体弱多因营养不好,萎靡只因睡眠不好,颓废只因心情不好,疾病全由生活不好,健康只要细节做好,从细节做起,养成好规律,愿健康一路伴着你。

2、少一点郁闷多一点开心,少一点放松多一点用心,少一点消沉多一点上进,少一点懒散多一点锻炼,少一点随意多一点规律,愿健康一路伴着你。

3、您累了吧,早点睡觉吧,别熬坏身子;您饿了吧,吃吧,别饿坏肚子;感冒了吧,看医生去吧,别硬撑着。呵护您的身体,健康从点滴做起,祝您心情好!

4、锅碗瓢盆要消毒,餐桌椅子要清洗,洗手漱口饭前口,清洗自我莫放手,卫生一份好习惯,病菌统统都放手,健康一份好结果,快乐自然伴你走。

5、理解他们的苦,珍惜自己的福,关爱他们的路,珍惜自己的路,理解他们的无奈,莫让自己无奈,从细节做起,把习惯养成,让健康一路随行。

6、远离电脑电视,亲近自然田园,告别压力郁闷,尽情放松舒展,生活需要开怀,压力需要胸怀,健康贵在开怀,愿你快乐常在,把快乐做成习惯,让幸福永远相伴。

7、鸟语花香的世界叫人留恋,缠绵病榻的痛苦令人心碎。风和日丽的天气请多享受,狂风暴雨的挫折我来陪伴。世界艾滋病日,请珍爱生命,祝健康快乐。

8、艾滋病不可怕,牢记知识预防它;艾滋病不可怕,洁身自爱远离它;艾滋病不可怕,发现治疗有办法。愿您身体安康,远离疾病!

9、身体健康最重要,日常预防不可少;讲卫生,常锻炼,增强体质免疫高;忌油腻,食果蔬,健康饮食很重要;爱生活,爱自己,放端心态最最好!愿你注重日常习惯,拥有好身体!

10、阳光普照大地,把健康快乐环绕,月光朦胧美丽,将幸运幸福轻降。愿健康永远对你微笑。

11、健康,是活力十足有干劲;健康,是面对万物平常心;健康,是天天开心好习惯;健康,是春夏秋冬好心情!愿你拥有十全十美的健康生活!

12、蓝天下一道红色的警戒,化作生命中一片坚固的屏障。把健康这个最佳的礼物,送给热爱生活的亲密伙伴。祝福朋友健康快乐。

13、12月1日为世界艾滋病日,让红丝带牵起更多关爱;让关爱成为防治艾滋病的良药;让世界因为关爱阳光灿烂。让和平和谐关心关爱成为世界永恒不变的主旋律!

14、让“恐惧、误解、歧视”成为昨日黄花;让“认知、理解、宣传”化作今日奇葩。健康快乐生活,从洁身自爱开始!

15、提醒关心很需要,但是健康最重要,提醒我们要康健,天天来把身体练,练好身体保健康,以后日子才能长。祝你身体健康,开心快乐!

16、远离烟酒一点,身体健康一点,远离毒品一点,生活幸福一点,远离病毒一点,生活精彩一点。世界艾滋病日,愿你关注健康,珍爱生命,生活美满!

17、日常生活想甜蜜,健康身体多注意。多多锻炼身体好,全身上下都是宝。不要等到疾病来报道,才想起健康对你多重要!关注身体,关爱自己!

18、爱洗脸,勤洗手,感冒病毒都赶走。常出门、多锻炼,好的身体是本钱。提醒各位注意身体健康!

19、艾滋病无情,但我们有情。艾滋病可以夺走生命,但我们可以挽救生命。多注意点日常卫生,一定要身体倍棒!同时不要忘记关心一下身边的人哦。

20、让我们给病痛的人以关怀,给痛苦的人以仁爱,远离可能的侵害,掌握抗拒病毒的命脉,洁身自爱,让生命更显光彩!

校医室(宣)