



每月通讯

第 三 期



编辑：刘尧婕
审核：吴萌



目 录



一、理论学习

- 1、学精神 守初心 追梦想-----03
长桥中学党支部组织开展学习党的精神专题讲座
- 2、建起一座实现教育梦想的桥-----04
长桥中学党史教育之老校长讲述建校故事
- 3、培根铸魂 启智润心-----05
上海市长桥中学党支部党史教育专题活动之“党员上党课”
- 4、理论中心组学习（第三期）-----06
- 5、和美橙光（第二期）-----07

二、校务信息

- 1、调研指导 精准研策 聚力新发展-----09
徐汇教育局领导到长桥中学走访调研
- 1、每周工作安排（第 11 周-第 14 周）-----10

三、德育天地

- 1、红领巾心向党 追光红色之旅-----12
上海市长桥中学献礼建党百年系列活动花絮（一）
- 2、家校共育 携手共进-----13
2020 学年第二学期家长会及家长学校
- 3、看红色电影 学百年党史-----14
观看《建党伟业》有感
- 4、“传承初心，绽放青春”暨新团员入团仪式-----15
- 5、保卫零食大作战 健康零食我先行-----16
长桥中学健康饮食活动
- 6、今天，我来上课-----17
红色主题微班会课
- 7、乐游春日 畅想生命-----18
2021 年长桥中学六年级春季社会考察
- 8、相约在春季，青春乐飞扬-----19
2021 年长桥中学七、八年级春季社会考察
- 9、同交流，谋创新，促成长-----20
记徐汇区第三届初中班主任工作坊第十二次研修活动
- 10、蹲下来，与你同行-----21
记长桥中学六年级家长沙龙活动
- 11、青春无毒，共绘未来-----22
2021 年徐汇区中小学“长桥杯”禁毒动漫大赛

四、教学研修

- 1、做最好的自己-----25
上海市长桥中学期中考试学生表彰大会
- 2、详尽分析 精准施策 砥砺前行-----26
长桥中学 2020 学年第二学期期中考试质量分析会
- 3、放飞梦想 走向未来-----27
九年级誓师大会
- 4、关注世界前沿科技，用新思维迎接数字文明-----28
暨上海市长桥中学院士进校园活动
- 5、详尽分析定策略 砥砺前行攀高峰-----29
“长桥-园南”第三次联合教研
- 6、“教研有道，探索无涯”-----30
——徐汇区强校工程之长桥中学语文专场活动



理论学习



学精神 守初心 追梦想

——长桥中学党支部组织开展学习党的精神专题讲座



在中国共产党 100 年艰苦卓绝的革命、建设和改革奋斗中，历来注重精神力量的培养和运用，凝聚出许许多多内涵丰富、寓意深远、激励全党全国人民奋勇前进的党的精神，这是我党最宝贵的精神财富。在党史教育活动中，长桥中学党支部始终把党的精神作为重要学习内容。

高扬马克思主义的信仰文化

2021 年 5 月 21 日下午，长桥中学党支部组织全校党员及教职员开展“庆祝中国共产党建党 100 周年”暨党史教育专题活动——党的精神专题讲座学习。学校有幸请到被称为“从戎三军”的学者、著名历史学家，上海市中共党史学会名誉会长、国防大学政治学院张云教授，作题为《伟大的梦想，不懈的奋斗——中国共产党百年精神解读》报告。



张云教授解读“党的精神内涵”

张云教授年过古稀，精神矍铄，他用深厚的学者功底和党史知识内容阐述了中国梦的四个阶段，再详细地解读了党的精神内涵及 90 多种表现，从“上海建党精神”讲到“井冈山精神”、“长征精神”、“延安精神”、“好八连精神”等等。张教授指出：长征精神中的“不忘初心”就是我们首先不能忘掉的是崇高的共产主义理想和革命必胜的坚定信念、不能忘掉战胜艰难的顽强意志、不能忘掉实事求是的精神、不能忘掉团结协作共克时艰的精神、不能忘掉党的群众路线。“不忘初心，牢记使命，不懈奋斗”才能最终取得胜利。张教授的报告深入浅出、旁征博引，各种历史事例和人物事件信手拈来，全体党员与教师听得津津有味，既被生动的故事吸引，又被深刻精神内涵所激励。

学精神 守初心 担梦想

长桥中学党支部支委、副校长吴森，在总结中号召全体党员、教职员，把学习党的精神作为党史教育的重要内容，并且和长桥中学“强校梦”结合起来。守初心、担使命，坚定理想信念、始终奋进，为实现办好人民满意的学校而不懈努力。



建起一座实现教育梦想的桥

——长桥中学党史教育之老校长讲述建校故事

2021年5月7日下午，美丽的长桥中学校园里，迎来了一位头发花白，却精神抖擞、气质不凡的老人。她步履坚实，笑呵呵地看着学校里来往的孩子和老师，脸上洋溢着自豪与喜悦。这位八十多岁的老人，就是长桥中学首任校长沈友新。今天，她收到长桥中学党支部的邀请，到校为青年党、团员、学生上一堂特别的党课《建起一座实现教育梦想的桥——沈友新老校长来校讲长桥中学的建校故事》，这也是长桥中学党支部党史教育主题活动。参加本次活动的包括长桥中学党员、青年教师、少年队员和团员。

1991年9月，为解决当时长桥地区学生入学困难而兴建的第一所公办初中，共有教职工43人，班级14个，学生数680多人。在首任校长、老党员沈友新的带领下，全体教职员同心协力挥洒青春，用辛勤和汗水奠定了学校发展的基础，同时也塑造了“爱岗敬业、无私奉献”的长桥精神，第一代长桥人用心血建起一座实现教育梦想的桥。



长桥中学党支部根据学校实际，积极组织力量，深入挖掘校史、校友和社区中的红色故事，撰写红色故事，设定主题、撰写方案，开展主题活动，用党建带团建、队建。本次活动后，一名青年党员这样说：“今天聆听了老校长的讲话，我不仅了解了学校的历史，更被老一辈人做教育的那份坚持不懈的初心和对教育的热忱所感动。一个个故事记录下的不仅是那段艰辛办学之路，更是一份沧桑而又闪耀着光辉的历史。我们应该发扬这种精神，立足三尺讲台，育人润心。”

“学史崇德”，应脚踏实地，“红色故事”应紧扣校园内“育人润心”的主题，把我们党在教育工作上的实绩，党员同志为教育全心付出的故事说好说美。长桥中学把“红色故事”与校庆、校史、主题党日等融合起来，充分挖掘校内资源，发挥“红色故事”的育人功能。

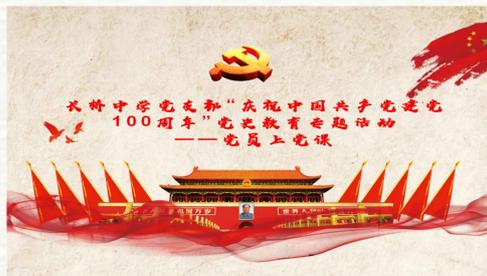


培根铸魂 启智润心

——上海市长桥中学党支部党史教育专题活动之“党员上党课”

本学期，在教育工作党委的指导部署下，长桥中学党支部始终坚持把开展党史学习教育作为引领学校支部工作、开展全校师生政治思想教育的重要任务，以“学党史、悟思想、办实事、开新局”为主线，做到“学史明理、学史增信、学史崇德、学史力行”，不断提高政治判断力、政治领悟力、政治执行力，奋进新时代，开启“卓越教育”新征程，为长桥中学新发展注入坚实的思想动力。

为更好地落实学习计划，党支部制定了《上海市长桥中学党史教育学习指导建议》，以党小组为单位，集中开展“新民主主义革命时期历史，社会主义革命和建设时期历史，改革开放新时期历史，党的十八大以来历史”等四个专题的学习，每一位党员均领到学习任务，细分每一个专题的相关历史阶段，通过读原著、思内涵、明感悟，完成导学文案，在支部共享交流。



在认真学习的基础上，党支部坚持把党史学习教育融入立德树人工作，与学校思想政治教育、师德师风建设等工作相结合。于2021年5月底起，开展全校“党员上党课”活动，这项活动分三个层面，全校层面由校党支部书记张勇对全体师生进行专题党课授课，学生层面由18位党员在班会课期间为六七八年级各班开设专题党课，党员层面由毕业班党员进行集中交流。校党支部书记张勇对此次党员上党课活动高度重视，支部委员对每一位党员的课件与内容都做了审核。

5月28日，在支部的精心布置下，学校六七八年级18个班级内，党员教师们精心准备，内容涵盖建党100年各个时期的内容，包括“五四运动”、“红军长征”、“抗日战争”、“延安整风”、“解放战争”、“改革开放”、“防疫抗疫”等体现党的精神的各个专题，党员们讲课形式多样、叙述生动，让同学们在党史新中国史中，领悟共产党人的初心和使命、责任担当，感受革命先辈的坚定信仰与革命精神。



通过本次“党员上党课”活动，长桥中学党支部全体党员在学习党史与宣讲育人的过程中，更加坚定地以党的辉煌历史和光辉未来筑牢精神支柱、引领前进方向，践行习近平新时代中国特色社会主义思想重要阵地，为巩固我们党长期执政的政治基础贡献力量。

开启新征程开创新局面 ——在2021年教育系统党政干部大会上的讲话 教育工作党委书记姚黎红 (2021年1月25日)

各位校长、同志们：

下午好！刚才，形势部署了2021年重点工作。这些工作关系我们徐汇教育未来的发展，我完全赞同。希望大家立足本单位实际，根据今年各项工作部署安排，胸有全局、心有格局、善于布局，以“开局即决战、起步即冲刺”的精神状态，认真抓好落实。

过去一年，对整个国家来说，是很不平凡的一年，对徐汇教育系统来讲，也是很不寻常的一年。正如习近平总书记新年贺词所指出的，“平凡铸就伟大，英雄来自人民。每个人都了不起。”我们在区委、区政府坚强领导下，在全体徐汇教育人的共同努力下，全面贯彻党的教育方针，落实立德树人根本任务，统筹做好常态化疫情防控和事业发展，全面完成了教育“十三五”收官任务。全系统在党建引领教育高质量发展工作上，取得五方面工作成效。

一是思想建设上进一步强化理论武装。“四史”学习教育，让我们更加坚定教书育人的初心，为党育人、为国育才的使命，坚定贯彻党的教育方针。**二是政治建设上进一步突显引领作用。**我们校园疫情防控和学校教育做到“两手抓、两手硬、两手赢”，在各项工作中把牢教育政治属性、制度属性、社会属性、人民属性。**三是组织建设上进一步强化凝聚力。**32家局属党组织顺利完成换届。在校长负责制改革、优秀干部人才梯队培养、疫情防控中，党组织政治优势、党员先锋模范作用进一步彰显。**四是作风建设上进一步锤炼过硬本领。**面对招生考试、资源布局调整、校园防疫等急难险重任务，全局一盘棋，各级党组织有担当、有作为，高效完成各项工作。**五是纪律建设上进一步压实管党治党。**坚持“严”的主基调，进一步规范并完善制度执行，强化下察一级结果的运用，发挥警示教育作用，推动全面从严治党向基层延伸，进一步强化纪律规矩。

成绩来之不易，奋斗创造奇迹。今年，是实施“十四五”规划、开启全面建设社会主义现代化国家新征程的第一年，也是我们党成立100周年。我们每位党的干部都应该思考，如何紧跟百年大党，一起为国之大计、党之大计接续奋斗？

今年，我们所有工作都要围绕开好局、起好步，以优异成绩庆祝建党100周年来展开。要**谋定快动，把我们教育系统的各级党组织建设得更强更有力，引领保障党的教育事业不断推向前进。**

下面，就加强教育系统党的建设，引领保障教育高质量发展，讲两方面内容：

第一方面，把握开局起步大背景

作为党的基层干部，我们不光要埋头做事，更要抬头看路。要从四个维度认清教育“十四五”开局大环境、大背景，深刻把握新形势带来的新挑战、新机遇，对标对表才能更加明确教育工作的方位目标。

一是看上海大势。总书记连续四年亲临上海，对上海的未来发展作出全面战略部署。上海未来发展急需大量创新人才。对照这个战略目标，我们各级各类教育在办学中主动思考：学校教育如何为上海这座

