

# 聚焦落实夯基础,引领方向促提升

## ——市教学视导专家组走进三中

本报讯(株洲晚报融媒体通讯员/郭志华)9月15日,在株洲市教科院副院长王迅的带领下,由各学科教研员及各校骨干教师组成的课堂教学指导专家组走进三中,开展教学视导。

据悉,今年秋季教学视导以“落实新课标、新课程和新高考要求,用好新教材、落实学科核心素养的培育”为重点,对九个文化学科分主题开展。与以往不同的是,本次视导增加了新课程、新教材、新高考实施情况的督查和指导,通过查阅资料、座谈交流、问卷调查等方式了解主要任务的落实情况。

上午的时间,专家组一行走进课堂,在三个年级听取了18堂课。各学科教师聚焦“三新”,在课堂上灵活运用“三步七环节”教学模

式,充分凸显学生的主体地位。学科素养和信息素养深度融合的课堂,活力四射,这也充分展示了三中教育人的风采。

在分学科研讨环节,专家组对三中老师注重学情、教法灵活、情境设置、直观高效等亮点予以肯定,同时对课堂的优化方向给予了充分的指导。王迅对新课程实施中开展的工作高度肯定,鼓励三中教育人继续务实创新,走出三中特色的教研之路。

此次视导对三中的教学教研工作起到了很好的促进、指导和引领作用。三中教师表示,将以此为契机,推进落实各项教研常规工作,创新开展重点工作,进一步优化教研环境。同时加强“三新”研究,进一步推进新课标、新教材、新高考全面实施,全面提高学校育人质量。



▲专家组成员分学科深入课堂,观摩课堂教学。株洲晚报融媒体通讯员/刘美华 摄

# 新凤凰高级中学开展纪念“九一八”事变主题活动



近日,株洲新凤凰高级中学举行了“铭记国耻九一八,我辈奋发图自强”主题教育活动。

活动中,学校团委书记陈辉带领全校师生回顾了那段沉重的历史。随着防空警报响起,全体师生肃立、双目低垂,为“九一八”事变中逝世的同胞默哀三分钟,向抗日英烈表达最崇高的敬意。随后,历史老师罗明先作主题为“勿忘国耻,牢记历史”的国旗下讲话,倡导大家“以史为鉴,珍爱和平,勿忘国耻,我辈自强!”

活动的末尾,全体学生在“牢记历史,警钟长鸣,努力奋发,振兴中华”的横幅上郑重地签下自己的姓名。

(株洲晚报融媒体通讯员/郭雪梅 摄影报道)

# 市远恒佳景炎高级中学:依托全员导师制实现全方位育人

本报讯(株洲晚报融媒体通讯员/赵秋妍)近日,株洲市远恒佳景炎高级中学全体教职工齐聚一堂,参加全员导师制工作推进会。

该校负责人介绍,全员导师制方案秉承因材施教、发展性、双向性、可操作性四大原则制订。该制度下,每位教职工通过双向选择,将成为8名学生的成长导师,在思想、学习、生活等各方面关怀学生的成长,致力培养学生良好的行为习惯和正确的价值观,成为学生们的价值观引领者、学业辅导者、生活指导者、心理疏导者、行为指导者,促进学生的全面发展。

同时,导师还要为每名学生建立成长档案,每个月

须要做到三个一:和学生交流一次;和家长交流一次;和班主任交流一次。每学期对受导学生的发展情况作全面分析。学校发展中心或年级组将定期对导师制的实施情况进行考核与评价,评价的结果纳入年度考核和工作业绩考核。

全员导师制立足立德树人的根本任务,体现了该校“我,不一样”的美好教育育人理念,实现全员育人、全程育人、全方位育人的目的,做到教书与育人相结合,共性教育与个性教育相结合,让学生在和谐密切的师生关系中,在精细化、个性化的指导下成长为德才兼备的国之栋梁。

壬寅年八月廿五  
2022/09/20  
星期二  
今日12版  
株洲日报社主管、主办  
国内统一连续出版物号  
CN 43-0061

# 株洲晚报



微信公众号  
新闻热线 28829110  
广告热线 28835396  
总第7502期

# 120类以上证照今年将跨入电子时代

A02

# 乡亲们 水来啦

A05



▲9月19日,天元区群丰镇石塘社区,成功从易俗河镇双梅村引水进来,200余亩水稻保产有望。石塘社区境内无江河支流,今夏缺水严重,洒水车定期为村民送水。图为送水现场。株洲晚报融媒体记者/杨如 摄

