编者按 拼搏、奋进、圆梦……在2022年高考进入冲刺时段里，我市各高中学校以诊断会议研讨备考策略，以心理讲座、快乐运动的方式为学生减压，以营养餐、谈心谈话关爱学子等多措并举，激励学生们信心满满，积极备考，圆梦青春。

奋斗青春 精彩未来

——我市各高中学校多措并举激励学子冲刺高考

□何婕妤 刘廷军 何旭平
张 尧 杨宏图 邱刚健 文/图

争分夺秒，攻克考试薄弱环节。

“忘我一时，专注一时，抓紧每一时。”“比知识准确，比技法熟练。”……在广元中学、苍溪中学、剑阁中学、市八二一中学、市实验中学、朝天中学等高中学校的高三教学楼，醒目地悬挂着名言警句，时时激励学子珍惜时间，努力拼搏。

步入各校高三教室内，课桌上堆放着厚厚的书籍，大家安静地低头奋笔疾书，只听见笔尖划过纸张的声音，直到下课铃声响起，学生们仍在忘我地学习，用实际行动见证着“奋斗的青春最美丽。”

伴随着高2019级高考复习进入关键时期，我市各高中学校采取邀请专家把脉分析备考策略、“名师讲堂”活动为学生查漏补缺、心理讲座缓解学生压力等举措，为学生科学备考保驾护航。

4月11日下午第三节课上，广元中学高三学生们正专注自主复习，冲刺高考。

名师讲堂添彩 师生同心筑梦

“全体高三教师凝心聚力，恪尽职守，精心教学，优化措施；全体高三学子斗志昂扬，信心满满备考，师生同心筑梦，相信今年的高考，苍中学子定会庚续辉煌！”苍溪中学党委书记伏兴成在学校的高三备考分析会上言语铿锵有力。

“李老师，这道题我还有一种解题思路。”“张老师，我的物理电学和创新实验还需要辅导一下。”在苍溪中学开展的“名师讲堂”活动中，学生们根据自己学习实际情况，选择课堂听课或请教老师答疑，不仅激发了学习热情，还更多地学会了攻克自己薄弱学科的方法。

不仅开展“名师讲堂”活动，苍溪中学还利用自习课时间，针对高三学生实际，进行个性化针对性教学辅导服务，帮助学生提升。

在高考进入冲刺阶段，苍溪中学尤为关爱师生的身心健康。“专任心理辅导教师以定期与不定期相结合的方式，到高三各班级开展心理疏导，协助班主任实施有特色的班级团建活动，及时发现问题，妥善分析处理问题，引导高三学生善待高考，珍惜高考，做一个身心健康的人。”苍溪中学校长姚成介绍道。

精细高效管理 悉心呵护成长

“全体教师应咬定目标不放松，狠抓落实不松劲，凝聚合力不懈怠，砥砺奋进，坚毅前行，用汗水浇灌希望，用拼搏创造成绩。”剑阁中学校长何雄林在高三复习备考工作会上对教师们提出殷殷期望。

步入剑阁中学高三年级组办公室，一本厚厚的《剑阁中学高2022届年级组资料汇编》端正地放在办公桌上，里面详细记录了高三教师集思广益的计划、方案、工作行事历。长期以来，剑阁中学注重高三管理的精细化，从围绕“前途理想教育”“感恩教育”“爱国教育”、学习经验交流、成绩分析等主题召开班会，到坚持“每周一歌”及收看《新闻周刊》，再到远足活动、篮球比赛等，学校都会早期制定计划、方案并有效落实。

“我想要怒放的生命，就像飞翔在辽阔天空……”“午唱”时，剑阁中学高三学生齐声高唱歌曲《怒放的生命》，唱出心中的豪情和信念：“有梦，奋斗、拼搏就会梦圆。”

凝聚集体智慧 拓展教研精神

“全体高三教师应凝心聚力，集聚智慧和信心，优化高考备考策略，做到精准诊断，科学备考；具体复习中做到回归课本和学生基础错题，让学生反复训练，实现熟能生巧，不仅提高教学能力，也要提高学生学习能力。”在市八二一中学召开的2019届高三二轮复习备考研讨会上，校长杜文志对后勤备考作了细化部署。

“你很棒，继续加油！”“加油，你一定会实现理想！”一张张彩色的祝愿卡片，写满了学生们相互激励的话语。在高考冲刺阶段，市八二一中学高三各班学生以小组为单位，通过相互鼓励、背诵考试誓词、唱一首喜欢的歌曲等方式，缓解学习压力的同时将浓浓的友情转化成努力前进的动力。

调整复习策略 提升备考质量

“高三的复习方向很重要，后期复习应从全面复习转入重点复习，对重点难点进行提炼和掌握，让学生把握高考题型的特点和规律，掌握解题方法，初步形成应试技巧。”在市实验中学高三复习备考研讨会上，该校校长何荣生提出调整复习策略。

市实验中学针对学生后期备考，从细节入手，实现师生学习工作有理、有节、有序，学生的学习生活紧凑有效。同时保障体育锻炼时间，让学生保持强健的体格和充沛的精力，提高复习备考效益。教师要安排好教学内容的疏密，复习节奏的快慢，提升备考质量。