第 1 页

城市发展的核心竞争力提供智力支撑？教育如何源源不断培养和输送创新人才？

二是看徐汇区情。区委区政府提出了全面建设“卓越徐汇、典范城区”的目标，明确徐汇主动对接浦东高水平改革开放、“三大任务一大平台”等国家战略，增强独具优势特色的核心竞争力，其中包括要更高质量办好人民满意的教育。随着各区争办四大分校，交大附中、复旦附中遍地开花，各个高校争办基础教育集团，我们如何满足徐汇老百姓对教育高质量的需求，能否始终保持教育高地领先优势？如何打造与卓越城区建设相匹配的卓越教育？

三是看教育现状。近年来，教育领域的文件密集出台。我们要思考，学校教育如何跟上改革的步伐，适应发展的要求？是要我改还是我要改？什么样的学校教育才是有利于人的全面发展的优质教育？对标城区建设新目标，面对百姓新期待，我们如何走好卓越发展新征程？每位教育工作者都要主动思考、担当作为，推动学校高质量、高品质内涵发展，同心协力在高原上建高峰，在改革中求突破，努力打造徐汇教育卓越品牌。

四是看问题瓶颈。问题始终伴随发展存在。教育改革怎么改，我们的习惯思维和路径依赖能否打破和改变？如何在破解难题中找准发展机遇？当然，有的问题不是一步就能解决，需要我们深入调研，提出切实可行的破解举措和实施路径，平稳有序推进问题解决。

一个科学的教育评价或教育现代化的评价体系，如果对学生只讲分数评价，肯定是不够的，缺失了对发展+绩效、教育公平、教育品质和政府治理的评价，是不完整的评价。教育的本质，是关注人的现实成长和未来发展。未来3年、6年、甚至更长时间，教育如何为国家长远发展作好充分的准备？这是我们要思考的现实命题。

去年11月，中共中央、国务院印发了《深化新时代教育评价改革总体方案》，刚才形势也作了部署要求。这里再强调一下，学校党政班子要根据要求，先学一步、学深一层，带动全校教职工应知应知、深入研学，抓紧研究，共同思考以什么样的标准评价学生、评价老师，才能更好地促进学生全面发展、推动教师专业成长。在这个过程中，我们要多听学生怎么讲、家长怎么讲、老师们怎么想，真正关心每一个孩子的学习和生活状态、每一位老师的工作和精神状态。各级党组织要充分发挥好政治引领作用，发挥好党员、团员青年的模范带头作用，凝心聚力，投入各项改革行动中，完成好新时代教育评价改革各项任务。

第二方面，办好人民满意的教育，必须加强党的全面领导

心有所信，方能行远。心中有信仰，奋斗才更有力量。加强党对教育工作的全面领导，不是一句口号，是实实在在的行动。引领保障徐汇教育卓越发展，我们全体党政干部要在党的建设上有新作为。今年教育系统党的建设重点做好三方面工作：**把方向、强队伍、抓落实。**

一、把方向。每一位党的干部都要认真学习党的创新理论，高举思想旗帜，筑牢理论根基，要善于从政治上、从大局来看教育工作，使讲政治的要求内化于心，转化为办好人民满意教育的自觉行动，把党的教育方针政策落实到具体工作中去。**一要展示教育新形象。**今年要围绕“百年大党、风华正茂”这条主线，深化“四史”学习教育，开展“六个一”系列党建活动（一场学区党建项目展示，一本学校党建优秀案例集，一批高质量微型党课，一批示范支部，一批先锋模范，一场七一主题集会），生动鲜活讲好我们教育

第 2 页

系统先锋模范的故事，齐声唱响建党百年的主旋律，持续推动党的创新理论学习宣传走深走实，大力营造“共庆百年华诞、协力开创新局”的浓厚氛围。**二要引领立德树人工作。**3月18日，是习近平总书记在学校思想政治理论课教师座谈会上重要讲话发表2周年。要结合这个重要时间节点，深入贯彻落实中宣部、教育部印发的《新时代学校思想政治理论课改革创新实施方案》，进一步深化我区大中小学思政课一体化建设，结合“四史”宣教，要深入挖掘百年老校红色校史资源，传承红色基因，积极推动馆校合作百课计划、思政名师成长计划等，培育践行社会主义核心价值观，让“中国底色、上海精神、徐汇印记”成为新时代爱国主义教育的“传家宝”。我们要加强家校共育，增强工作合力，更加关注学生的身体和心理健康，积极推行全员导师制，转变育人方式，促进学生全面发展，保障学生的平等权益，营造和谐的育人环境，真正落实立德树人的根本任务。**三要全力确保安全。**越是任务重，越要增强党组织政治功能和组织力，压紧压实安全主体责任，提高防范化解各类办学风险的能力（学校是人员高度密集的场所，各类风险始终存在，我们要保持敏感性，通过制度、人防加技防，加强人员的教育管理，及时消除存在的隐患）。要早研判、早防范，加强线索摸排和信息沟通，同时，重大事件要及时报告，各校要认真落实。

二、强队伍。书记、校长是学校干部人才队伍建设第一责任人。我们要聚焦干部人才分类评价改革，早谋划、早发现、早培养，不断做强做大各级各类干部人才梯队，为推动教育高质量发展提供坚强组织保证、人才支撑。**一要师德师风常抓不懈。**《教育评价改革总体方案》明确把师德师风作为队伍评价第一标准，我们要结合校情实际，健全教师思想政治和师德师风评价机制，严把教师政治观和师德关。要全面落实新时代幼儿园、中小学职业行为准则，建立师德失范行为通报警示制度。各校要持之以恒抓师德师风，建立以评优评先的示范教育、反面案例的警示教育 and 岗位责任教育为主的师德师风教育机制，引导全体教职员工自觉遵守师德师风规范，推动师德师风建设常态化、长效化。**二要优化学校干部选用机制。**要瞄准教育“十四五”各项任务需求，尤其要着眼未来5年、放眼10—15年教育发展需要，加强年轻干部长远规划，完善干部梯队培养的制度建设（今年准备出台两个文件：《关于加强优秀中青年干部培养的实施意见》、《关于进一步加强学校中层干部队伍建设的实施意见》），大力选拔一批讲政治、懂教育、善治理、敢担当的优秀干部。各校要压实抓班子、带队伍、育干部的责任，完善本校中层、两长干部储备，注意学科、年龄、性别，进一步优化队伍结构。**三要抓好党组织带头人队伍。**按照即将实施的“党组织领导的校长负责制”精神，选配配强基层党组织书记。我们要更加注重基层学校支部书记（包括二级支部书记）的带班带队能力培养，尤其要提升思想引领能力、动员群众能力。学校要把有能力的干部放到党组织的各个岗位上历练，提升干部的政治意识和动员组织能力。

3、抓落实。刚才形势部署了很多工作，目标确定以后就是抓落实，在每一项重点工作中都要听到党组织的声音，看到党员的身影。不能把行政工作中有党员参与了就等同于党组织做了工作。**一要强化号召力、战斗力。**班子要强化合力，要有引领学校新发展、跨越台阶的勇气和斗志，要敢于担当、主动作为。党组织要发动全体党员和骨干力量，聚焦改革发展重点难点，勇挑最重的担子，敢啃最硬的骨头，参与到学校教育改革项目中，处处彰显党员教师“平常时候看得出、关键时刻站得出、危难时刻豁得出”的形象，努力形成基层党建新典范。要做实学区书记联盟，加强新时代党的建设工作总结，以思想为引领，以目标凝聚队伍，通过“党建+”等方式，把学校党建优势转化为学校发展优势，让学区内各级各类学校党建形成

第 3 页

特色亮点、打造徐汇的党建品牌。**二要推动新法、新政、新规落地见效。**要加强学校思想宣传引导，对新“未保法”、中小学教育惩戒规则，以及文明校园创建新规等，要组织好学习讨论，以抓铁有痕的精神，提升依法治校、依法治教水平。**三要全面落实从严治党主体责任。**今年我们要认真落实区委巡察反馈问题的整改，完善各项制度，严格制度的执行，进一步加强岗位廉政风险防范管理。最近我们刚刚完成各个党组织书记三合一述职评议，书记是第一责任人，今年年底要与年度考核挂起钩来。同时各位校长、各单位领导要强化“一岗双责”意识（领导干部在对分管业务工作职责的同时，又对分管领域的党风廉政建设具体负责）。要严格遵守制度纪律，严格管理，对于干部和教职工中存在的不良之风、不良行为要严肃处理，严肃处理，尤其要管好关键人、管住关键事。要以采购、工程、招生、招聘等环节为重点，加强监管，不能以信任代替监督，要把全面从严治党要求纳入到学校管理的各个领域，纳入班子、支部、中层干部的目标管理，塑造风清气正的校内政治生态。

最后，强调一下。寒假春节，希望各部门、各单位以高度责任心，按照相关要求，严之又严、细之又细做好春季疫情防控和春节假期值班值守工作，妥善应对各种突发情况，维护好教育系统的安全有序。

同志们，感谢大家过去一年的辛勤付出。2021年的新征程已经开启，让我们肩负使命重任，在新的起点上戮力同心，砥砺前行，共同谱写徐汇教育新蓝图，为创造卓越的徐汇教育而努力奋斗！

第 4 页

2021年 第2期 (总第2期)

上海市长桥中学
Shanghai Chang Qiao Middle School

和美橙光

和而不唱，和而不同 美人之美，成人之美

一个人真正靠谱的六种表现

不管是在生活还是工作中，我们对一个人的期许通常会有这样的标准，那就是“靠谱”。交朋友，我们希望交一个靠谱的伙伴，能安心、能托付；工作上，我们希望遇到靠谱的老板和同事，少走弯路，多干实事。

靠谱的人往往是非常受欢迎的，换句话说，“靠谱”也是对一个人非常高的评价，所以，成为一个靠谱的人，便是我们应该努力的方向和目标。一个真正靠谱靠谱的人，身上通常会有六种特质。

- 一、信守承诺，说话算数**
一个人最靠不靠谱，一个很重要的评判标准就是看他是否言而有信，能不能做到说话算数，信守承诺。有句老话叫“一诺千金”，一个很重要的原因就是说话算数。明明答应好的事情，却一次又一次地变卦，如果总是失信于人，会有损你在对方心中的形象。所以，当你承诺了别人，就一定要努力做到，不能食言。
- 二、懂礼貌，不耍脾气**
一个人最靠不靠谱，还看他待人接物的态度。老话说得好，笑里无刀，说话不伤人。懂礼貌，意思是说，越是没才学的人，往往越爱耍脾气，而越是真正有实力的人，通常都很谦逊、低调。遇到不顺心的事情，尽量不要耍脾气，不要跟别人较劲。这是一种非常不明智的行为方式。踏踏实实做人，勤勤恳恳做事，这还算是更靠谱的表现。
- 三、有始有终，有头有尾**
我们经常会说，答应别人的事情一定要努力做到。这并不是一个靠谱的人应有的表现，但并不意味着你答应下来的事情就一定不是靠谱的人。毕竟这个世界上总会有各种各样的意外和突发情况，只要在实现的过程中做到及时沟通和汇报，凡事交代，事情就不会让人觉得有始无终。一件重要的事情，有什么重要的事情，应该及时告知对方。如果确定没办法完成，更应该尽早告知，让对方有所准备，采取其他预案。
- 四、心地善良，有原则和底线**
人品好的人之所以不能交，就是因为他们在交往初期就设下了“一私利”，常常能做出格的事情。很现实，这样的人是不靠谱的。一个真正靠谱的人，其人品和道德水平肯定是过硬的。这是一个非常直接且有效的评判标准。越是善良，越是一个靠谱的人，越是一个靠谱的人。

- 五、能力出色，有把事情办好的实力**
职场中，一个靠谱的员工总会有出色的工作能力。因为你只有具备这样的能力，才能将交代下来的工作完成好，别人才会放心地跟你去办。所以，你才会为这个人做事。生活中，你也要有真本事，能够把许多事情都漂亮地办好，这才会计入你靠谱的范围。任何时候，强大自己都是一件正确且值得去做的事。
- 六、有责任心和担当**
我们经常说，态度决定高度。态度，就是责任心和担当的体现。一件事能不能做好，能力是一方面，态度则更为关键。如果态度不好，不认真思考，那么工作就会失败，最后就有很大可能做不好一件事。自然也就让人觉得不靠谱。所以从现在起，请务必做一个靠谱的人，你的人一定会因此越来越靠谱。