# 炎陵县捣毁一处非法开采稀土窝点

A06

# 气象干旱加剧 森林火险等级极高



比起降温,我们更期待一场雨。然而,在9月余下的日子,这场雨没有半点要来的征兆。昨天,市气象台发布新一期气象专报称,在过去两个月内,除炎陵外,株洲的降雨量比往年偏少了九成,达历史最低值。截至9月18日,市区、醴陵、攸县、茶陵大部分地区特旱,其余地区重旱。本周依然没有雨的消息。未来一周,株洲以多

云或者晴天的天气为主,高温缓解了。有云、有阳光、有微风、有金色的秋天,唯独没有想念已久的秋雨。

正因如此,整个城市的火险等级依然很高。市气象台说,本周全市气象干旱加剧,预计至9月25日,特旱区域将扩大至除炎陵外的全区域,炎陵维持重旱。相对湿度低,森林火险等级极高。

再来说说这场降温。这场冷空气从明天开始渐渐渗透到这座城市,到本周五,最高气温都是27℃。单看这个温度不会觉得冷,但是毕竟是秋天了,气温停留在一天中最高点的时候很短。

应该注意的是,太阳出来之前或是下山以后,慢慢渗透的凉意。特别是这场冷空气过后,早晚最高气温只有19-22℃了,如果早晚出门的话,还是多带一件长袖衣服吧。

(王娜)

	今天	晴天	23~33℃
	明天	多云	21~30℃
	后天	多云	19~29℃
风向:北风			
风力:2~3级			(市气象台发布)



# 速查自家餐桌,这些常见食物小心有毒

## 这些肉类含有毒素

**鱼胆:氢氰酸**  
鱼胆即鱼的胆囊,主要用于容纳鱼类肝脏分泌的胆汁。多数鱼类的鱼胆都具有毒性,毒素直接作用于人体肠胃及肝、肾,能引发恶心呕吐、腹痛腹泻、多脏器功能的衰竭等症,甚至导致死亡。

**织纹螺:河豚毒素**  
引起织纹螺中毒的主要原因是其含有河豚毒素,食用后可令人产生头晕、呕吐、口唇及手指麻木等中毒症状,严重者可致死亡。河豚毒素潜伏期最短为5分钟,最长为4个小时。该毒素对热稳定,煮沸、盐腌、日晒等均不能将其破坏。

## 这些食物处理不当易中毒

**未煮熟的豆浆:皂甙**  
成熟豆浆中含有一种叫“皂甙”的抗营养成

分,加热至100℃后会破坏。当豆浆煮到85-90℃时,皂甙受热膨胀,会产生一些表层的浮沫,易出现“假沸腾”现象。未煮熟的豆浆可能会导致消化不良。令人产生胀气、腹泻、恶心等不适症状。

**新鲜的黄花菜:秋水仙碱**  
黄花菜多以干制品常见,但不少人更喜欢清鲜、软滑的新鲜黄花菜。鲜黄花中含有一种叫秋水仙碱的生物碱,本身虽无毒,但被肠胃吸收后,在新陈代谢中会被氧化,可转化为二秋水仙碱的有毒物质,食后易致中毒。吃鲜黄花菜应先用水浸泡两小时,再用沸水煮透。此外还需注意,鲜黄花菜的每次进食量不宜超过100克,且不宜连续食用。

**久泡的木耳:椰毒假单胞菌**  
木耳如果泡发2天以上,易滋生椰毒假单胞菌,导致木耳腐败变质。

## 这些长斑、长芽的食物不能吃

**长斑的红薯:甘薯长喙壳菌**  
红薯如果有黑斑病,会出现近似圆形或不规则形状的黑色或褐色凹陷状斑斑,切开外皮,里面是黑绿色。一般是由甘薯长喙壳菌引起,这种毒素会让红薯变硬、发苦,食用后轻者出现恶心、呕吐、腹泻等症状,严重者会感觉高热、气喘、头痛、神志不清、抽搐,甚至可能致死。

**发芽的土豆:龙葵碱**  
土豆中天然存在一种生物碱类有毒物质龙葵碱。正常情况下土豆的龙葵碱含量极低,但如果土豆发芽了,发芽处龙葵碱的含量就会很高。龙葵碱中毒的症状为恶心、口舌发麻、腹泻等,还会伤害人体的胃肠道。

(来源:科普中国)