



上海市长桥中学  
Shanghai Chang Qiao Middle School

# 每月通讯

第四期

2021年6月



# 目 录

## 一、理论学习

### 1、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”

### 2、和美橙光（第三期）

## 二、校务信息

### 1、每周工作安排（第 15 周-第 18 周）

## 三、德育天地

### 1、学习时代楷模，走进插花艺术

——长桥中学“家长进校园”暨学习时代楷模活动

### 2、青春无毒 共绘未来

——记徐汇区中小学生“长桥杯”禁毒动漫大赛颁奖典礼

## 四、教学研修

### 1、阳光体育促成长 凝心聚力闪橙光

——暨上海市长桥中学 2020 学年第二学期阳光体育周活动

### 2、魅力社团，点亮青春

——长桥中学“乐团耀美”社团课程成果展

### 3、关注复习讲策略 提升素养强发展

——“长桥-园南”第四次联合教研





上海市长桥中学  
Shanghai Chang Qiao Middle School

# 理论学习





# 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”



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。



### 学以致用，党课实践

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讲，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。









上海市长桥中学  
Shanghai Chang Qiao Middle School

# 校务信息





二〇二〇学年度第二学期  
上海市长桥中学第16周工作安排

| 日期    | 星期  | 上午                                                                                                                      | 下午                                                                                                                                                                            |
|-------|-----|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 6月7日  | 星期一 | 1) 9:30-10:00 升旗仪式：走进红色经典——七年级组“黄河颂”展演活动（大操场）★                                                                          | 1) 12:00 前 六、七、八年级组长上交《2020 学年第二学期“家长进校周”安排表》<br>2) 12:00-13:00 初三毕业班（综合）<br>3) 13:00-14:00 禁毒杯赛联颁奖典<br>4) 13:00-14:00 禁毒杯赛联颁奖典研讨会（312室）<br>5) 16:30 前 长桥-园南联合教研 开发 FTP 指定文件夾 |
| 6月8日  | 星期二 | 1) 8:00-12:00 督导回访（312室）★                                                                                               | 1) 13:00-16:30 初中跨学科学习案例研究交流会（延安初级中学）<br>2) 13:10-13:50 六年级地理考试（本班教室）<br>3) 15:45-16:25 八年级道法考试（本班教室）                                                                         |
| 6月9日  | 星期三 | 1) 9:30-10:00 校合唱队训练（音乐教室）                                                                                              | 1) 13:10-13:50 六年级道法考试（本班教室）<br>2) 14:00-14:40 八年级化学拓展考试（本班教室）                                                                                                                |
| 6月10日 | 星期四 | 1) 9:30-10:00 校合唱队训练（音乐教室）                                                                                              | 1) 12:10-13:10 00 八年级社团成果展（小礼堂）★▲<br>2) 13:10-13:50 六年级科学考试（本班教室）<br>3) 13:30-16:30 课程计划研修工作坊活动（市教委教研室）<br>4) 16:30 前班主任上交学生品德评语                                              |
| 6月11日 | 星期五 | 1) 8:50-9:30 七年级历史考试（本班教室）<br>2) 9:30-10:00 校合唱队训练（音乐教室）<br>3) 10:05-10:45 八年级生科考试（本班教室）<br>4) 12:30-13:00 八年级年级大会（小礼堂） | 1) 14:00-14:40 主持人大赛决赛（小礼堂）★▲<br>2) 14:00-14:40 班主任指导学生完成《学生成长手册》填写<br>3) 15:00-16:30 校合唱队训练（音乐教室）<br>4) 15:30-16:30 “长桥-园南”联合教研★▲<br>5) 16:30 前 期末考试命题定稿交教导处（六、七年级语数英、物理理    |
| 6月12日 | 星期六 | 周末休息                                                                                                                    | 周末休息                                                                                                                                                                          |
| 6月13日 | 星期日 | 周末休息                                                                                                                    | 周末休息                                                                                                                                                                          |