期中考试成绩出来了，请和孩子一起打败问题！

学生反思学习习惯 家长反思教育方式

- 1. 自主学习习惯**
自主学习是学习的主要途径。自主学习过程，老师只是引导人，学生才是学习的真正主体。学习中的大问题，主要靠自己解决。阅读是学习的一种主要形式。通过阅读教科书，可以独立获取知识，把握概念本质内涵，分析知识前后联系，反复推敲，理解教材，深入探究，形成能力。课前预习教材，自主查阅资料，研究新知识的重点难点，发现疑点，从而可以在课堂上重点听讲，掌握教师讲授的重点，使听课具有针对性。
- 2. 专心上课的习惯**
在课堂上集中精神，专心听老师讲课，认真听同学发言，抓住重点、难点、疑点，边听边积极思考，哪些是自己已经学过的，哪些是新知识，要把教师的讲解，其他同学的思维与自己的思路进行对比分析，找出自己思维的闪光点，并在过程中，尽量多记忆一些东西。
- 3. 认真做题，重视思考的习惯**
每一位同学都应该学会观察，逐步养成观察意识，学会恰当的观察方法，养成良好的观察习惯。“观察”这个词有两层意思，“观察”是“观察”的意思，看了一样，不认真去观察。观察”是“观察”的意思，要仔细观察你在学习过程中遇到的问题，积极思考老师和同学提出的问题。
- 4. 善于提问的习惯**
积极提出问题，带着知识和问题去听课，问同学，问家长，问老师，问同学，要学会开口问，不要害羞。善于提问是自主学习的好习惯，能提出问题的学生是学习能力强的学生，是具有创新精神的学生。
- 5. 切题做题的习惯**
同学之间的交流和学习是十分重要的，遇到问题要互相合作，展开讨论。每一个人都要努力发挥自己的长处，弥补自己的不足，像海绵一样，不断吸取营养，经过反复加工，融会贯通。
- 6. 独立完成作业的习惯**
做作业的目的巩固所学的知识，是培养独立思考能力，不是为了交给老师的。做作业时，要有自己的独立思考，独立完成。做作业时，要有自己的独立思考，独立完成。做作业时，要有自己的独立思考，独立完成。

期中考试出来了，请和孩子一起打败问题！

期中考试出来了，如果孩子只盯着这次考试成绩，那就错了。考试的目的，是帮助孩子清楚地了解自己目前的学习情况，反思自己学习中的不足。所以，无论孩子在这次考试中成绩是喜是悲，家长都应该帮助孩子反思自己的学习情况，找到学习上的不足。帮助孩子自己反思过去的问题，对症下药。

家长反思教育方式

是否过分干预孩子的一切生活和学业？

每天对孩子唠叨，孩子做什么在家长眼里都是不靠谱的，这个不让孩子做，那个不让孩子做，久而久之，孩子会对家长产生一种反感情绪。其实这种唠叨式的家庭教育普遍存在，很多家长都没有明白这种唠叨式的家庭教育是不科学、不利于孩子关系的。

是否是个比孩子更懂孩子的家长呢？

当孩子拿着成绩单回家和你汇报的时候，你更加关注的是孩子考了多少分，开口就问：“考了多少分？”当孩子拿着成绩单回家的时候，你与家长的沟通，应该从孩子身上找原因，而不是一味地指责孩子。家长应该从孩子身上找原因，而不是一味地指责孩子。家长应该从孩子身上找原因，而不是一味地指责孩子。

是否对孩子要求过高了呢？

望子成龙，望女成凤是每个家长的心愿，但每个人身上都存在着不完美之处，很多家长过度关注孩子，对孩子期望和要求过高，都是对孩子心理的伤害。这种失去理智的爱与孩子内心的力量——成长的力量，使得孩子成长的脚步，离家长越来越远。

如何帮助孩子提高成绩？

不要只看到分数，更重要的是孩子的进步空间。当孩子考了98分的时候，不要问孩子为什么没有考100分。我们不应该看分数的多少，还要看孩子每次与上次相比，进步了还是退步了？知道了退步了，就帮助孩子分析原因，制定一个更合理的学习计划，争取每一次都有一个看得起自己的成绩。

帮助孩子学习什么？

帮助孩子学习，不要代替孩子学习，帮助孩子养成独立思考和学习的好习惯。帮助孩子学习的方法，如孩子如何去查资料，如何获得自己想要的资料。

用赏识激励孩子自主学习

孩子学会自主学习，既能使孩子走上成才的道路，又能减轻家长的负担。这是两全其美的事情。可以在孩子自主学习之后及时给予表扬和鼓励，当孩子每一点进步，孩子自己已经感受到了成就感，自己完成了预习、复习后，都可以给孩子写封信，孩子会在学习中更加积极主动。

孩子学习的心态和习惯比成绩更重要

孩子进入初中的阶段，决定了孩子的学习状态。很多家长容易忽视孩子在孩子进入初中后的心理变化。其实孩子进入初中后的心理变化，是孩子学习的关键。家长应该关注孩子在心理上是否产生了正面的好习惯，孩子良好的学习是成绩提高的保证。

有什么平白无故的运气

不过都是脚踏实地的努力

人生中常常会遇到一种情况，以为别人的成功大多都是好运。但正如古语所言：“祸不单行，福无双至”。运气，从来都不是平白无故地从天而降，所谓运气，其实是实力的体现。

有一位大学教授在演讲时，分享过的一段经历：几年前他在飞机上与邻座聊起天来，偶然得知对方是一位出版商。后来他与这位出版商的合作项目进展顺利，意外地超出了一本图书的合意范围。这本图书出版后，两年内销量超过了百万。

这位出版商的成功看似偶然，但其背后却有着不为人知的努力。他不仅自己已经对出版业的事情，比大多数从事出版业的人更加了解，而且他还有着丰富的出版经验。他不仅自己已经对出版业的事情，比大多数从事出版业的人更加了解，而且他还有着丰富的出版经验。

很多时候，我们以为别人的成功只是一时的运气，却常常忽略了别人日积月累的努力。好运，并不是总能轻易降临的，你只有万事具备，才能只等东风。只有你具备了实力，才能抓住机会。

正如那句老话所说：“运气只是暂时的，实力才是长久的。”只有你具备了实力，才能抓住机会。只有你具备了实力，才能抓住机会。



好运气，好运气

有句话说，好运常常只是表象，而背后的真相是一点一滴的努力。那些让你羡慕的好运气，大多是你看不见的努力。那些让你佩服的优秀人士之所以能成功，不正是因为他们的付出比别人多吗？

很多时候，运气只是暂时的眷顾，因为它明白你的努力，所以才会眷顾你。

运气只是暂时的眷顾，因为它明白你的努力，所以才会眷顾你。

运气只是暂时的眷顾，因为它明白你的努力，所以才会眷顾你。

期中考试出来了，请和孩子一起打败问题！

期中考试出来了，如果孩子只盯着这次考试成绩，那就错了。考试的目的，是帮助孩子清楚地了解自己目前的学习情况，反思自己学习中的不足。所以，无论孩子在这次考试中成绩是喜是悲，家长都应该帮助孩子反思自己的学习情况，找到学习上的不足。帮助孩子自己反思过去的问题，对症下药。

期中考试出来了，请和孩子一起打败问题！

期中考试出来了，如果孩子只盯着这次考试成绩，那就错了。考试的目的，是帮助孩子清楚地了解自己目前的学习情况，反思自己学习中的不足。所以，无论孩子在这次考试中成绩是喜是悲，家长都应该帮助孩子反思自己的学习情况，找到学习上的不足。帮助孩子自己反思过去的问题，对症下药。

上海市长桥中学
Shanghai Chang Qiao Middle School

苔花

苔花如米小，也学牡丹开

致墨子的一封信

六(5) 张亦乐

尊敬的墨子：
这是两千后的一个学生写给您的信，不知道您是否相信，只知道我因你而懂得了简单而又深刻的道理：仰望星空也要脚踏实地。

记得小时候，我无意间从书架的深处找到一本古时的书籍，这便是与您第一次相遇，也可以说是“邂逅”。虽然您不是手书，却因从您那古朴的封面让我看到不一样的情感，只有“守不先，即死”的严厉与告诫。

那时我仰望星空，您肯定不是一个有远大理想的人，一定不是一个仰望星空的人。

但后来，我没有放下那本书，而是日就夜夜地读着。《天下之大，物各有主，则强不执弱，众不劫寡》——书中每一个字都散发着一种特殊的韵味，于是每每书到翻遍，我便仿佛回到了那个“人烟稀少”的荒芜世界。

曾经，我看到过那外边有着青绿色外衣的墨子，您说：“万物生长，天道之行，莫不由之。”您说：“万物生长，天道之行，莫不由之。”您说：“万物生长，天道之行，莫不由之。”

您说：“万物生长，天道之行，莫不由之。”您说：“万物生长，天道之行，莫不由之。”您说：“万物生长，天道之行，莫不由之。”

您说：“万物生长，天道之行，莫不由之。”您说：“万物生长，天道之行，莫不由之。”您说：“万物生长，天道之行，莫不由之。”



那一抹豆香

七(6) 张注楠

回忆如快速剪辑的影片片段，那一抹浓厚的豆香，一直在我的心头萦绕。在室内，外婆手把着锅铲，锅里的豆香弥漫在空气中。

外婆家住在村头一间老旧的小瓦房，再一次到这里时，那间小屋还是那样安静，小时候，总是看着外婆在大锅中煮着一些那豆香，现在长大了，我学会了自己煮。

外婆说，您做的豆香那么好，只要一闻就让人想起您。外婆说，您做的豆香那么好，只要一闻就让人想起您。外婆说，您做的豆香那么好，只要一闻就让人想起您。

外婆说，您做的豆香那么好，只要一闻就让人想起您。外婆说，您做的豆香那么好，只要一闻就让人想起您。外婆说，您做的豆香那么好，只要一闻就让人想起您。

外婆说，您做的豆香那么好，只要一闻就让人想起您。外婆说，您做的豆香那么好，只要一闻就让人想起您。外婆说，您做的豆香那么好，只要一闻就让人想起您。

外婆说，您做的豆香那么好，只要一闻就让人想起您。外婆说，您做的豆香那么好，只要一闻就让人想起您。外婆说，您做的豆香那么好，只要一闻就让人想起您。

上海市长桥中学
Shanghai Chang Qiao Middle School

百年荣光

百年荣光

做了一回最好的自己

九(4) 丁毅

翻开历史的长卷，来到1921年，那时的中国正处于风雨如晦、长夜漫漫的黑暗时代：列强瓜分，军阀混战，民不聊生，在黑暗中摸索，然而，一束光出现了，它照亮了民族的前途，她引领着我们走出黑暗，走向光明。

她就是伟大的中国共产党！俗话说：“没有共产党，就没有新中国。”中国共产党，您始终坚持以人民为中心，全心全意为人民服务，您始终坚持以人民为中心，全心全意为人民服务，您始终坚持以人民为中心，全心全意为人民服务。

您始终坚持以人民为中心，全心全意为人民服务，您始终坚持以人民为中心，全心全意为人民服务，您始终坚持以人民为中心，全心全意为人民服务。

您始终坚持以人民为中心，全心全意为人民服务，您始终坚持以人民为中心，全心全意为人民服务，您始终坚持以人民为中心，全心全意为人民服务。

您始终坚持以人民为中心，全心全意为人民服务，您始终坚持以人民为中心，全心全意为人民服务，您始终坚持以人民为中心，全心全意为人民服务。

您始终坚持以人民为中心，全心全意为人民服务，您始终坚持以人民为中心，全心全意为人民服务，您始终坚持以人民为中心，全心全意为人民服务。



校 务 信 息



调研指导 精准研策 聚力新发展

——徐汇教育局领导到长桥中学走访调研

2021年5月26日上午，徐汇教育局局长王彤、局长办公室主任朱希如到上海市长桥中学走访调研。



王彤局长在长桥中学党支部书记、实验校常务副校长张勇的陪同下，实地查看了校园环境，问询了学校基础建设及校园安全管理等情况。

会议室座谈

随后，王彤局长、朱希如主任与张勇校长、吴森副校长进行了座谈。张勇校长以“**依托助力，凝聚合力，精准发力**”为主题，向局领导汇报了调任长桥中学半年以来的主要工作情况。他从学校的现状调研与师生的愿景构建谈起，详细汇报了长桥中学近期在强校工程建设中的行动与成效，并指出“**和美长中**”已经成为学校全体师生家长共同的愿景目标。同时，张校长谈到了今年以来长桥中学与支持校（园南中学）的合作，指出两校携手，同心打造办学质量共同体，呈现“**从传帮带到同频共振、从达己成人到成人达己**”的可喜成效。