同时，该校继续发挥好“共创”系列减压课的效用，教师深入到学生中，陪餐陪学、谈话沟通，举办理想信念主题班会活动，积极予以疏导。家校携手，加大情感投入，做好学生心理指导工作，实现知识能量与心理能量的最佳释放，充分挖掘学生的非智力因素。

备考差异施策 挖掘学生潜力

“奋力拼搏，冲刺高考，奔向梦想的彼岸……”4月9日，在朝天中学召开的“二诊”表彰暨高考六十天冲刺动员大会上，高三学生的铿锵誓言响彻校园。

该校举办此次活动旨在树立典型、表彰先进、激励优秀、振奋士气。朝天中学校长李定本希望全体高三学生坚定梦想，肩负责任，以顽强的斗志迎接新的机遇与挑战，信心满怀备战高考，不负韶华，圆梦理想大学。

该校推行差异施策，坚持“一班一策、一生一案”差异精准管理模式，进一步强化备考措施，优化备考方式。高三备考管理团队结合“二诊”成绩分析，进一步完善备考措施，突出高考备考的指导性；学科备考团队结合高考要求，跟进复习研究，增强复习的精准性；科任教师优化课堂教学方式，发挥学生备考的主体性，全力做到精讲精练，打造高效复习课堂；班级备考团队结合本班实际，营造班级备考氛围，激发学生内驱力，调动学生冲刺高考的积极性。

“努力，再努力，不要有遗憾，尽力就好！”十二年寒窗苦读，成为高考的着力点。除了上述学校多措并举助力学生科学备考外，广元外国语学校、广元天立国际学校、剑门关高级中学、苍溪县城郊中学、青川中学校、苍溪县实验中学、广元市川师大万达中学、广元市树人中学、广元市元坝中学、广元市宝轮中学等高中学校结合学生实际，组织开展系列特色活动，让高三学子们放飞梦想，努力奋进，迈着铿锵的脚步向着理想的大学校园前进。

正视差距 加压奋进

我市高2022届“二诊”成绩分析会召开

本报讯（赵开新）日前，市教科所分学科组织召开了主题为“正视差距，加压奋进”的高2022届第二次诊断检测学科成绩分析会。

会上，各学科从研判“二诊”数据、精准查找问题、落实备考方案和“三诊”应对策略等方面作了交流和研讨。市教科所各学科教研员总结分析了“二诊”中各学校、各学科的总体情况，并就后期复习备考工作提出具体建议。

会议要求，各学校要科学参考“二诊”成绩，认真研究数据，研究师生，找准真问题；要结合实际，凝心聚力解难题，精耕细作抓落实；要加强师生心理健康指导，尽力减小非智力因素对备考的干扰，激发师生惜时拼搏的斗志；要加强考情研究，确保方向准确、指导精准；要按照历年抓高考的时间节点和常规要点把备考工作做得更细、更实。

2022年是“建设四川知名教育高地”起步之年，要全力提升办学质量。与会的高中学校各学科备课组长纷纷表示，在高三后期教学工作中，将进一步强化担当，精准发力，以问题整改为重点，着力优化管理策略；以提升质量为落脚点，精准定位、精准发力、精准服务，努力夺取2022年高考新胜利。

苍溪职中

科研教学成果 揽4项省级大奖

本报讯（雷蕾）4月8日，省政府发布了《四川省人民政府关于公布2021年四川省教学成果奖的通知》，苍溪职中主研《农村中职现代农艺技术专业与县域特色产业“同心共生”发展模式实践研究》获省一等奖，《普职融通“岗证赛创考”五融合课程体系实践》获省二等奖。参研课题《西部涉农专业中高企协同育人体系构建与实践》《电子信息类专业“一平台、三联动、三协同”中高职贯通培养模式创新与实践》均获省二等奖。

长期以来，苍溪职中坚持立德树人，不断深化“三教”改革，以“基于学生实际，为了学校发展”为理念，建立了以课程改革和教师专业发展实际需求为导向，以解决学校教育教学实践突出问题为突破口，以“名师评选”“听评课”“读书学习”“论文撰写”“同课异构”“校际交流”“教师帮扶”“听推门课”“教学能力提升”“课题研究”十项主题活动为抓手的教育科研机制，发表专业论文104篇，编著教材39部，承担课题研究29项，科技项目3项，科研成果获奖21项，获省政府教学成果奖5项，获专利2项；教师教学能力大赛获省二等奖24人，市等次奖125人，取得了显著的成效。

鼓楼幼儿园

沐浴书香 共同成长

本报讯（张婕 广元日报全媒体记者 孙良彬）4月8日，剑阁县鼓楼幼儿园举行了主题为“沐浴书香，悦享四月”的阅读活动启动仪式。

活动中，大班的两位小朋友带来了演讲《让绘本陪伴我们成长》，中二班的小朋友带来了好听的儿歌《我爱阅读》。大班年级的老师围绕所读书目《小王子》的精彩内容，演绎了主人翁的不同心理与游戏场景，分享了自己的感悟与体会。

