

# 市第36届青少年科技创新大赛圆满落幕

■文/记者 张潇潇 通讯员 陈海云  
图/记者 罗环

本报讯 4月6日,我市第36届青少年科技创新大赛暨第21届教育工作者科技创新活动圆满落下帷幕。本届大赛共评审出获奖作品628件,其中青少年制作发明27件,科技实践活动12项,科技小论文155篇,科幻画363幅,教育工作者科技创新活动作品71件。(一等奖获奖名单详见B3版)

今年的活动与以往相比规模更大、水准更高,共征集到优秀作品4000余件。在评审过程中,评委老师严格遵循“三自”原则和“三性”原则,要求学生自己选题、自己设计和研究、自己制作和撰写参赛感想,在审核中,重点对作品的新颖性、科学性、实用性等进行评审,确保作品贴近生活实际,

进一步提升青少年创新精神。

本次大赛由市科协、市教育局、市科技局、市人社局、市环保局共同举办,市科技馆承办。据悉,青少年科技创新大赛是我市面向中小學生开展的规模最大、层次最高的青少年科技教育活动,多年来,市科协等部门以活动为抓手,积极培养青少年创新意识,创新精神和实践能力,不断推动青少年科技活动全面发展,进一步提高青少年科学素质,为我市创新驱动发展培养了坚实的后备力量。(详情请关注秦楚网教育频道和十堰日报社教育周刊微信公众号)



评审现场。

小学生每天睡眠超过10.5小时,中学生超过9.5小时,高中生超过8小时,均超过教育部标准

## 东风国际:做孩子睡眠的守护者

日前,教育部发布《关于进一步加强中小學生睡眠管理工作的通知》,明确學生睡眠时间。早在通知发布之前,十堰东风国际(集团)学校就已经在践行教育部相关要求,学校小学生每天睡眠都能超过10.5小时,中学生睡眠时间超过9.5小时,高中生睡眠也超过了8小时。

东风国际(集团)学校杜良柱校长说:“孩子的睡眠时间是老师从课前精备、课中精讲、课后精练中挤出来的,是全体东风国际人共同守护的结果。只有睡好了才能身体好,身体好了才能学习好。我希望社会各界和更多的家长能意识到睡眠的重要性,一起做孩子睡眠的守护者。”

■记者 宋雅璐 通讯员 陈航

### 每天午休一小时 每天运动一小时

为保证學生睡眠时间,保障學生身心健康,东风国际学校采取了多样措施。

学校通过国旗下讲话,主题班会等形式,向學生讲授睡眠的重要性;充分落实“一静两禁”,午休期间,全校“静校”,禁止教师拖堂、禁止课后作业;制订科学作息、学习时间,让學生们时间一到,准时睡觉。

东风国际的學生每天中午都能躺在床上午休一小时。每天吃完午饭后,班主任和生活老师递好“交接棒”,全校學生整齐有序地进入宿舍快速洗漱后开始午休。起床后,东风国际老师会带领读疯狂英语、开展激情阅读等活动提振學生精神。晚上,學生们有生活老师的爱心守护,等孩子們都睡熟,他们才能休息。

为了增强學生睡眠质量,学校每天确保學生一个小时的运动时间,有了足够的运动量,大部分孩子就能做到到点倒床就睡。

“影响睡眠的第一因素就是学业任务过重,保障睡眠时间和提高教育质量并不矛盾,关键在于措施。”该校中学校长兰朝晖介绍。

### 小学作业不回家 中学作业不过夜

秉承着全面提高教育教学质量、全面提高學生综合素养、全面转变教师教与學生学习方式的教育理念,东风国际构建课堂教学模式,尊重学习规律和认知规律,推进自主探究式学习,全面提高学习效率,全面提高教育教学质量,做到“小学作业不回家,中学作业不过夜”,实现學生“低进高出,中进优出,高进尖出”。

体育锻炼既是国家要求,是健康

生活的保障,也是优异成绩的前提。学校高度重视体育锻炼,是全国足球特色学校、全国篮球特色学校。每天开展阳光大课间、体育文化节、“东风国际杯”系列比赛等活动,在全校形成“人人爱运动,人人学特长”的氛围。学校篮球队在全市比赛中多次荣获第一,代表十堰参加全省比赛;校田径队、排球队在全市比赛中名列前茅。

五育并举,德育为先。学校坚持以爱国主义为核心的德育目标,培养學生的担当精神与家国情怀。通过小组建设,充分发挥學生的主观能动性,培养學生的竞争能力、合作能力;通过创设情境,开展实践课,讓學生在实际中发现问题、解决问题。学校开设文化、体艺选修课,组建社团、俱乐部,陶冶學生生活情操,培养生活情趣。

东风国际学校在自己的行动帮助學生成为充足睡眠者、高效学习者、终身运动者、责任担当者、问题解决者、优雅生活者。



4月9日,市重庆路小学25位學生代表在市公交集团安全文明宣讲员的带领下学习文明乘车礼仪。

▲上图:學生扮演小小驾驶员。下图:宣讲员讲解公交消防知识。

记者 徐然  
通讯员 周宜群 周璇



4月8日,汉江实验学校举行首届春季体质健康达标运动会。本次运动会是该校推动阳光体育运动的一项重要举措,更是对全体學生精神面貌和综合素质的一次大检阅。图为學生正在测试坐位体前屈。

通讯员 鲍玉



4月8日,郧阳区梅铺镇中心幼儿园开展了“保护珍稀动物,爱护绿色家园”主题活动,幼兒观看了珍稀动物视频和图片,了解了珍稀动物的种类、名称及生存环境,并在老师的带领下去户外寻找常见的动物和鸟类。

通讯员 李琴 摄