王彤局长对学校整体情况与变化表示满意，表示会多方面支持学校的强校工程建设工作，并对今后学校的发展提出了四项要求：

- 其一、结合十四五规划的制定，明确以提升教学质量为目标，引领学校持续向强校目标前进；
- 其二、办好老百姓满意的学校，重点在于凸显学校办学的显示度与满意度；
- 其三、在抓质量的同时，要梳理、整合、发掘出能统领学校整体发展、全员参与、层级发展的学校特色；
- 其四、持续推动学校领导干部及全体师生的工作热情，转化为学校高效发展的奋斗动力。

张勇校长对局领导的肯定与支持表示感谢，表示一定会携手全校教职员，坚持以“提升底部，做强特色”的强校目标为引领，以学生、家长、教师的需求和向往为最大的出发点和落脚点，用脚踏实地的行动，在“十四五”新时期为徐汇教育高质量发展添砖加瓦。



每周工作安排

(第11周-第14周)

二〇二〇学年度第二学期
上海市长桥中学第11周工作安排

本周工作要点	日期	星期	上午	下午
1、党支部、校长室 1) 党史教育活动 2) 招生事宜 3) 禁毒杯赛相关工作 4) 市、区园丁奖评选 2、教导处 1) 中考补报名、提前批网上志愿填报 2) 骨干带头人展示课、师徒带教汇报课准备工作 3) 综合素质平台(确认阶段) 4) 长桥-圆南联合教研 5) 融创比赛校内赛 3、政教处、团队 1) 团员发展对象审批大会 2) 新团员入团仪式 3) 新团员数据录入智慧团建系统 4、人事 1) 2021 学年招聘工作 2) 2020 年单位和个人工资收入申报工作 5、工会 1) 完成离退休教师两个保险投保工作 2) 启动 2021 年度全员体检工作, 本周完成体检日期教师选择统一安排 6、总务处 1) 绿化养护 2) 2022 年“一上”预算申报	5月3日	星期一	五一休息	五一休息
	5月4日	星期二	五一休息	五一休息
	5月5日	星期三	五一休息	五一休息
	5月6日	星期四	1) 8:00-9:00 “长桥杯”禁毒动漫工作小组会议(312室) 2) 12:15-13:00 团员发展对象审批大会(312)★	1) 12:10-13:00 团员发展对象审批大会(312)★
	5月7日	星期五	1) 10:10-11:40 行政扩大会(312室) 2) 15:30-16:30 长桥-圆南联合教研★	1) 12:10-13:00 现场演讲(第一场)(410室)★ 2) 15:30-16:30 长桥-圆南联合教研★
	5月8日	星期六	调休 (上一周的课) 1) 9:30-10:00 “传承初心, 绽放青春”——新团员入团仪式★	调休 (上一周的课)
	5月9日	星期日		

备注: ★为摄影、报道 ▲为摄像 ◊为转播

二〇二〇学年度第二学期
上海市长桥中学第12周工作安排

本周工作要点	日期	星期	上午	下午
1、党支部、校长室 1) 党史教育; ②四个专题学习交流 ③党员志愿者服务活动启动 2) 预备党员审批大会 3) 招生事宜 4) 禁毒杯赛相关工作 5) 校庆相关工作 6) 位育体校接洽事宜 2、教导处 1) 八年级教学指导 2) “提前招生录取”工作 3) 初三体检工作 4) 初三理化实验正式考, 初三听力试运行 5) 初三中招志愿填报会议 6) 初三学生与家长会(志愿填报指导) 7) 融创竞赛活动校内第二轮 8) 骨干带头人展示课、青年教师师徒带教汇报课 9) 综合素质评价公示及问题处理 10) 初三中考考时大会暨退场仪式 11) 随班就读学生特教课程 12) 配套材料上报 3、政教处、团队 1) “培根铸魂 启智润心”献礼建党百年系列活动梳理 2) 班级文化建设交流会(学生) 3) 防震减灾疏散演练(5月12日) 4) 家长进校园活动(八年级) 5) 徐汇区初中班主任工作室和伊金霍洛旗中小学班主任工作室联合研修活动 6) 六年级部分家长沙龙 7) 建党100周年系列活动梳理并上报 9) 广播室人员培训并组织编辑培训手册 4、人事 1) 招聘工作 2) 完成人员信息表 5、工会 1) 做好体检准备工作 2) 启动文明组室评比 6、总务处 1) 卫生视导筹备工作启动 2) 学校绿化养护 3) 2022 年“一上”预算	5月10日	星期一	1) 9:30-10:00 升旗仪式, “青春无毒 共绘未来”区禁毒杯赛活动动员(操场)★ 2) 8:30-11:30 徐汇区初中班主任工作室坊和伊金霍洛旗中小学班主任工作室联合研修活动(312室)★ 3) 10:10-10:50 教学工作例会(311室)	1) 13:00 卫生视导工作会议(政教处+总务处 311室)
	5月11日	星期二	1) 8:00-8:40 工会委员、工会小组长会议(310室) 2) 8:30-11:30 徐汇区初中班主任工作室坊和伊金霍洛旗中小学班主任工作室联合研修活动(312室)★ 3) 10:10-10:50 教学工作例会(311室)	1) 14:00-14:40 宣传小组工作会议(312室)
	5月12日	星期三	1) 8:00-14:00 八年级作业检查; 语文、道法、历史、物理(311室) 2) 9:30-10:00 “512”防震减灾疏散演练(操场)★ 3) 10:00-10:40 校务会(311室)	1) 14:00-16:00 九年级中招志愿填报指导会(工商外国语) 2) 18:30-20:00 六年级部分家长沙龙(312室)★
	5月13日	星期四	1) 7:15-10:30 九年级男生体检(第八人民医院) 2) 8:00-14:00 八年级作业检查; 数学、英语(311室)	1) 12:15-16:00 九年级女生体检(第八人民医院) 2) 18:30-20:30 九年级中招志愿填报学生与家长指导会, 二模质量分析会(小礼堂-各班教室)★
	5月14日	星期五	1) 8:50-9:30 禁毒动漫绘画讲座——长桥街道禁毒办主讲(七年级为主, 小礼堂)★ 2) 9:30-10:00 九年级中考备考大会暨退场仪式(操场) 3) 10:10-11:30 行政会(312室)★	1) 12:00-13:00 融创竞赛课(208室) 2) 12:10-13:00 融创竞赛课+竞赛答题(第二轮)(410室)★ 3) 14:00-14:40 八年级“家长进校园”活动(507室)★ 4) 15:10-15:30 党员大会(312室)★ 5) 15:30-16:30 教工大会(小礼堂)★
	5月15日	星期六	7:20-12:20 初三理化实验考(民办位育)	周末休息
	5月16日	星期日	周末休息	周末休息

备注: ★为摄影、报道 ▲为摄像 ◊为转播

二〇二〇学年度第二学期
上海市长桥中学第13周工作安排

本周工作要点	日期	星期	上午	下午
1、党支部、校长室 1) 党史教育; 党员志愿者巡讲计划启动 2) 招生事宜 3) 禁毒杯赛相关工作 4) 校庆相关工作 2、教导处 1) 教研组长例会(阶段考试、期末考试命题、监考等) 2) 初三志愿填报工作(中职校提前批、随迁子女、中考生统一批、各类志愿确认等) 3) 骨干带头人展示课、青年教师师徒带教汇报课 4) 黄浦区语文上报、区级教育科研项目材料申报 5) 课程领导力项目会议 6) 道法历史平时成绩上报 7) 综合素质评价公示阶段 8) 体育提河年度简报 9) 院士进校园系列专题讲座 3、政教处、团队 1) 梳理各班级的班级文化建设 2) “培根铸魂 启智润心”上海市长桥中学献礼建党百年系列活动 3) 进行童子军红歌的评比 4) 梳理上传 1-6 月少先队相关活动信息到共青团网站 5) 策划参加 6 月区队风纪评比事宜 6) 配合禁毒杯赛相关工作 7) 广播台整理(人员安排、考评制度等) 4、人事 1) 招聘工作 2) 发薪薪岗意向书 3) 教科研成果鉴定工作 5、工会 1) 教工体检 2) 文明组室申报 3) 启动献血工作 4) 布置完成妈咪小屋 5) 完成部分教师新冠疫苗接种 6、总务处 1) 绿化养护	5月17日	星期一	1) 8:00-8:40 禁毒杯赛准备会议(311室) 2) 9:30-10:00 升旗仪式; 九年级“放飞梦想 走向未来”誓师大会暨退场仪式(大操场)★ 3) 17:20-18:20 禁毒杯赛项目目标(体育馆)	1) 13:00-15:00 八年级语文教研活动(邀请专家陈友勤, 刘侠 311室)★ 2) 15:40-16:20 音体美部分人员教研组会议(安全教室) 3) 17:20-18:20 禁毒杯赛项目目标(体育馆)
	5月18日	星期二	1) 10:05-11:00 教研组长例会(阶段考试工作布置、期末考试命题等工作等 311室) 2) 13:00-16:00 提升初中课程领导力实证研究 项目展示部分教师参会(彭浦四中)	1) 13:00-16:00 提升初中课程领导力实证研究 项目展示部分教师参会(彭浦四中)
	5月19日	星期三	1) 13:10-14:30 数学教研组活动(视听课反馈及近期工作交流 311室) 2) 16:30 前 阶段练习卷上传 FTP 指定文件夹	1) 13:10-14:30 数学教研组活动(视听课反馈及近期工作交流 311室) 2) 16:30 前 阶段练习卷上传 FTP 指定文件夹
	5月20日	星期四	1) 12:00-12:20 禁毒杯赛学生志愿者培训(312室) 2) 17:20-18:20 禁毒杯赛项目目标(体育馆)	1) 12:00-12:20 禁毒杯赛学生志愿者培训(312室) 2) 17:20-18:20 禁毒杯赛项目目标(体育馆)
	5月21日	星期五	1) 13:10-14:40 院士进校园讲座(六年级在班级收看转播、八年级小礼堂)★ 2) 15:10-16:30 教工大会“党史教育专题——伟大的梦想, 不懈的奋斗——中国共产党百年精神解读”张云教授(小礼堂)★ 3) 16:30-17:00 禁毒杯赛工作会议(312室)	1) 13:10-14:40 院士进校园讲座(六年级在班级收看转播、八年级小礼堂)★ 2) 15:10-16:30 教工大会“党史教育专题——伟大的梦想, 不懈的奋斗——中国共产党百年精神解读”张云教授(小礼堂)★ 3) 16:30-17:00 禁毒杯赛工作会议(312室)
	5月22日	星期六	1) 8:00-12:00 2021 年徐汇区中小学“长桥杯”禁毒动漫创作大赛(410室) 2) 8:00-11:30 八年级作业义务辅导(410室)	1) 13:00-16:00 八年级作业义务辅导(410室) 周末休息
	5月23日	星期日	周末休息	周末休息