备注：★摄影 ▲报道 ※摄像 &转播

## 2020学年第二学期第18周工作安排

| 周次   | 时间           | 工作内容                                 | 地点     | 负责人(部门)        |
|------|--------------|--------------------------------------|--------|----------------|
| 第18周 | 6月21日<br>星期一 | 9:00-14:40 中考考点                      |        | 校长室            |
|      |              | 15:30-16:00 期末考试考务会                  | 312    | 教导处            |
|      |              | 16:10-16:30 政教、教导联合会议                | 312    | 政教、教导          |
|      | 6月22日<br>星期二 | 职评申报建档名单和见习教师转正材料上报                  | 局人才中心  | 张胤微            |
|      |              | 8:00-9:30 六、七、八年级语文期末考 八年级物理期末考      |        | 教导处            |
|      |              | 10:00-11:00 发放2020年第二学期第18周工作安排      | 和美长中群  | 吴 萌            |
|      |              | 14:00-15:40 八年级语文期末考                 |        | 教导处            |
|      |              | 16:30 六、七、八年级放學                      |        |                |
|      | 6月23日<br>星期三 | 完成教室灯座前工作                            |        | 工会             |
|      |              | 制定2021年学生暑期工作计划(初稿)                  | 政教处    | 政教处            |
|      |              | 8:00-9:30 六、七、八年级英语期末考 八年级数学期末考      |        | 教导处            |
|      |              | 10:00-11:30 六、七、八年级数学期末考 八年级英语期末考    |        | 教导处            |
|      |              | 12:00 六、七、八年级放學                      |        |                |
|      | 6月24日<br>星期四 | 12:00-12:30 区禁烟种树赛志愿者工作会议            | 312    | 吴鑫、黄丽莎         |
|      |              | 校合唱队训练                               | 音乐教室   | 章波芸、王丹         |
|      |              | 12:20-16:30 六、七、八年级小学科补考             | 410    | 教导处            |
|      |              | 14:00-16:30 区颁禁烟树赛颁奖典礼学生彩排(第一次)      | 体育馆    | 黄丽莎、章波芸、王丹、朱永炎 |
|      |              | 16:30 八年级放學                          |        |                |
| 第19周 | 6月25日<br>星期五 | 完成《学生成长手册》的全部填写                      | 各班班    | 政教处、年级组        |
|      |              | 7:30-16:30 六、七、八年级上课                 |        | 教导处            |
|      |              | 8:00-11:00 七年级学生完成树德问卷               | 电脑房    | 政教处、教导处        |
|      |              | 9:30-10:00 校合唱队训练                    | 音乐教室   | 章波芸、王丹         |
|      |              | 10:00-11:00 暑假社训工作会议                 | 312    | 政教处            |
|      | 6月26日<br>星期六 | 10:00 上报六、七、八年级组评选先进个人和先进集体名单及材料     | 各班班    | 政教处、年级组        |
|      |              | 12:30-15:00 区颁禁烟树赛颁奖典礼学生彩排(区禁烟办领导参加) | 体育馆    | 黄丽莎、章波芸、王丹、朱永炎 |
|      |              | 14:50-15:40 七年级家长进校听课                | 小礼堂,教室 | 政教处            |
|      |              | 16:30前 完成《学生成长手册》的全部填写               | 各班班    | 政教处、年级组        |
|      |              | 16:30之前 宿舍清查                         | 全校     | 高松、杨文平、范彩虹     |
|      | 6月27日<br>星期日 | 16:30 六、七、八年级放學                      |        | 教导处            |
|      |              | 7:30-14:40 六、七、八年级上课                 |        | 教导处            |
|      |              | 8:00-11:00 七年级学生完成树德问卷               | 电脑房    | 政教处、教导处        |
|      |              | 9:00-9:30 位育体校学生来校                   | 312    | 教导处            |
|      |              | 9:30-10:00 校合唱队训练                    | 音乐教室   | 章波芸、王丹         |
| 第20周 | 6月28日<br>星期一 | 10:10-11:30 行政会                      | 312    | 校长室            |
|      |              | 12:00-13:00 八年级学生完成树德问卷              | 电脑房    | 政教处、教导处        |
|      |              | 12:20-12:40 献画人员动员会                  | 311    | 工会             |
|      |              | 14:40 六、七、八年级放學                      |        |                |
|      |              | 14:45-16:30 校合唱队训练                   | 音乐教室   | 章波芸、王丹         |
|      | 6月29日<br>星期二 | 15:00-15:45 教工大会                     | 小礼堂    | 校长室            |
|      |              | 15:00 学业水平考试补考(七、七、七、六、七、九社)         | 410    | 教导处            |
|      |              | 15:50-16:50 高中学生水平考试 考务会             | 312室   | 教导处            |
|      |              | 完成教职员工聘用合同的续签工作                      |        | 人事办公室          |
|      |              | 完成高中学生水平考试考务后勤保障工作                   |        | 总务处            |
|      | 6月30日<br>星期三 | 2021年徐汇区中小学“长桥杯”禁烟大赛颁奖典礼             | 美罗城放映厅 | 行政、志愿者         |

