

“培养学生国际理解与全球胜任力”写入上海教育发展“十五五”规划

跨国研学拓视野 合作办校聚人才

这个寒假,上海应用技术大学“路连中老”跨境研学实践团深入中老铁路沿线,开展专业实践、田野调查、文化交融与公益服务,展示“Z世代”年轻人的朝气与活力。与此同时,以匹克球为媒,由卢湾高级中学、市南中学师生组成的中美青少年匹克球友谊赛上海访美团踏上马里兰州球场,和美国同龄人切磋球艺,沟通心意,这也是去年4月马里兰州师生到访上海等地后的回访,堪称友谊的延续。

正拥抱世界的上海年轻人,已成为这座城市展示国际影响力与活力的“青春名片”。“十四五”以来,上海教育国际影响力与竞争力显著提升,为建设教育强国、教育强市贡献了上海方案。面向“十五五”,上海教育将进一步深化对外开放,培养和引入国际优秀师生,建设全球创新人才集聚地,“培养学生国际理解与全球胜任力”也被写入上海教育

发展的“十五五”规划。

“走出去” 扩大国际影响力

“希望青年学子能成为这条友谊之路的见证者、记录者和传承者。”这是上海应用技术大学党委书记郭庆松对参加跨境研学实践团的学生的寄语。该校是全国唯一成建制培养中老铁路高级技术人才的高校,在中老铁路“零公里标”前,实践队员蒋沁哲感叹:“我忽然明白,这不仅仅是地理标识,更是合作征程的开端。”研学期间,包括三名老挝留学生在内的实践团深入铁路沿线村落、学校、企业参观座谈,感受这条“黄金通道”给当地经济带来的巨大推动力,也将中国铁路的运维标准与安全知识带进老挝课堂,通过“汉语桥”、铁路安全课堂、创意绘画等形式,与近500名老挝中小学师

生互动。

这是上海教育通过“走出去”扩大国际影响力的缩影。“十四五”期间,上海支持20余所教育机构在35个国家和地区承办40余所孔子学院(含汉语文化中心)、12所独立孔子课堂,加大国际中文教育推广力度;支持职业院校在境外建设“毕昇工坊”等基地,鼓励职业院校随企出海,输送产教融合应用创新型国际化人才。

一批“上海经验”也为国际教育改革和发展提供思路。近年来,上海主动融入全球教育治理体系,连续参加旨在测评学生学业质量的PISA项目和测评教师专业发展素养的TALIS调查,测评结果一直位居全球前列,成为国际比较教育的重要范本。联合国教科文组织国际STEM教育研究所、联合国教科文组织教师教育中心落户上海,彰显了上海在全球教育治理中的重要地位。

与此同时,上海高校参与全球

性专业标准建设,为全球治理搭建“国际智库”。复旦大学副校长陈志敏介绍,凭借在气候变化、可持续发展、人类健康福祉上的出色表现,该校位列2024年和2025年QS可持续发展大学排名中国大陆第一位,通过推进教育部国别和区域研究中心、国际问题研究院、“一带一路”及全球治理研究院等一批国际思想库建设,在全球治理、可持续发展领域话语权不断增强。

“引进来” 打造人才集聚地

上海交通大学与新加坡南洋理工大学合作创办张江国际理工学院,同济大学与意大利都灵理工大学合作创办同济大学中意工程创新学院,香港科技大学在徐汇区设立上海产教融合中心,香港大学张江计算与数据科学学院(上海)在沪办学……

“十四五”期间,上海主动对接国家和区域对外开放战略,服务经济社会发展大局,围绕集成电路、材料科学与工程、生物医药等关键领域开展合作办学,实现教育科技人才一体化培养。统计显示,上海高水平中外合作办学机构和项目现有148个,其中依托“双一流”高校举办的机构和项目数占比超过50%。

上海16所高校获500余项国家自然科学基金国际合作项目,发表国际合作论文6万余篇。7所上海高校与国际顶尖大学组建30余个国际合作联合实验室,部分上海高校牵头组织或参与国际大科学计划。

记者从教育部门获悉,“十五五”期间,上海还将加快“留学上海”扩容提质,完善在沪外籍人士子女教育服务体系,引进高层次创新型人才,引进世界优质教育资源,将上海打造成国际教科合作策源地。

本报记者 陆梓华 张炯强

2026年马年春节将至,上海健康播报来说说如何健康过春节,为上海市民健康加码!

打扫整理 做个“细节控”

家家户户打扫忙,特别注意细节问题。厨房抹布是细菌生长繁殖的“温床”,该换就得换;砧板生熟要分开,还得定期做消毒!冰箱不是“保险箱”,擦拭胶条、内壁和附件很重要,食物不能存放太久。洗衣机也要定期“洗洗澡”,避免衣物二次污染。水培植物要及时换水并清洗容器内壁,清除蚊卵和幼虫。

健康饮食 美味“不打折”

年夜饭准备起来啦!通过正规渠道购买,食材挑鲜不囤积,拒绝浪费更省心。饮酒浅尝辄止,含糖饮料也要适量,避免给身体带来额外负担。

科学运动 每天“五分钟”

担心“每逢佳节胖三斤”?假期保持科学运动很重要!不做“沙发土豆”,教大家“五步走”:第一步,开合跳,腰腹收紧;第二步,背部拉伸,身体成一条直线;第三步,高抬腿,上半身保持挺直;第四步,波比跳,收紧核心;第五步,颈肩放松,缓解颈肩酸痛。每个动作1分钟,每天5分钟,小坚持换来大改变!