备注: ★为摄影、报道 ▲为摄像 ◊为转播

二〇二〇学年度第二学期
上海市长桥中学第14周工作安排

本周工作要点	日期	星期	上午	下午
1、党支部、校长室 1) 党史教育 2) 招生事宜 3) 禁毒杯赛相关工作 4) 校庆相关工作 2、教导处 1) 初三英语听说考(考务及送考) 2) 初三社会学水平考 3) 周二停课考试; 第二次阶段练习暨初三三模 4) 期末命题阶段 5) 综合素质评价 6) 八年级教学视导反馈会 7) 体育周活动 8) 特奥网球赛 9) 初三志愿上报 10) 科普系列活动之科普视频展 11) 强校工程, 语文教研组(区公开课) 3、政教处、团队 1) 年级组长会议(整理学期末工作) 2) 班级文化建设班级交流 3) 评选 4 月份校园之星 4) 首届主持人大会赛前培训 5) 参加区迎六一活动(5.24 卫南舟+学生 1) 6) 区队风纪评比训练(六 6) 4、人事 1) 信息登记号申请 2) 教师招聘和实习生招聘工作 5、工会 1) 完成文明组室交流及推荐 2) 献血准备工作 6、总务处 1) 绿化养护 2) 资产排查	5月24日	星期一	1) 8:50-9:30 德育工作例会(310室) 2) 9:30-10:00 升旗仪式, 走进红色经典——八年级德育“见字如面”展(操场)★▲ 3) 深化巩固全国文明城市创建成果工作启动 4) 校庆相关工作 5) 招生相关事宜 1) 7:15-11:35 九年级三模 8:00-11:35 六、七、八年级阶段练习 8:50-11:35 八年级阶段练习 2) 8:00-8:40 工会委员工会小组长会议(310室) 3) 8:00-8:40 王宇轩 区公开课讲(310室) 4) 8:50-9:20 深化巩固全国文明城市创建成果工作(312室) 5) 11:00-11:40 年级组长例会(310室)	1) 12:20-13:00 聘用合同小组会议(311室)
	5月25日	星期二	1) 初三英语听说考(考务及送考) 2) 初三社会学水平考 3) 周二停课考试; 第二次阶段练习暨初三三模 4) 期末命题阶段 5) 综合素质评价 6) 八年级教学视导反馈会 7) 体育周活动 8) 特奥网球赛 9) 初三志愿上报 10) 科普系列活动之科普视频展 11) 强校工程, 语文教研组(区公开课)	1) 14:50-15:35 综合理科组教研活动视听课反馈及教案使用交流(311室) 2) 13:00-16:30 九年级三模 13:10-14:40 六、七、八年级阶段练习 12:20-15:25 九年级阶段练习 3) 16:00 2020 学年第一学期六七八年级评讲课(311室)★
	5月26日	星期三	1) 9:30-10:00 六七八年级接力赛(操场)★ 2) 13:10-13:50 王宇轩区公开课(410室)★ 3) 13:30-14:30 语文教研组活动: 视听课反馈及后期工作布置(311室) 4) 13:10-15:30 王宇轩区公开课(410室)★	1) 12:00-12:50 七八年级播放科普视频(各班教室)★ 2) 13:10-13:50 英语教研活动: 八年级视听课(311室)★
	5月27日	星期四	1) 9:30-10:00 六七八年级接力赛(操场)★ 2) 9:30-15:30 课程计划编制与实施工作坊研修(启良中学)	1) 12:00-12:20 校园小舞台★ 2) 13:00-14:40 初三社会学学业水平考试(各班教室) 3) 14:00-14:40 庆祝建党 100 周年系列活动暨党史教育专题活动——党员上党课(各班教室) 4) 15:00-15:40 集体舞(雨天体育馆, 晴天篮球场) 5) 15:10-16:30 教工大会 文明组室交流与推荐(小礼堂)★ 6) 16:30 各年级各科科期未考试要求交政教处 7) 16:30-17:30 听说考考务会(312室)
	5月28日	星期五	1) 9:30-10:00 足球教学赛★ 2) 10:10-11:30 行政会(312室)	1) 13:00-16:00 六七八年级作业义务辅导(410室) 周末休息
	5月29日	星期六	1) 初三英语听说考考务工作(长桥中学) 2) 初三学生英语听说测试考试(汾阳中学) 3) 8:00-11:30 八年级作业义务辅导班(410室) 4) 9:00-11:30 特奥网球赛	周末休息
	5月30日	星期日	周末休息	周末休息

备注: ★为摄影 ▲报道 ※摄像 ◊为转播



德 育 天 地



红领巾心向党 红色追光之旅

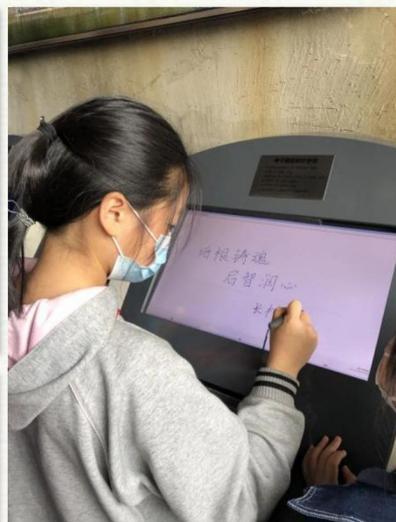
——上海市长桥中学献礼建党百年系列活动花絮（一）

“培根铸魂 启智润心”

2021年上海市长桥中学献礼建党百年系列活动

在中国共产党成立100周年来临之际，长桥中学在党支部的指导下，政教处组织开展“培根铸魂 启智润心”献礼建党百年系列活动暨党史学习教育系列活动，让红色基因代代相传，发扬长征精神、红船精神、革命精神等。

政教处在五一节前，分别召开了班主任会议和班长会议，希望利用这次的长假，组织各中队开展“红领巾心向党 追光红色之旅”红色基地寻访活动，结合龙华烈士陵园、宋庆龄故居、聂耳故居、四行仓库等市区的红色场馆，依托“励志地图”“百年百章”的小程序，开展寻初心主题教育的活动，引导学生慎远追怀、缅怀先辈，学习革命先烈光荣事迹，了解党的发展历史。



四行仓库之行 六2中队

2021年5月1日，上海市长桥中学六2中队的六名队员，在辅导员王秋羽老师的带领下，一同前往位于苏州河畔的四行仓库纪念馆。

出发前，队长郑一果向队员们讲述了这次活动的主要过程以及每一位队员的主要任务。整个活动中，队员们一路记录下他们看到的四行仓库的历史，每个同学也介绍了一段历史。吴一恒同学还在四行仓库的纪念馆的展示板上写下了“培根铸魂 启智润心”，这是学校开展献礼建党百年的活动主题。

龙华烈士陵园 七1中队（风筝小队）

五一劳动节终于到啦~在节日的第一天，我们小队去了龙华烈士陵园参观。一进去就看见了熟悉的大门，上次来这里还是二年级换红领巾的时候。很巧的是，我们正好遇到了升旗仪式，这个仪式给人一种庄严肃穆的感觉。原本嬉笑着的我们一下子就安静严肃了下来。怀着崇敬的心情，我们看过了一幅幅优美的画作与一座座栩栩如生的雕像。让我们印象很深的是烈士们待过的监牢，那里的空气仿佛还带着一些发霉的味道。烈士们在如此难的情况下还是毫不畏惧，视死如归，令我们敬佩不已。



“红领巾心向党 追光红色之旅”红色基地寻访活动

开展，旨在引导学生追寻革命先烈的光辉历程，也是让长桥学子的“橙光”闪耀在各个活动场所，同学们在外出寻访时，身着校服，待人有礼，用自己的言行举止，参观的礼仪，展现了良好的长桥中学形象。还有值得感动的是，不仅活动能给学生带来不一样的体验和感悟，还有班主任老师的亲历亲为的指导和带队，也有家长志愿者参与，让本次活动变得更有意义。

家校共育 携手共进

——2020 学年第二学期家长会及家长学校

家长会是家校沟通交流、协同共育的重要方式与渠道。

长桥中学一贯高度重视家长会工作，学校政教处在校长室的领导下，对会议的组织方式、内容及相关细节逐一布置、指导，确保在家长会的过程中，班主任、任课教师认真有效地将学校的教育教学情况与家长通报、沟通，也为家长提供各种辅导孩子健康成长的理论与方法。

2021 年 4 月 27 日晚，组织召开了六、七、八年级家长会暨 2020 学年第二学期家长学校。

本次家长学校由长桥街道配送的心理讲座，邀请了国家二级心理咨询讲师贺飞飞老师做“成长——尊重孩子的独立”的专题报告。由于主会场是八年级家长，贺老师结合了八年级学生的特点，运用了大量的案例，分析了青春期孩子的特点，以及行为的变化，采用了现场解答和互动的方式，对家长进行了相应的指导，如在和孩子沟通交流时，多采用方式方法来积极的解决问题。讲座结束后，贺老师还接受了个别家长的咨询，家长们觉得非常有效。



六年级组

下午刚放学，六年级的各位班主任就和学生们一起开始整理、布置教室，迎接家长们的到来。

家长会上，六年级的任课老师对于科目要求的介绍和学生能力进行分析。在学生分析方面，任课老师们都是鼓励为主，细数学生们在校期间的闪光点，大到校级活动，小到每日作业，只要是优秀或者有较大进步的同学都会大力表扬。从家长们的表情也能看出，这样的表扬能增强家长们的自信心，强化家校联系，为良好的家校合作打下基础。在科目要求方面，任课老师也不含糊，清晰明了地介绍科目活动和日常学习的方法。对于学生目前存在的问题也一一例举，让家长能更好地理解帮助学生。

最后，班主任们总结了前面几位老师的讲话。介绍班级举行的一些德育活动，并对表现突出或有进步的学生进行表扬和鼓励。对于班级里出现的问题或者家长的困惑也一一解答，落实了家长会的实施目标，为家校沟通深化联系。

直到晚上九点半，家长们才陆续离开，通过这次家长会的预期目标，相信家长们也能看到长中做“家门口的好学校”的决心与行动力。



七年级组

家长学校是一个关于尊重孩子的心理讲座。七年级家长在教室内收看电视直播，有的记笔记，有的认真聆听着，还不时地点头。七年级到八年级是学生青春期心理变化最大的时期，也是学习知识难度增高，学生学习压力变大，家长更焦虑的时期，通过这样的一个讲座，希望能多多缓解家长与孩子的一个紧张情绪，能更好地进行生活与学习上的沟通。

第二部分是家长会的期中考试各学科分析，专题为“理解与包容，陪伴共成长”。任课老师做了充分的准备，从对试卷的分析到对学生成绩的肯定，从对学生表现的鼓励到给学习方法的建议。给每位老师十分钟的时间，却足足用了半小时，虽然时间很晚了，但是家长们都非常认真的听着。

八年级组

为了促进学校与家长间的联系，充分展示学校良好的校风校貌，让每一位家长更全面地了解自己的孩子半个学期以来的学习情况，长桥中学八年级组召开了主题为“齐心协力，共度成长关键期”的家长会。

会上，年级组长王老师反馈了本次期中考试的年级整体情况，指出了学生在学习上存在的问题，以及下阶段的重点举措。紧接着，语文、数学、英语、物理、历史五位备课组长对考试内容进行了更为详细的分析，并给予了家长具体的、有针对性的建议，为家长指明了方向。

随后，王老师就开学至今以来学校所做出的种种变化进行了梳理和总结。改变体现在课后辅导分层、设计了周末作业单、举办各类学科比赛、铺开使用教案等等，这一系列的改变一定程度上提高了学生的学习积极性。不仅如此，学校还增添了很多丰富有趣的德育活动，比如开设了“校园小舞台”、社团活动等。与此同时，结合本年级的现存问题，王老师就迟到现象与作业缺交现象再次做了强调与规范。

最后张勇校长对本次家长会做了总结发言，他很欣喜于学校的这些改变，同时，他对本届八年级予了极高的重视，对于学校下阶段工作张校长也提出了自己的设想。此外，张校长还对家长们提出了两点要求：第一，要家长做好时间管理，有空能多陪伴孩子；第二，要与学校老师多沟通交流，双方协力解决问题。会后不少家长都纷纷表示“长桥中学的变化太大了！”、“孩子比以前更爱学习了！”同时，家长们对于学校提出的要求表示积极配合与支持！

本次的家长会，有的年级将近召开了 4 个小时。对于规范化的家长会要求，学校政教处和教导处也会进一步的明确要求，让家长能及时关注到孩子的进步，同时可以更好的配合学校，督促孩子的学习。

长桥中学会继续打造品质教育，学校、家庭两位一体的关注学生身心健康、快乐成长。长桥中学将继续努力前行，做有品质的教育，而这离不开老师们的兢兢业业，也离不开家长们的鼎力相助。



看红色电影 学百年党史

——观看《建党伟业》有感

本学期开学以来，学校政教处精心准备，细心策划，充分利用每天中午的时间，开设“乐看世界”的德育课程。该课程由视频课和广播课组成，视频课主要以时政、党史、历史、人文、艺术、人物传记等为主要内容，有《美术经典中的党史》、《经典咏流传》、《舌尖上的中国》《世界地理》等纪录片，丰富学生精神生活，提升学校的人文涵养。



为了让学生更好的了解建党的那段历史，长桥中学第十周中午“乐看世界”的午间视频课程，播放了电影《建党伟业》，这部影片从1911年辛亥革命爆发开始一直叙述至1921年中国共产党第一次全国代表大会召开为止共10年间中国所发生的一系列重大历史事件，大体上由民初动乱、五四运动及中共建党三部分剧情组成。

《建党伟业》影片介绍

热烈庆祝中国共产党成立100年

1911年冬，孙中山从海外归来，于翌年1月1日就任临时大总统。与此同时毛泽东参加了光复新军。很快，袁世凯凭借强大的军事实力和在皇室中的威信，从孙中山手中取得了大元帅之身份，北洋民国政府成立。同年10月，国民党成立。

1914年夏天第一次世界大战爆发，1915年袁世凯与日本定下密约二十一条并且更改国体，自封为中华帝国皇帝，自此走上了一条不归路。孙中山与蔡锷共同组成护国军，出师讨袁。很快袁世凯便在举国声讨中黯然死去了。