备注：★摄影 ▲报道 ※摄像 & 转播





上海市长桥中学  
Shanghai Chang Qiao Middle School

# 德育天地





# 学习时代楷模，走进插花艺术

## ——长桥中学“家长进校园”暨学习时代楷模活动



长桥中学开学以来，以献礼建党百年系列活动为抓手，按照主题教育活动进课程、进活动、进场馆的要求，通过“走出去，请进来”的形式，让青少年学生走近时代楷模，从他们身上学习高尚的品格，从而不断增进爱党爱国的情感以及奋斗的情怀。



首先，市城建（园林）学校蔡老师简单介绍了学校概况、所设专业和陆多佳老师的事迹。随后陆老师以插花历史、传统插花特点讲述中国传统插花技巧，并通过插花作品照片展示、与现场学生互动提问、分享金牌选手比赛中的励志小故事等环节，巧妙地将中国传统插花和现代插花的特点、操作手法技巧传授给在座的学生。

第二个环节是动手操作，同学们在陆老师和校花艺志愿者的指导下动手修剪花材，有的同学迫不及待地把手叶油加利铺满了，准备把龙口花插在花泥中；有的同学积极举手向老师询问建议，同学们不骄不躁地设计花的排版，平心静气地努力钻研花中的真韵，用刚刚学到的插花技巧，按照各自对美的理解，制作完成了一个个体现意境的小花篮作品。

最后，陆老师从中评选出了10个优秀作品进行点评，学生们还获得了市城建（园林）学校卡通吉祥物“诚诚”的周边小纪念品，并与老师们合影留念。

本次活动学生们积极参与其中，全程兴趣盎然，热情投入，不仅通过插花熏陶了艺术审美，还体验到了不同职业的魅力，更是与“时代楷模”零距离接触，感受他们的人格魅力。







# 青春无毒 共绘未来

## ——记徐汇区中小學生“长桥杯”禁毒动漫大赛颁奖典礼

在“6.26 国际禁毒日”之际，在美罗城五楼的上海影城放映厅，隆重举行了“青春无毒 共绘未来”2021 徐汇区青少年禁毒志愿者招募仪式暨徐汇区中小學生“长桥杯”禁毒动漫大赛颁奖典礼，本次活动由徐汇区禁毒办、徐汇区教育局主办，徐汇区长桥街道、徐汇区妇女联合会、徐汇区青少年活动中心、上海市长桥中学承办，现场还邀请了区禁毒委各成员单位的领导和各街道（镇）的禁毒专职干部，还有荣获得了一、二等奖的中小學生以及家长代表们。

本次禁毒动漫大赛主要有**手绘漫画、漫绘环保袋、电脑海报设计**三种形式，共有 163 名學生获奖。颁奖典礼之前，长桥中学将本次所有的获奖作品进行了展出，并制作了画册和冰箱贴，更好地宣传了青少年禁毒工作。



