

规划生涯践行理想 唤醒自觉梦想启航

嘉定区丰庄中学开展生涯规划教育系列活动

近年来，上海市嘉定区丰庄中学深入贯彻党中央关于当代中国青年发展的相关理论精神指导，全面落实立德树人的根本任务，探索形成中小学有机衔接、适应学生终身发展需要的生涯规划教育内容体系，以一系列精彩纷呈的活动为学生的未来之路点亮明灯。

职业体验：传承优秀文化，启迪生涯规划
今年5月以来，为了传播体验式生涯成长理念，增强学生的生涯规划意识，提升学生选择力和适应力，丰庄中学先后组织多场参观访学活动，为学生的生涯规划提供了宝贵的经验。

在劳动节前夕，丰庄中学七八年级的学生们怀揣着对劳动的崇敬之情和对未来的憧憬，分批前往上海工匠馆、上海劳动模范风采馆、上海智能传感器产业园、120急救中心与中国科学院声学研究所东海研究站等地。实地探索、实践操作激发了学生对科学的兴趣和探索欲，为他们的生涯规划提供了宝贵的参考。

10月18日，为进一步传承弘扬中医药文化，丰庄中学组织学生赴上海市中医医院开展了中医药文化实践体验活动。活动中，朱海青、赵凡尘医生通过专题课堂，为学生们介绍了中药的基本情况与中药文化发展的历程。随后，学生们来到中药房与中医非药物治疗中心，在医生的讲解下感受药品分类、储存与管理的奥秘，并对骨伤推拿传承史、针灸、推拿、拔罐等中医历史与常见复手手段有了一定的了解。在学习过程中，学生们对中医及其现代化发展产生了浓厚的兴趣，他们积极提问，踊跃体验，收获颇丰，这场活动增强了他们的文化自信和民族自豪感。

生涯课程：明确目标，规划未来
为进一步帮助学生明确生涯规划，丰庄中学定期邀请专家开展生涯规划课程。在5月举办的《遇见最好自己“划”出美好人生》中，上海市家长学校家庭教育指导师赵红为学生们介绍了霍兰



德的兴趣六角形模式，通过职业兴趣测评、职业性格测试等多种工具，帮助同学们对自我有了更清晰的认知。

9月以来，丰庄中学邀请了生涯教育专家孟老师，先后开展了《美好的理想 从这里启航》《探索不同的我》主题教育。在《美好的理想 从这里启航》中，孟老师从展示生活场景入手，引导学生充分联想并提出与场景相关的系列职业，引发学生思考。孟老师还为学生讲解了职业的八大种类、职业的变迁及职业带来的价值，引导同学们思考职业与社会发展的关系；而在《探索不同的我》中，孟老师用“我的自画像”开启课堂，又进行了“探索‘我喜欢’”和“闯关兴趣金字塔”两个活动，帮助学生们进一步探索自己的“有趣”“乐趣”“志趣”。最后，孟老师通过自我关怀、尝试理解、写优点等步骤，向学生们传递了“悦纳自我、并成为更好的自己”的理念。

丰庄中学通过开展职业体验和生涯课堂等多种形式，为学生们提供了一个全面了解自己、认识社会的平台。在这里，同学们不仅学到了知识、开阔了眼界，还收获了成长和进步。相信在未来，丰中学子定能立足当下、着眼未来，相互鼓励、相互支持，书写属于自己的最美青春篇章。

探索教研创新路径 激活教育内生动能

嘉定区桃园幼儿园学前教育集团开展落实教育部幼儿园保育教育质量提升实验区(嘉定区)实验项目工作系列活动

近期，嘉定区桃园幼儿园学前教育集团开展了落实教育部幼儿园保育教育质量提升实验区(嘉定区)实验项目工作系列活动。活动紧密围绕教育改革与园本研讨等核心议题，激起了与会者的深度共鸣与深刻思考。

推动教研从实 共建问题素材库
在首先召开的研讨会上，桃园与安亭学前教育集团的22位园长齐聚一堂。就“共建问题资源宝库”“精准定位教研话题”以及“教研驱动教师实践改进策略”等研究要点进行了探讨。