之后又随着张勋复辟的失败，中国进入了军阀割据的混战局面。而毛泽东、李大钊、周恩来等人虽身处不同地方，但都在内心思索着救国救亡之路，命运的相会即将到来。



六(6)班 李雯轩

在这几天的“乐看世界”午间课程中，观看了建党伟业这部红色电影，让我认识到了中国共产党们的力量！

影片中令我印象深刻的部分是火烧赵家楼，让我顿时感到情绪激昂、澎湃。从现在开始，我应该努力学习，建设祖国、保卫祖国、报答祖国！前辈们给我们创造的良好环境，我们一定要珍惜当下！我们也要把党的优良传统发扬光大！携手为祖国的明天而努力奋斗，谱写新的文章！

七4班 叶张圆媛

在一个国家危难的时代，有的人怀有爱国救国之心并愿意抛头颅洒热血。影片中有这样两组镜头让我感动：一是“五四运动”爆发，爱国志士们冲过栅栏，冲进章宗祥的家中，护卫们却仍然站着，没有抵抗，我从中感护卫们隐藏在身份下的那股对祖国的爱；另一组是在嘉兴南湖的船上，“一大”代表们唱着国歌，开心地笑着，似乎看到了未来的光明前景，他们英勇无畏，乐观坚强！

在那个波澜壮阔的大时代，无数仁人志士在黑暗中探索，在探索中思考，最终他们发现，只有中国共产党才是中国人民不二的选择。

八1班 刘昱好

凄凄狼烟起，灼灼爱国情

近些天来，学校利用中午休息时间，组织我们观看了影片《建党伟业》。其中有两个点使我印象深刻。

其一为影片中的战争场面。老百姓们在炮火中四处奔逃，无数人被炮火和子弹击中，绝望而无力。这让我直接且深刻地感受到了战争的残酷，无数无辜的人被迫失去生命。现在的我们虽身处和平的国家，但世界上依然有不少地区仍被战火所笼罩。无比庆幸我生于中国这个和平的国家。

其二为“一战”胜利后中国作为战胜国出席巴黎和会。虽作为战胜国，但中国并未享受到战胜国该有的待遇。不但没有获得任何战胜国应有的待遇，而且山东的主权还被德国转交给日本。弱国无外交，实乃真谛！如今祖国富强、外交强盛，但我们仍需奋发图强，努力读书，为实现中华民族的伟大复兴贡献自己的一份力！亦感谢一代又一代的共产党人不畏牺牲英勇无畏的无私奉献，用鲜血与生命才换来如今中国的和平与富强！

感恩！致敬！

“传承初心，绽放青春”暨新团员入团仪式

为纪念“五四”运动102周年暨中国共青团共青团成立99周年，

2021年5月8日上海市长桥中学隆重举行了新团员入团宣誓仪式。



在嘹亮的国歌声中，宣誓仪式拉开了序幕。首先我校团总支书记王丹老师公布此次获准入团的12名团员名单，并向新团员们表示热烈的祝贺。接着党支部书记张勇、党支部宣传委员兼青年委员张培敏、教工团支部书记杨文军、教工团支部组织委员李滢捷分别为12名新团员们佩戴团徽、颁发团章和团员证。



在宣誓环节中，新挂职的九年级联合团支部书记李雨欣带领新团员宣誓，此刻的宣誓将激励团员们在今后的学习、工作以及生活中不断向前迈进。



随后，八1中队的李雨欣、九1中队的陈愉音同学作为新团员代表发言。



李雨欣同学提出她会更加努力学习，勤奋工作，积极向上，充分发挥团员的模范带头作用，承担起一名团员应该承担的责任，并带动同学们共同进步。



陈愉音同学表示加入中国共产主义青年团并不是为了炫耀自己，而是为了能接受团组织的教育，使自己成为一个有理想，有道德，有文化，有纪律，有孝心的新青年。

最后，我校党支部组织委员高松老师为新团员们提出了希望，入团只是我们团员同学崭新的起点，而不是我们奋斗的终点。希望大家时刻牢记自己共青团员的身份，用自己的实际行动表明自己无愧于“团员”这个光荣的称号，让闪闪的团徽指引我们奋勇前进，为梦想的实现而努力奋斗！



我们是五月的花海，用青春拥抱时代，我们是初升的太阳，用生命点燃未来；我们要铭记团员使命，不忘入团初心，时刻牢记今天的誓言，增强社会责任感和历史使命感；我们要认真学习科学文化知识，通过自己的不断努力，造就成为社会的有用之才。

保卫零食大作战 健康零食我先行

——长桥中学健康饮食活动课



说起零食，

你会想到夏日里清甜甜的冰淇淋，

会想到炸鸡店里香味扑鼻的炸鸡翅，

再或是一杯热腾腾的饮料吧！

而对于这些诱人的零食，

我们又该如何



2021年5月7日，上海黄浦区芷语文化促进中心的老师们给六年级的孩子们，上了一节有趣的“健康零食”课。

首先，王艳婷老师十分形象地以红绿灯的形式带领大家区分“红灯零食”和“绿灯零食”。“红灯零食”是指高糖类，高脂肪类和高盐类的零食，例如糖果，甜果酱，冰淇淋，奶油，薯片，炸鸡翅等，它们虽然香甜可口，却远超我们一天内所需要的各类能量，长期食用“红灯零食”还会对我们的健康造成危害；而“绿灯零食”是指豆制品，奶制品等，例如牛奶，豆浆，酸奶等，适量食用“绿灯零食”有利于我们的身体须求和精神须求。



此外，王老师还给我们分享了一些生活小技巧，如购物时要关注的“**标签四要点**”——名称，保质期，配料表和营养成分表；买水果饮料时要关注配料表内的果汁成分是否高于30%，否则该饮料仅仅是水果口味的饮料，而并不是正规的水果饮料，这些分享让我们对购买零食有了进一步的挖掘与发现。



零食就如一个有脾气的小孩，你若留心观察，合理食用，就会感受到他美的一面；可若是大量地食用以至于干涉到了正常的饮食，那可就要被他闹得天翻地覆了！

今天，我来上课——红色主题微班会课

在学校党支部的领导下，长桥中学党支部、政教处、团组织周密计划、精心组织、开展“培根铸魂 启智润心”献礼建党百年系列活动暨党史学习教育，全面推进“党史”学习，让红色基因代代相传，培养学生发扬长征精神、红船精神、革命精神，在活动中塑造中国精神，感悟党的光辉历史和伟大成就。

长桥中学积极开展“培根铸魂 启智润心”献礼建党百年系列的“七个一”活动，开设了一节红色主题微班会课，组织了一支学生干部宣讲团，围绕党的光辉历史、重大战役、革命烈士和优秀共产党员的故事、介绍红色基地、推荐关于党的电影和连续剧等几个方面进行宣讲。5月7日中午，六、七、八年级各班级召开了“今天，我来上课”的红色主题微班会课，活动反响良好。本次活动希望发挥学生干部的作用，通过同伴上课讲述党史的内容，使学生更轻松、更深入地了解党的发展历程，不断增进对祖国、对人民、对民族的热爱和对党的信赖。



本次宣讲活动，主要由各班的班长负责，他们利用五一长假，确定主题、收集资料、明确分工、精心备课、制作PPT，组织班委共同研讨，假期中政教处黄老师也对每个讲稿进行了修改和完善。让学生干部站上讲台开展“今天，我来上课”活动，培养了学生干部的能动性，增强了学生的自信。



长桥中学的献礼建党百年的主题教育在支部领导下，多层推进，把党史学习教育融入立德树人工作，与学校思想政治教育、师德师风建设等工作相结合，推动办学质量提升。5月学校党支部也将组织全体党员开展帮助学生实现梦想的“橙梦计划”、引领学生学习党史的“微型党课”，把“培根铸魂，启智润心”落到实处。



2021年4月25日，
这一天
我们一起携手
春季社会考察活动
走进上海海昌海洋公园
揭开海洋的神秘面纱
收获友情和快乐



上海海昌海洋公园

上海海昌海洋公园内部设计美观，紧紧围绕海洋文化特色展开，有“人鱼海湾”、“极地小镇”、“冰雪王国”、“海底奇域”、“海洋部落”五大主题区，每个主题区都设有明星剧目或游乐设施，让每位同学都深刻探索海底奥秘，感受海洋传奇。

亲近自然，热爱生命

六5班 冯坤

令我印象最深刻的是集体活动“虎鲸科普秀”的节目观赏，节目先是播放有关虎鲸的介绍视频并组织现场所有观众进行答题互动，随后采用“人鲸互动”的形式为观众们呈现虎鲸的高超技艺。

只见一只虎鲸闪亮登场，它身躯庞大、颜色黑白相间，先是绕着舞台边缘游了几周，似乎在与观众们打招呼，再回到主人的身边停止游动，那模样显得格外乖巧可爱，赢得观众们的一阵喝彩。“下面便是虎鲸大显身手的时间了！”表演人员宣布。虎鲸在主人的指挥下游到舞台的一边，大家都屏住呼吸期待着它即将带来的精彩表演。虎鲸先向前游一小段路作为“助跑”，随后迅速将身体曲成一道黑白相间的圆圈腾空跃起，在空中画出一道优美的弧线，翻了个漂亮的跟斗，“一石激起千层浪”，周围顿时水花四溅，白浪翻滚，观众们齐声惊呼，掌声如“大珠小珠落玉盘”般响起，虎鲸似乎很有成就感，于是更加卖力地一连翻了好几个跟斗，每翻一个跟斗都伴随着观众们的热情欢呼。表演人员高声问道：“大家说虎鲸今天的表现棒不棒？”“棒！”“太棒了！”我与周围几位同学扯开嗓子呐喊，不少老师甚至陪同孩子一同观看节目的家长也放声大喊，现场的声音一浪胜过一个浪。作为对虎鲸今天出色表演的奖励，表演人员给了虎鲸一大桶鱼作为午餐，虎鲸美美地吃了下去，向观众摇了尾巴，那憨厚可爱的模样再次引起一阵欢呼声。

演出结束我们却意犹未尽，虎鲸腾空一跃的身姿和轻轻摇动的尾巴在我的脑海里晃动着，我对海洋生物有了进一步的了解和发自内心的热爱，我们与这群可爱的海洋生物共同生活在美丽的地球之上，而人们与海洋生物的亲密无间无不反映出人与自然的和谐，这份美的友谊值得我们每个人去呵护，去爱护。



2021.4.25



笑起来真好看

虎鲸物语

六5班 刘露菲

本次社会考察中，让我印象颇深的是“虎鲸物语”表演。

在表演开始前，主持人插播了问答环节。在问答环节中，我们在欢笑声中了解了许多关于虎鲸的知识，同时也明白保护环境很重要，不然会对这些海洋生物造成巨大的伤害。

在一片掌声中，虎鲸表演即将开始，大屏上开始播放动画作为引子，接着黑影一闪，一头虎鲸从水中一跃而起，然后“砰”地落回水中，溅起一片水花，引来了观众的一片惊叹。它的身体是黑白两色，脊背光溜溜的，十分好看。接着饲养员一挥手，虎鲸游到了岸边，饲养员再一挥手，虎鲸在指挥下游到池边，绕着水池翻滚着游动起来，庞大的身躯像一条蛇灵活地在水中扭动。观众们的掌声再一次响起。

接下来最有趣的时刻开始了。虎鲸游到前排的观众前，只见它把身子放进水里，尾巴露出水面，使劲地甩了起来。水花风一般地冲向前排观众，场上欢呼声和笑声此起彼伏。虎鲸好像听到了，就更加用力地甩了起来。

海昌公园游记

六6班 姜若琪

踏进海昌海洋公园的那一刻，我们就仿佛进入了海底的童话王国，开启了一段海洋漫游。

我们进入海兽馆里探秘，温柔的水波中自由自在地穿梭着许多只海狮，惬意悠然。海狮在舞台上给我们展现风采，调皮的海狮戏弄人，灵活的海狮耍杂技，聪明的海狮演魔术，欢笑、惊叹此起彼伏。

虎鲸的表演最带劲，庞大的虎鲸猛地一跃，掀起巨浪，溅上观众席。但一转眼它又撒娇似的与饲养员互动，让一整箱鱼儿都下肚。

在天幕影院里，我们环望四周，全都是投影。有时，小鱼儿穿梭在鲜艳的珊瑚礁中；有时绚丽多彩的水母灵动地游动；有时，虎鲸海豚排成队冲出水面……我们沉浸在这如梦似幻的观影中，身临其境，震撼心灵。



相约在春季，青春乐飞扬

——2021年长桥中学七、八年级春季社会考察

草长莺飞三月天，春游踏青正当时。4月25日，长桥中学七、八年级组的春季社会考察活动按预定计划进行，学生们在班主任的带领下，跟随春天的脚步，走出校门，来到崇明东平森林公园，捕捉春天的气息。