在本次的颁奖典礼上，上海市信息管理学校、上海市位育中学、上海市零陵中学、上海市长桥中学四所学校被授予“徐汇区禁毒志愿服务单位”荣誉称号。随后，有 8 名荣获一等奖的获奖學生代表上台领奖，长桥中学钱家恩同学代表全体获奖學生发言，并向同龄人发出“争做禁毒小卫士”的倡议。



之后进行了精彩的演出，长桥中学自编的校园禁毒情景剧《无益之友》、音乐学院的歌曲《共赴》、向阳小学的歌曲《Dream a little dream》和武术及非洲鼓的表演，展现了青春的活力，健康的兴趣爱好，形成朝气蓬勃的人生态度，共同创建无毒的美好生活。



今年国际禁毒日的主题是“防范新型毒品对青少年危害”，因此本次活动，一方面是招募青少年禁毒志愿者，另一方面是希望通过禁毒动漫大赛的作品展示，引导学生树立识毒、防毒、拒毒的意识，提高自我保护能力，让每个人都在明媚的阳光下健康成长，让宝贵的生命绽放出绚丽的光彩。

**珍爱生命  
远离毒品**







上海市长桥中学  
Shanghai Chang Qiao Middle School

# 教学研究





# 阳光体育促成长 凝心聚力闪橙光

——暨上海市长桥中学 2020 学年第二学期阳光体育周活动

为了激励师生积极参加阳光体育锻炼，养成良好的运动习惯，提高体质健康水平，增强身心健康发展。长桥中学开展了主题为“**橙光闪耀 快乐成长**”阳光体育周活动。

## 赛前准备

本次比赛前，体育组的老师们积极准备，根据学生情况设计了“迎面接力”、“拔河比赛”、“师生足球交流赛”三大板块，并利用课堂和体育大课间对学生进行指导练习。同时，各班班主任老师和老师们积极配合体育组的训练。用自身的表现为学生做榜样，带领学生积极参加阳光体育周活动。

当集合音乐响起时，孩子们迅速走出教室排队集合，有序来到操场列队，在体育老师的指挥下，整齐划一的步伐声和嘹亮的口号声响彻校园上空。



## 迎面接力比赛

第一部分为迎面接力比赛，各个年级根据班级人数情况选定合适参赛人数进行角逐。同学们在班主任老师指挥下进行练习备战，大家拉伸自己的身体，为接下来的运动做好热身准备。正式比赛顺利进行，最终八 1 班、八 2 班、八 6 班分别荣获八年级组前三名。七 4 班、七 1 班、七 2 班分别荣获七年级组前三名。六 1 班、六 4 班、六 3 班分别荣获六年级组前三名。

## 拔河比赛

第二部分为拔河比赛，各年级组利用活动课时间进行了预赛，从抽签分组到正式比赛，同学们摩拳擦掌、精神抖擞，为自己的班级大声加油呐喊。整个操场热闹非凡，最终经过比赛八 3 班荣获八年级组冠军，七 1 班荣获七年级组冠军，六 1 班荣获六年级组冠军。学生们张弛有力的动作、阳光灿烂的笑容彰显着无限活力。



## 师生足球交流赛

第三部分是师生足球交流赛，也是本次体育周压轴项目，八年级男子足球队和教师代表队伍进行了一场切磋。在学校领导和各部门的支持与配合下，从队服的选定、装备的准备、比赛的流程、仪式的排练都井然有序的开展。老师和学生们是那么认真，脚步雄赳赳，动作气昂昂，浑身上下洋溢着蓬勃的朝气和活力。比赛中，孩子们活力的身姿，运动之花在此刻绽放，在阳光下散发夺目的光彩。在全体师生的观战加油、大声呐喊中，最终学生队 2:1 喜胜教师队。