心理健康 记得“三个放”

哪“三个放”?第一,放松心情,享受家人团圆时刻;第二,放下攀比,成长是自己和自己赛跑;第三,放下手机,减少不必要的屏幕时间,多关注眼前人。

无烟相伴 佳节“更安康”

世卫组织研究指出,全球近40%的癌症可预防,而吸烟是首要的可预防致癌因素。“室内全面禁烟、室外不随处吸烟”日益成为共识。新春佳节,倡议“四不”新风:不吸烟、不敬烟、不劝烟、不送烟;吸烟者自觉遵守公共场所禁烟法规,尊重他人健康权益。

安全出行 早点“做功课”

春节假期,人员流动频繁,感染风险增加。旅行前,提早了解目的地健康风险和疫苗接种建议或防护建议,合理安排行程;如出现发热、咳嗽、腹泻等症状,建议暂缓行程,避免带病出行。出行途中,在车站、车厢和机舱等密闭空间规范佩戴口罩,勤洗手,注意饮食和饮水安全。旅行期间,如出现明显不适,尽早就医。返程后,若出现症状,及时就医,主动告知近期旅行史。做好这些防护,有效保障健康。

规律作息 才能“充好电”

也有不少人喜欢假期宅在家里,看看书,追追剧,享受清闲时光。也可以悠闲地在上海Citywalk,走走老弄堂,逛逛新地标,把魔都的年味与浪漫尽收眼底。当然,假期不要日夜颠倒,保持规律的作息,才能从工作的疲惫中解脱出来。利用好春节假期,陪伴家人、充分休息、充实自我,才能以良好的精神状态开启新的一年。

本报记者 左妍



春节将至,大学路伟德路口出现全新巨型墙绘,这是意大利知名街头艺术家Millo刚完成的艺术创作《生命之书》,这是他在中国创作的第七幅、在上海的第五幅大型墙绘作品,也为大学路的新春节日氛围注入独有的艺术温度。

杨建正 摄影报道

精准构建“数字肝脏” 上海专家20分钟完成复杂肝癌手术 肝上“拆弹”不用刀 超声“引导”显奇招

本报讯 (记者 郭阳 通讯员 曹希)近日,海军军医大学第三附属医院(上海东方肝胆外科医院)在多学科团队协作微创消融治疗复杂部位肝癌领域取得突破,成功为不适宜再次手术切除的青年男性患者实施精准微创消融手术,破解了复杂部位肝癌诊疗难题。

这名患者之前接受过多次治疗,因种种客观原因,已不宜再行

切除手术。手术团队制定个性化方案:提取CT影像大数据构建患者专属“数字肝脏”,显露肿瘤部位与毗邻组织关系,规划安全穿刺路径;借助内窥镜超声探头放置于肿瘤毗邻食道段,实时监测穿刺深度及消融范围;术前术后均采用腹部超声造影检查,全程保障疗效。

手术当日,在精准实施麻醉后,内镜超声被准确置于肿瘤毗邻

食道部位,超声诊疗科专家通过腹部彩超造影迅速锁定肿瘤位置。手术团队按照预设路径,在双超声多角度、多界面实时引导下,将消融针置入肿瘤最佳位置并启动消融程序,接近200℃的中心温度使消融区域快速覆盖肿瘤,整个手术仅耗时20余分钟。此次手术的成功实施,有效破解了传统治疗中“看不见、摸不准”的难题。

上海科学家揭示转移瘤免疫治疗耐药的关键机制 锁定肿瘤“守门员” 打开治疗新通道

本报讯 (记者 郭阳 实习生 张依文)肿瘤转移是造成癌症患者死亡的主要原因,转移过程所形成的转移瘤微环境正是肿瘤细胞赖以生存的“生态系统”。为研究这一难题,中国科学院分子细胞科学卓越创新中心(生物化学与细胞生物学研究所)王广川研究团队合作建立一种新型技术平台——CLIM-

TIME,实现对转移肿瘤微环境的系统性空间解析。昨天,相关成果在线发表于国际学术期刊《细胞》。

借助CLIM-TIME,研究团队将391种常见肿瘤抑癌基因突变驱动形成的转移瘤微环境划分为多种类型。他们以“髓系细胞富集但T细胞排斥型”微环境为研究对象,发现这类情况下的胶原蛋白沉

积显著增加,过度沉积的胶原使肿瘤组织结构更致密,阻碍T细胞进入肿瘤内部。团队锁定维持微环境“屏障”结构的关键分子——LOXL2。通过抑制LOXL2,明显减少肿瘤中的胶原沉积,使被阻挡的T细胞能突破“屏障”,进入肿瘤内部“杀伤”,在多种小鼠及人源转移瘤模型中,均显示出明显效果。

马年春节,上海健康播报来为市民健康加码
为抹布『换班』 给手机『放假』