东平森林公园里，正在筹备花博会，各种植物婀娜多姿、竞相开放。滔滔花海，芳香扑鼻，徜徉花海，令人沉醉，近距离感受杜鹃花的娇俏迷人和紫藤幽径的美丽景观，真是一种享受！



在活动前，年级组长设计了丰富有趣的任务单，比如打卡景点·小队留下合影、认识水杉·树立环保意识、辨别植物·感受探索之乐等等。

同时，各班级也在此基础上设计了更具特色的班队活动。老师们引导学生欣赏沿途的美丽春景，花草树木、生态环境无所不谈。学生们也在实践中认识了一种又一种的珍稀植物，和大自然的花草来个亲密接触，增长了不少课外知识。

本次春季社会实践活动，使学生们亲近了自然，增长了见闻，活跃了身心，同时也对学生进行了一次珍惜幸福生活、保护地球植被的切身教育，真正做到把欢声笑语留在春天大地上，把文明的举止、美好的心灵留在了学生们的心里。

同交流，谋创新，促成长

——记徐汇区第三届初中班主任工作坊第十二次研修活动

2021年5月11日上午，徐汇区第三届初中优秀班主任工作坊、伊金霍洛旗中小学班主任工作室的联合研修活动在长桥中学隆重举行，本次活动是徐汇区第三届初中班主任工作坊的第十二次研修活动，主题是“聚焦家长会，提升育人成效”。普陀区德研室主任、特级教师王萍老师和徐汇区德研室张鲁川教授两位专家莅临指导。



有朋自远方来，不亦乐乎！活动伊始，张鲁川老师致辞，向伊金霍洛中小学班主任工作室的到来表示欢迎，希望能够通过徐汇区初中班主任工作坊的研修活动展示，为在场的德育工作者带来更深入的思考，形成学习共同体。



坊的

坊主戴婷玉老师介绍工作坊从开班至今的运作机制以及工作坊主要的研究方向，本期工作坊的研究项目就是聚焦“提升育人价值”的家班共育机制与策略研究。基于项目主题和目标，工作坊以“家长会”为重点进行研究，希望改革当下形式单一、内容老套，单项输出、家长参与感低的状态，力图打造创新型的更有育人成效的家长会。班主任工作坊研修形式是“计划先行，四研一体”多元研修共同体。前期工作坊成员及坊主通过问卷和交流进行了新型家长会的起点确定，并围绕主题进行了分组研讨。本次活动力图站在“以内容定创新形式”的角度，分享家长会初步方案，并在研讨后进一步加以修改及实施。

坊主戴老师对以上主题鲜明、形式多样的创新型家长会进行总结和提炼。她提到，创新家长会的共性在于支架搭建，提供话语权、挖掘优势，变为教育契机、后续系列活动的延伸，同时也与学员们共同探讨育人本身的问题，解决班主任工作的模式。

伊金霍洛学员代表充分肯定了工作坊老师们对家长会形式的创新。“圆桌讨论组”所选取的主题，对学生手机管理的讨论，非常符合当下的现状；“角色浸润式”家长会让家长有了重新审视自己家庭教育的机会，但老师们也要思考如何保护学生隐私的问题；“展会咨询式”家长会，以职业体验为主题非常创新，可以利用好校内校外，以及社区的资源。



在专家点评环节，王萍老师肯定了工作坊的工作，认可了团队的专业能力，也对学员们努力成为有思想的智慧型班主任表达了肯定。她认为家长会从不是单纯的家长会，而是学校教育的组成部分。家长会的基本目标，就是给学生的成长提供指导，这样的指导应该是系统性的，可持续性的。此次汇报的方案明显地让老师们感受到了家长会的变革，主题从随意性到计划性、形式从灌输式到互动式、状态从说教式到创意式。家长会的互动性，让学生的参与性实现了真正意义上的自主。她建议后续家长会可以进行序列化的延伸，开展连续性主题研发，给学生的成长提供支持性的环境。

张鲁川老师对班主任工作坊进行了明确的定位——学习共同体。显性的作用是出研究的成功，隐性的作用是：以点带面，研究如何发现问题，分析问题，解决问题，从而思维形成迁移。他也对工作坊提出了更高的期望：将研究的成果进行辐射，以期能够解决德育工作中的实际问题。

蹲下来，与你同行

——记长桥中学六年级家长沙龙活动

为了让家长们更好地了解青春期孩子的特点，掌握亲子沟通的技巧，营造良好的家庭氛围，帮助孩子在学业有成的基础上，培养孩子有爱、会爱、能爱的人格，并逐渐形成自我认同感，2021年5月12日晚六点半，长桥中学组织召开六年级部分家长沙龙，与家长共同出席会议的有张勇校长、政教主任黄丽莎、以及四位年级组长和六年级的班主任们。



沙龙的第一个环节是张勇校长介绍学校近期教育教学方面显著的变化，以及丰富多彩的德育活动。张校长明确了学习的要求以及学校的各项举措，如六年级课后辅导的策略调整、七八年级的教学改革、初三从一模到二模的明显进步，所有的变化都体现了学校提出的“五个度”和“六个力”，希望家校合力携手，积极提供学生成长的多种平台，发展学生多方面的才能，培养学生全面成长。



尊重他。

沙龙的第二个环节，由六（1）班班主任，同时也是徐汇区初中优秀班主任工作坊的坊主戴婷玉老师，做了题为《蹲下来，与你同行》的专题报告。一开始，戴老师先让家长们体验了“1、2、3”的指令游戏，家长们在游戏中意识到：犯错是人之常情，是能够被理解的。从而从内心接纳孩子犯错的事实。随后，戴老师介绍了“马斯洛需求理论”和“埃里克森的人格发展八段论”，让家长了解到12~20岁的青春期孩子的特质，给孩子营造和谐、安定的环境，保护孩子的朋友，



每个问题都看成是教育的契机，缺点也可以变成优势。

随后，戴老师又从脑科学入手，分析了学生脑部前额叶和杏仁核的发育和影响问题，让家长能够理解青春期孩子的情绪与生理息息相关，的确很难自我控制。在家长逐渐接受并接纳孩子的情绪后，戴老师借正面管教理论，通过孩子不良行为背后的原因，让家长们能够体察到孩子的求救信号。最后，戴老师组织家长们进行四巧板游戏，并借此阐释：不要把目光聚焦在孩子的缺点上，把每个



整个报告紧紧围绕着**尊重、理解、认同、接纳、宽容、情绪管理**而展开，融入了游戏和互动，让沙龙活动变得非常有趣而感染人心。最后政教主任黄老师对本次家长沙龙的活动进行了总结，希望家长有机会换个角度去看正值青春期的孩子们，去理解他们，不再居高临下，而是蹲下来，陪伴孩子一同成长。



青春无毒，共绘未来

——2021年徐汇区中小学“长桥杯”禁毒动漫大赛



2021年5月22日，长桥中学举行了以“青春无毒 共绘未来”为主题的徐汇区中小学第五届“长桥杯”禁毒动漫绘画创作比赛，全区50所学校152名同学参加了本次活动。

本次杯赛由徐汇区禁毒委员会办公室、徐汇区教育局主办，徐汇区长桥街道、徐汇区青少年活动中心、上海市长桥中学承办。



一段精彩的健美操拉开了开幕式的序幕，徐汇区教育局领导梁斌副局长致开幕词，向前来参赛的师生们表示最诚挚的欢迎，并指出青少年禁毒教育的重要性。

然后，学生带来了精彩的演出，武术、非洲鼓的表演，展现了青少年的青春活力、强健体魄，更希望青少年远离毒品，增强体质，做堂堂正正的中国人。



活动中，尤为突出的是，由黄丽莎老师和龚煜同学编导的校园禁毒情景剧《无益之友》，小演员们出色的表演赢得了全场的掌声。该剧通过相声和两个场景的演

绎，提醒同学们要谨防新型毒品的诱惑，谨慎交友，拒绝不良的习惯，把主要精力和心思放在对文化、科技和法律知识的学习上，要有健康的心理素质，增强积极进取精神，形成朝气蓬勃的人生态度。



随后，与会嘉宾与长桥中学志愿者学生一起，用画笔描绘本届主题“青春无毒，共绘未来”八个大字，共同描绘健康的未来。



最后，徐汇区区委政法委一级调研员张喆先生宣布活动开幕，同时也预祝本届杯赛圆满成功，预祝各位参赛同学能取得好成绩。





青春无毒，共绘未来

——2021年徐汇区中小学“长桥杯”禁毒动漫大赛

大赛开幕后，各参赛选手由志愿者带到指定比赛教室，进行绘画创作。本次比赛采用现场手绘漫画、漫绘环保袋、电脑海报设计三种形式进行创作，通过生动形象的漫画作品宣传毒品的危害，警示人们远离毒品、珍爱生命。





教 学 研 修



做最好的自己

——上海市长桥中学期中考试学生表彰大会



2021年4月26日上午，长桥中学举行了“做最好的自己”——2020学年第二学期期中考试表彰大会。

学期过半，期中考试结束同学们的辛勤汗水，换来了丰硕的成果。为了激励在学习中涌现出来的勤奋好学、成绩优良，学习进步的同学，学校进行了期中考试进步奖和优秀奖的评比。



获奖名单 学习进步奖

《六年级》

陆青仪	六(1)班
章鲁越	六(2)班
邹芷睿	六(3)班
周子妍	六(4)班
桂浩瑜	六(5)班
陈钰涵	六(6)班

《七年级》

马哲凡	七(1)班
叶雨鑫	七(2)班
邱玲玲	七(3)班
刘明成	七(4)班
易书娴	七(5)班
汪楠	七(6)班

《八年级》

曹诣骋	八(1)班
陈思源	八(2)班
杨昊宇	八(3)班
俞香向	八(4)班
王海诺	八(5)班
骆玉莹	八(6)班

获奖名单 学习优秀奖

《六年级》

李文杰	六(1)班
郑文轩	六(1)班
王紫潼	六(3)班
邵天罡	六(4)班
冯绅	六(5)班

《七年级》

钱家恩	七(1)班
宓隽晟	七(1)班
杨顺羽	七(1)班
方韩申	七(1)班
邢慧敏	七(4)班

《八年级》

张宇皓	八(1)班
李雨欣	八(1)班
赵钰铭	八(1)班
王非池	八(1)班
刘昱好	八(1)班

详尽分析 精准施策 砥砺前行

——长桥中学 2020 学年第二学期期中考试质量分析会

为进一步明确期中考试后的教学方向，制定相应教学措施，提高教学成效，2021年4月30日下午15:00，学校全体教职工在小礼堂召开了本学期期中考试质量分析会。

分析会上首先由语文、数学、英语、综理、综文五位教研组长根据学科特点和考试情况，对期中考试成绩作出了全面、细致的分析。

语文组

语文组牛月英老师在发言中谈到，从各班级平均分来看，期中考试中各年段各班级的语文成绩还是较为均衡的。各年级在文言诗文的默写情况方面表现良好，一些老师们日常反复操练的文言实词解释、课内文言文句子翻译，答题情况也符合预期。但是课外文言文涉及到的理解、分析类题目得分率就相对较低。

在下一阶段，语文组要更多关注文言文阅读训练，其考试要求与现代文阅读相似，既考查学生文言基础知识——字、词、句的解释、翻译，也考查学生对文意的理解和把握，在教学中要“言”“文”并重。对于现代文阅读，要针对学生在现代文阅读中出现的主要问题，在阅读教学中，培养文体意识，指导学生梳理行文思路，圈划关键词句要常抓不懈。补充课外阅读时，也要精选阅读材料，用典型语段落实考点。



英语组

英语教研组长王佳老师谈到，本次期中考试试卷面反馈出学生在基础知识板块的得分率还是基本令人满意的，这正是源于教师在平时的教学过程中，能够准确把握双基知识重点，提高课堂教学成效，坚持对部分学生做到“一对一”课后辅导。另一值得欣慰的是，三个年段学生的写作技能在以往基础上都有所提升，这得益于教研组长期实践并不断优化的写作教学案在课堂中的有效利用。借助教学案，学生更加明晰了如何建构写作框架，同时也积累了相似主题下的大量写作素材。正因如此，才能在本次考试中取得比较理想的得分率。当然，本次考试也暴露出了一些问题，如：听力填词失分严重、阅读得分率仍旧偏低。针对这部分问题，在后续的教学应从以下几个方面着手：