随后，两大集团的22所幼儿园依据各自的研究重点，分为三组展开了热烈而深入的交流与探讨。园长们纷纷发声，不仅详尽介绍了各自园所问题资源宝库的设计与实施现状，还就高低结构教研话题的理解与困惑进行了坦诚分享，并提出了关于梳理教研驱动教师实践改进策略的路径与方法的独到见解。有的从“问题梳理”“素材库构建流程”“素材使用后的评价”等方面分享了经验，强调素材库的核心在于贴近实际，抓住教师和幼儿在教育实践中的真实问题，为教研提供有力支撑；有的认为高质量教研需要“对话感”，低结构话题更加灵活，能引发教师的共鸣和参与热情。未来，各园应通过调研，深入分析教师自主讨论的话题内容和频次，为教研创新提供数据支持；有的则分享了关于教研共识的思考。共识的价值在于分享与应用，应通过梳理实践经验，形成有效的评价机制，推动教研成果的落地。

优化园本教研 助力教师内生成长
为进一步激发内驱力、探究服务实践的教研变革，活动还邀请了上海市教师教育学院幼教部教研员贺蓉就“优化园本教研，助力内生成长”为主题开展专题培训。培训中，贺蓉从“园本



教研的价值定位”“教师在教研现场的处境”以及“教研如何助力教师成长”等多个角度深入阐述，指出教研的本质是促进教师的专业成长。她强调，要转变教研模式，从“为了教师”到“基于教师”，从“教师到场”到“教师立场”，让教研真正关注到每位教师的实际需求。

桃园幼儿园学前教育集团理事长吴婷表示，“每一个”“看见自己”“站在现场”等关键词给她留下了深刻印象，教研中要关注“每一个鲜活的个体”，关照到每一个教师的真实需求。她希望教师在学习、探索与变革中突破现有教研样态，让教研真正培育教师成长、焕发内生动力。

本次培训为两大集团搭建了一个宝贵的学习与交流平台，参会教师纷纷表示受益匪浅，将以更大的热情投身教研实践。

此次系列活动的开展为项目的推进奠定了良好基础，也为教师提供了宝贵的学习契机。未来，桃园幼儿园学前教育集团将继续深化研究，探索教研创新路径，推动“基于实证的教研”项目实践，让教研真正成为激发教师内驱、服务课程实践的有力抓手，助力幼儿园保教质量迈上新台阶。

校园安全 消防先行

青浦区辅读学校开展“119”消防疏散演练活动

在第33个全国消防日来临之际，为提高全校师生的消防安全意识和应急疏散能力，11月4日，青浦区辅读学校开展了主题为“校园安全 消防先行”的“119”消防疏散演练活动。

安全知识：深入人心，共筑防线
活动中，校园教师张曼和学生汪一平向全体师生深入浅出地讲解了火灾的危害性和预防措施，并强调了火灾发生时的正确应对措施。全校师生认真聆听，进一步认识了消防安全的重要性，增强了安全防范意识。

安全疏散：迅速有序，确保平安
随着一声尖锐的警报声响起，疏散演练正式拉开帷幕。校园内立即进入紧急状态，全体师生按照预先设定的疏散路线，低着头、捂着口鼻，迅速而有序地撤离到指定的安全区域。撤离至操场



后，班主任即刻清点人数，确保没有一个学生滞留。整个过程紧张而高效，展现了学校日常安全教育的成效。

灭火演练：实操演练，提升技能
随后，学校还组织了灭火演练。在校总务处老师叶馨的指导下，师生们学习了如何正确使用手提式干粉灭火器进行灭火操作。师生们认真观看灭火步骤，牢记灭火要领。之后，几位青年教师依次进行了灭火实操。通过亲身体验，师生们对灭火技能有了更直观的了解和掌握，增强了应对突发火灾的实战能力。

通过此次演练，学校不仅提高了师生的安全技能，更让安全意识深植于每个人的心中。未来，学校将继续推进安全教育，开展火灾隐患排查整改，定期举行各类安全演练，将安全文化融入到校园的每一个角落。

礼赞青春 爱我中华

上海大学附属中学新疆部获市中小学民族(班)校学生歌舞比赛一等奖

近日，上海大学附属中学新疆部高一年级40名同学参加了由上海市教育学会民族教育管理专业委员会举办的“爱我中华”上海市中小学民族(班)校学生歌舞比赛，以优异的表现荣获大赛一等奖。

上海大学附属中学参演的歌曲节目《青春舞曲》，通过同学们不同声部的碰撞与演绎，强烈的表现力和感染力，让评委与观众感受到民族特色曲调的魅力。节目受到了一致好评，最终获得一等奖。

备赛期间，同学们在艺术教师刘禹欣的指导下，付出了心血和努力。在不耽误课程学习的前提下，大家利用课余时间一遍遍排练，力求做到极致。这份成绩来之不易，是同学和老师共同努力的成果。从备赛到比赛，大家的身上展现出了上海大学附属中学师生团结一心、追求卓越的精神风貌。