体育周活动精彩纷呈，但老师们和同学们收获更多的是友谊与团结。体育使校园充满活力，校园因体育勃发生机，阳光体育活动的开展，锻炼了孩子们的身体，增强了团队意识，在阳光体育精神的感染下，孩子们用快乐和健康传递着阳光少年的积极向上，彰显着当代少年昂扬奋进的精神面貌，为校园增添了一道亮丽的风景。







# 魅力社团，点亮青春

## ——长桥中学“乐团耀美”社团课程成果展

基于“和美长中”的理念，学校希望学生“美人之美”，在各种平台中发挥自己的优势和特长。学校借助各种平台“成人之美”，满足初中学生渴望被同伴认可、尊重、实现自我价值的深层需求。八年级推行的“乐团耀美”学生社团课程应运而生。

这次社团从社团发起人遴选，到社团主题的选定、活动时间、地点安排、内容计划、成果展示等都经过教导处与社长多次协商研究而定。社团涉及书法、动漫、特摄、手账、魔术、音乐、话剧、象棋、软陶、舞台剧、阅读等。



在教学楼四楼大厅，共有 6 个社团参与展板布置和展示。分别是动漫社、“星罗棋布”象棋社、“积海”手帐社、“笔香墨趣”书画社、书香会友社、软陶社。社长和社员认真布置了版面，进行展示。

6 月 10 日周四中午，在小礼堂进行了八年级社团成果汇演展示，5 个社团准备了精彩的节目。汇演展示活动也邀请到了八年级组的老师们一同欣赏。

汇演一开场，音乐社带来了精彩的《音乐串烧》，八（1）班顾紫晨以电子琴独奏《大枪卡》惊艳亮相，随后八（3）班朱敏萱和八（6）班赵立雯的歌曲演唱《晚安》带动了全场的氛围，来自八（5）班的王

海诺作为音乐社社长，给大家带来的吉他独奏《无题》更是让在场师生沉浸在音乐的美妙世界中。



第二个节目是话剧社带来的话剧《红岩魂》，同学们用自己精湛的演技呈现出了一幕幕革命历史，诉说着五星红旗的由来，表演真挚感人。同学们在欣赏表演的过程中，也逐步认识到了历史过往的不易，让大家对共产党产生了更为由衷的敬意。

第三个节目是由魔术社社长，来自八（6）班的王雨杰同学带来的魔术表演，他先表演了精彩的吸管魔术，让在场的同学叹为观止。第二个魔术邀请了八年级数学孙建国老师共同参与，表演了难度更高的纸牌魔术，成功后获得了全场的掌声。

随后，由特摄社社长为同学们科普了“特摄”这个摄影种类，并分享了他们制作的“长中风光”小电影，为我们呈现了长中的美丽校园，令人感到意犹未尽。



最后展示的是压轴演出，来自 Wow 英语舞台剧社的《Wanders every five miles (孔雀东南飞)》，开场同学们就以流利的英语深深吸引了所有观众的注意，每位同学的口语表达都十分清晰，并且表演得极富有张力，再配上搞笑的道具，整场演出令台下的同学们不断捧腹大笑！当然，捧腹之余，在场师生也深深感受到了封建礼教的残酷无情，他们是多么想追求自由和幸福生活啊！生活在好时代的我们，更要珍惜今天民主、自由的生活。







# 关注复习讲策略 提升素养强发展

## ——“长桥—园南”第四次联合教研



为更好应对新中考改革，发挥园南中学优质资源的辐射作用，增进两校学科教师交流，共同研讨改进教学的策略与方法。6月11日下午15:30，长桥中学和园南中学进行了第四次联合研修活动。经过商议，确定围绕“如何提高复习课有效性”这一主题进行研讨。两校教师在前期做了精心准备，并于活动当天展开了热烈的讨论。



期末复习阶段是学生们查漏补缺，巩固基础，促成质变的关键时期，而期末阶段的时间较短，因此提升复习的有效性是至关重要的。本次联合教研活动注重提升教师能力，并为教师发展搭建平台。在未来的教学活动中，两校将继续开展各项教学研讨活动，从而提升两校的教师教学素养和学生学业质量水平，实现强校工程目标。