1. 增强词汇背默，注重积累词汇。
2. 重视技能指导，如：听前预判、听后复查、句子分析、上下文语篇分析等综合语用能力。
3. 分年段开展专题教学，同时结合年段特点，将专项练习分解、渗透至平时的教学环节中。



数学组

数学教研组长黄嵘老师谈到，本次期中考试学生情况与第一次阶段练习相比较，各项数据都有不同程度的提高，一些班级纵向比较进步明显。针对期中考试中暴露出的学生问题，今后各年级需要在以下几方面加强：

1. 加强概念教学。在概念教学中引入学生熟悉的生活情景，增加概念的变式应用。
2. 关注应用问题的教学。在应用问题的教学中引导学生耐心读题、审题，仔细分析问题中的数量，结合问题条件利用所学知识建立问题中的数量关系，让学生熟悉解决应用问题的基本思路，掌握解决应用问题的基本方法。
3. 重视学生逻辑思维能力的培养。在几何推理论证的教学中，注意培养学生审题习惯和几何语言规范，教会学生从条件到结论或从结论到条件的正逆两种分析方法，理清思路，鼓励学生正确表达。
4. 加强学生综合运用知识解决问题的能力。在平时教学和培优中，加强综合题的分析和训练，特别是分析问题的思路和方法，归纳总结解题规律。
5. 做好分类分层的作业布置工作。作业布置关注不同学生不同阶段的不同需求，尽量做到每个学生都能完成自己的任务，完成后都有收获和提高。
6. 做好阶段练习、期末考试的命题工作，体现教、考、评的一致性。在严格执行命题要求的基础上，增加考察单一知识点的题目数量，让学生感到希望，提高他们的学习信心。



综文组

综文教研组长吴萌老师谈到，根据新中考的相关要求与政策，综文组主要有道德与法治、历史学科参与了本次的期中考试。其中道德与法治学科试卷各题得分较为均衡，未见明显短板，特别是案例分析题表现良好，说明绝大部分学生在教师系统训练下答题方法与思路掌握较好，能够准确完成答题。历史学科通过本次考试，发现历史中考中要求学生历史知识要有结构意识、逻辑意识和整体意识，通过逻辑串联知识点，形成知识网或者知识面，同时也要求学生掌握一定的分析历史、解释历史的技能。在下一阶段综文组老师们将进一步提高教学有效性，在教学实践中体现“教·学·评一体化”教学理念；根据各班级实际情况，进一步加强对部分薄弱题目强化训练，提炼答题方法与思路；重点跟踪15分以下学生，对此分数段学生做有针对性教学，落实到具体人，利用日常碎片时间做辅导，加强该分数段学生的作业批改与订正，切实让他们在课堂上“动”起来，决不放弃每个学生；做好专题讲解，根据一、二模各区试卷，提炼相关专题，总结答题方法，帮助学生进一步明确相关试题答题方法，加强答题规范；进一步加强备课组研修活动，发挥团队协作积极作用，共商后二模时期复习迎考策略，制定符合校情、学情的备考措施，及时跟进，有效推进；依靠年级组、班主任力量，共同协作做好学生思想工作，在思想上不放松，行动上有所体现。

综理组

综理教研组长陈爱华老师谈到，综理组涉及的考试科目较多，有物理（八、九年级）、化学（九年级）、跨学科案例分析（九年级）。虽然学科知识点各不相同，但通过考试也暴露出一些相似的问题。如学生计算能力薄弱；学科核心知识掌握不牢固，遗忘较多；阅读材料不充分、不仔细，信息提取能力不强；知识的运用和迁移能力较弱，无法准确使用学科知识解释现象或结论；逻辑表达能力较差，回答问题不完整、缺乏逻辑性等。下阶段，各备课组要着重基础知识的再复习、加强专题训练、加强实验教学（复习）；培养学生审题能力，指导学生圈划关键信息，提升审题、提取信息、运用学科语言分析表述的能力；重视分层指导、加强扶弱补漏，加强学生心理辅导，提升学生学习的信心。利用好市测卷，让学生再一次经历“实战演练”，把握考试节奏，合理分配三科的考试时间。

教导处

在几位组长发言后，教导处汤雪川老师借助标准分这一统计量，对各年级各学科各班级成绩情况作了横向班与班的对比以及纵向某班某学科与以往考试的进退步对比，并对部分优秀率合格率较高的班级进行了表扬。同时提出在今后教学中，要基于学科教学手册，完善教学案；以各学科单元教学为抓手，以教学案为载体，转变课堂教学观念，优化课堂教学内容与组织形式，着力培养学生学科核心素养，适应考试内容、形式的转变；加强组本研修和项目研究，以项目研究促进教师专业成长；基于考试数据准确定位教学起点与终点，基于学情调整教学重点；以课后服务、流动生以及7班教学管理制度、做好学生的分层分类，因材施教；进一步完善优化校本三练题库。

放飞梦想 走向未来

——九年级誓师大会

2021年5月17日，距离中考只有32天的时间，值此之际，长桥中学在学校操场上举行了主题为“放飞梦想 走向未来”的九年级誓师大会活动。全校师生以及家长代表参与了此次活动。



学生代表发言

誓师大会上，九（1）班的金佳同学率先代表九年级学子上台发言。她表示人生在世，能做的事有很多，不如勇敢地去尝试自己所期望做的事，让努力成为一种习惯。

九（4）班的丁戩同学表示，无论站在哪条起跑线上，无论远方是荆棘丛生还是黄沙漫天、乾坤未定，都要坚定信仰，矢志不渝，砥砺前行，完成自己的使命与担当。

家长代表发言

中考不单是同学们在孤军奋战，在考生的身后，还有至亲至爱的家长。九年级家长代表——孙翹楚同学的爸爸首先感谢为孩子的成长倾注心血的学校领导和老师们，感谢学校给孩子创造了一个积极向上、贴心有爱的环境。接着他希望所有的初三学子能全力以赴备战中考，积极迎接人生的第一次挑战，挥洒汗水书写属于自己的热血青春。

教师代表发言

九年级教师代表吴佩英老师叮嘱初三的学子要牢固基础，激活思维，每日保持最佳的学习状态，紧跟老师的步伐；同时全力以赴，在心态上也要保持积极乐观，相信自己，肯定自己，追寻自己人生中的光，在追逐的过程中保持最佳状态，在中考这场真正的战役中取得更好的成绩。



初三学子们刻苦拼搏的精神也激励了学弟学妹们，他们也用一幅幅精心设计的海报，一句句贴心用心的话语为初三的学长加油。

简短的仪式道不尽壮志，简单的诉说讲不完豪情。愿所有的初三学子，能在中考考场上顺利发挥，给自己一份满意的答卷！

关注世界前沿科技，用新思维迎接数字文明

——暨上海市长桥中学院士进校园活动



5月21日下午，由上海市徐汇区科委、科协，徐汇区教育局共同主办，上海市业余科技学院（上海科学会堂服务中心）承办的上海徐汇“科学家进校园”系列活动走进上海市长桥中学。

活动现场

活动特邀上海大学机械工程与自动化学院李明教授、博导，作题为《用新思维迎接数字文明时代》的报告。徐汇区科学技术协会科普部部长张蕾老师、上海市业余科技学院（上海科学会堂服务中心）区县工作部主任尹丽丽老师作为嘉宾一同出席了当天的报告。



李明教授为同学们带来了一场AI、人工智能与大数据方面的专题报告——“用新思维迎接数字文明时代”，深深吸引了广大长桥中学全体师生，开阔了同学们的眼界，打通了初中相关学科与相关专业的衔接。AI、人工智能与大数据都是当前热门名词与话题，李教授作为一名理学博士，博士生导师，语言幽默风趣，从日常应用入手，带领同学们逐步领略到先进技术对于生活、社会等各方面的推动与改变。同时希望同学们永远保持自己的好奇心、怀疑精神和严谨求证的作风，未来能够从自己的兴趣出发，深入探究不同领域的课题，攻坚克难，成就自己的辉煌人生。



报告结束后，八年级同学们现场与李明教授展开了互动交流，提出了许多有趣的问题，李明教授一一做了解答。

本次报告激发了同学们对数字文明时代的学习热情，拓宽了同学们的视野。希望通过本次活动，能促使同学们关注世界前沿科技，用新思维迎接数字文明时代的到来。乐学善思，争做新时代好少年！



详尽分析定策略 砥砺前行攀高峰

——“长桥-园南”第三次联合教研

5月7日下午，长桥中学与园南中学第三次联合教研如期在两校进行。活动主要围绕期中考试试卷质量分析进行，共同研究改进课堂教学的策略与方法。本次研修不仅激发了教师专业发展的内驱力，而且切实提升了两校的教师教学素养。



“ 本次学校九年级二模考试是在艰难爬坡，但小有进步。园南中学的传帮带给了学校自信，同时园南中学也共享了核心技术（教学资源分享、经验的分享）。并提出后期九年级教学工作要“稳准狠”。在有限的时间，充分发挥教师所有教学精力的效益。要有基于经验，更要有具体实践，进一步加强课后辅导。任课教师之间要衔接好，沟通好，形成合力，

“ 史晓燕校长谈到，学校要调整好生源结构，留住优质生源，稳定住目前优势，内部实施改革。让学生家长用“脚”投票，正是教师们的努力积累，才有园南目前的情况。在二模分析中，要找自己的短板。调动学生非智力因素，一班一分析，一生一分析。班主任与任课教师要分析到学生个体，要利用活动课来玩团队游戏，增强班级的凝聚力，帮助不同层次的学生，稳定心智。



本次联合教研活动，各科教师都能根据期中考试反映出的问题，反思日常教学中的得与失，找出存在问题、总结成功做法、制定改进措施。在今后的教育教学中，老师们将继续优化教学，关注学生的成长，同心协力，共绘未来。

“教研有道，探索无涯”

——徐汇区强校工程之长桥中学语文专场活动

活动简介

2021年5月27日下午，上海市长桥中学举办了徐汇区强校工程活动——《演讲单元教学设计与实施》。由上海市演讲与口语传播研究会和徐汇区教育学院联合主办，上海市长桥中学承办。参与研修活动的有强校工程实验校初二语文教师、初中语文骨干教师工作坊成员、华理学区初中语文工作坊成员。

本次研修既为青年教师搭建了平台，也对统编教材中“活动·探究”单元进行有益探索和教学实践。徐汇区教育学院初中语文教研员刘侠老师、徐汇区强校工程学科组专家、特级教师陈友勤老师在活动初期多次莅临学校，手把手指导青年教师王宇轩老师备课磨课，在教学理念和教学设计上给予了诸多指导性意见和建议。



活动过程

活动先由长桥中学王宇轩老师执教《“演讲”单元导读课》，王老师利用《我不想做这样的人》这一演讲视频，帮助学生了解“观点”、“解释”、“材料”这三个较为重要的演讲要素，进而利用教材中的演讲词《我一生中的重要抉择》，逐步引导学生理解材料和观点之间互相印证的关系，带领学生明确“演讲”单元的学习目标和学习过程。

课后，王宇轩老师分享了自己的备课过程和教学设想，教研组的王芳老师和汤华老师先后进行评课。



世外中学许佳家老师也和大家分享了自己的单元教学设计，许老师从“演讲针对性”这个角度出发，引导学生深入理解演讲者和听众之间的关系，并通过子任务的设置逐步加深学生对演讲的理解。许老师的教学设计给在座老师提供了新的思路，也促使大家进一步思考，如何根据学情设计适宜的活动任务。之后，华理学区的张秀玲老师作为代表，先对王宇轩老师的课进行了点评，并交流了自己对于演讲单元如何开展有效教学的一些想法和思考。

最后，强校工程学科组专家、特级教师陈友勤老师对王宇轩老师的导读课进行了简要点评，陈老师对部分教学环节提出修改意见，并强调单元活动设计时，教师应思考学生“学什么”、“怎样学”、“为什么学”这三大核心问题。同时，陈老师对“活动·探究”单元的课程教学进行指导，强调教师应特别关注单元在教材中的位置、作者的写作规律，特别对文本中涉及到的文化知识和语言知识的处理应有别于传统教学。



结束语

对于“活动·探究”单元的探索和实践，能促使教师转变教育理念，把课堂还给学生，使学生的语文学习从平面走向立体，从静态走向动态，在综合、多维、连续的语文活动中“领悟文化内涵和语文应用规律”。同时，也是强校工程背景下应对新中考的策略研究的一次探索，希望老师们尝试转变教学模式和评价标准，让学生共同参与到制定评价标准的过程中，将“做中学”的理念落到实处，从整体上提升学生的综合素养。