此次比赛，提升了同学们的艺术能力与素养，增强了团结协作与凝聚力，也使大家体会到了不同民族文化之间的相互尊重与融合。歌声中，展现了上海大学附属中学学子的青春风采，表达了对祖国的拳拳赤诚之心。

玩转科学 畅享童年

南翔幼儿园学前教育集团户外科学探究活动在嘉定区云翔幼儿园开展

近日，“玩转科学·畅享童年”南翔幼儿园学前教育集团户外科学探究活动在嘉定区云翔幼儿园开展。华东师范大学学前教育与特殊教育学院副教授施燕、南翔幼儿园学前教育集团理事长邓姝雯、古猗幼儿园园长陈蕾、上师大附属嘉定幼儿园园长金春亚、云翔幼儿园园长沈海燕及南翔幼儿园学前教育集团各幼儿园业务负责人与骨干教师参加活动。

走进云翔幼儿园，眼前是一幅生机勃勃的景象。小班的幼儿在“科探乐园”中自由探索、勇敢尝试、合作分享。他们在草地、帐篷下玩转光影游戏，自制望远镜、伞等玩具，尽情玩耍，并初步感知了影子、彩光、色彩等科学的奥秘。果树林里，幼儿们充分对自然资源进行探究，每一棵树、每一片草地都成为他们活动的宝地。

此外，在鸭鸭饲养区，幼儿们通过观察、讨论，深入了解了鸭子的生活习性及照顾鸭子的小妙招。沙水区的活动则让师生共同体验了科学乐趣，幼儿展现出强大的创造力和无限的生长力。

活动现场，云翔幼儿园老师沈依静、古猗幼儿园老师陈新瑶、南翔幼儿园老师孙佩以及上师大附属嘉定幼儿园老师曹匀分别以“一探‘非’竟”“邂逅‘泡泡’之旅”“向大自然借点颜色”“嗨，亲爱的鸟朋友”为主题，分享了他们在户外科学探究活动中的实践经验。

施燕对云翔幼儿园在户外科学探究活动方面的创新与努力给予了高度评价。她表示，园所创设的户外科探环境自然生态、儿童友好，使幼儿在多样式的活动中获得丰富多元的发展价值。

未来，期待教师在户外2小时活动的实践中继续让儿童保持好奇、好问，从而引发幼儿持续地探究、复盘、反思，与儿童相伴成长，共享童年美好。



探万亩稻田 寻农耕文化

嘉定区春申幼儿园大班组开展文化寻根活动

金秋时节是丰收的季节。为了让孩子们进一步与谷物接触，感受自然对生命的馈赠，11月上旬，嘉定区春申幼儿园大班的孩子们前往外冈镇高楼村开展了“探万亩稻田，寻农耕文化”文化寻根活动。

稻花香里大课堂，孩子们讨论着关于稻田里的话题……稻谷是什么?大米又是怎么来的?活动开展之前，孩子们和家长们一起搜集信息，通过绘本、视频解答孩子们的疑惑，这让孩子们对此次出行产生了更多的好奇心和探究欲。活动在一片金黄的稻田中拉开了序幕。高楼村的工作人员精心准备了生动有趣的农田知识宣讲，让孩子们了解农业的重要性。此外，孩子们还参观了农业机械化中心，亲眼见证水稻脱壳、烘干等工序的操作，感受到了现代化科技下收稻的便捷性，也从中了解到了“一粒米”的生长过程。



小小稻田初体验：孩子们在工作人员的引导下，领取割稻所需装备，并学习了安全使用小镰刀的方法。随后，大家分成小组，走进金灿灿的稻田。孩子们在老师的陪伴下，兴奋用小镰刀割起水稻。他们摸一摸稻穗、闻一闻稻香，用各种感官去探索、感受稻田的秘密。在这个过程中，欢声笑语充满了整个稻田。孩子们在地里收割、在心里种花，感受丰收喜悦的同时，演绎了一幅生动的秋收劳作图。

遇“稻”美好大行动：与稻田挥别后，孩子们对稻子的兴趣还没停止。他们迫不及待地动起手来，有的将一颗颗饱满的稻粒从稻秆上剥落，有的试着用研磨器脱稻谷，有的用图符的形式记录并和同伴分享这次特有的经历……他们用自己的创想方式探索着、用自己的方式记录着，幼儿园里飘散着幸福生活的香甜味道。