该园园长刘建容鼓励全体教师爱读书、读好书、善读书；要拿出勇气，勇敢地走上台，畅谈教育理想，抒发感言，希望大家在感动、温馨、激励中一路前行，共同成长。

三川小学

加强爱国主义教育

本报讯（汪鑫 广元日报全媒体记者 孙良彬）敬献鲜花、朗诵诗歌……近日，在苍溪县三川小学组织开展的以“缅怀革命先烈、传承红色基因、赓续红色血脉”为主题的教育活动中，该校学生在老师们的带领下，上了一堂生动的爱国主义教育课，激发了拼搏奋进的劲头。

学校4、5年级学生步行到刘明富烈士陵园开展清明节祭扫活动，师生整齐列队向革命烈士敬献鲜花、默哀致敬。随后，少先队员代表朗诵诗歌，致敬先烈。师生们纷纷表示，一定要珍惜现在的幸福生活，立志继承和发扬革命先烈精神。

市零八一中学

综合施策促减负提质

本报讯（王崇林）今年春季开学以来，市零八一中学进一步从提高课堂教学效率、提高课后服务质量、作业减量增效等工作入手，乘着“双减”与“双增”的东风，实现学生的课业变得有滋有味，有活力。

该校以“立德树人，五育并举”为根本，扎实推进“双减”工作，深化教育改革措施，持续提高教育教学质量，积极推进素质教育，丰富校园文化生活，采取抓课堂备课、抓作业设计、抓课堂教学“三抓”，增强教研力度、增强课后服务管理力度、增强五项管理力度“三增”，减学生书包重量、减学生作业重量“二减”，改变艺体课堂模式、改变课堂学习模式“二改”的举措，促进学生深度学习，实现学生全面发展，让“双减之花”在校园生根发芽。

“双减”政策实施以来，学校全体教师通过创设情境，师生共同参与课堂，共享探究过程，让学习真实发生，让学生学会学习，真正实现从“以教为中心”向“以学为中心”的转变，展示了教师对“双减”政策下的课堂教学的新思考。抓住课堂主阵地提质增效，让课堂教学质量成为实现“双减”目标的内驱力。大力提高课堂教学效率、提升教师专业素养、打造优秀师资队伍，助力“双减”工作高效实施。

采撷春色做青团

“双减”政策实施以来，我市各校因地制宜，组织开展多样活动引导学生在活动中学习，在实践中思考，丰富校园生活，增强学生综合素养。图为市树人幼儿园幼儿用艾叶制作青团。

韩佩云 摄

创建全国文明城市

苍溪实验中学

“五位一体” 关爱学生心理健康

本报讯（陈子忠 赵斌）“学校的心理健康工作要建立以班主任为主，家长、专业教师、学生同伴和心理辅导导师协助的‘五位一体’工作模式。”近日，在苍溪实验中学召开的关爱学生心理“一对一”辅导工作推进会上，学校党委书记蒋挺细化了后期学校关爱学生心理健康的举措，以进一步促进学生健康成长。

中学生正处于青春叛逆期，容易出现心理问题，早预防，早发现，早干预是关键。该校通过前期班主任的观察交流，心理健康教师的专业研判和问卷监测，筛查出了个别心理异常的学生。

心理健康教育是德育工作的重要组成部分，德育处对心理异常学生“一对一”辅导工作作出了具体安排，对班主任、心理健康课的专业教师和结对辅导员提出了明确要求。心理健康教师提出了平时工作中面临的现实问题，参会相关负责人对现实问题逐一提出了学校的解决方案。

学校校长刘军希望各班班主任一定要摸清学生心理健康的情况，要加强与家长的沟通，让家长知晓自己孩子的性格特征，教会家长与孩子交流的方式方法，尽力争取家长与学校的配合；心理辅导员在与学生交流中要讲究技巧与方法，同时要建好关爱学生心理健康开展工作的档案，随时比对学生的情况变化，以便针对性地采取措施。

学校分管德育的副校长权孟德希望教师们以励志开导的方法唤醒学生积极向上的动机，集大家的智慧关爱学生的心理健康，助力学生健康成长。

本版协办
（排名不分先后）

四川信息职业技术学院
川北幼儿师范高等专科学校
广元广播电视大学(广元开放大学)
四川省广元中学
四川省苍溪中学
四川省剑阁中学
四川省广元外国语学校
四川省广元市八二一中学
广元天立国际学校
四川省广元市实验中学
四川省苍溪县城郊中学
四川省广元职业高级中学
四川省广元利州中专
四川省苍溪实验中学
四川省青川中学校
四川省宝轮中学
四川省剑阁职业高级中学
四川省广元市树人中学
四川省剑门关高级中学
四川省广元市元坝中学
四川省广元市川师大万达中学
四川省广元市朝天中学
四川省广元市零八一中学
四川省苍溪县职业高级中学
广元市利州中学
广元市利州区大东英才学校
旺苍博骏公学

责任编辑：陈雪莲
编辑：汪江婷
美术编辑：宋兰英 张懿玲
版式：李秀英
校对：王丹