

东昌府区嘉明实验小学开展新学期立标课活动

记者 国晓宁
通讯员 李莹 徐田 彭菲

为进一步提升教学质量,提高教师专业水平,近日,聊城市东昌府区嘉明实验小学开展了新学期立标课展示活动。

通过系统教研、磨课,此次立标课活动共有五名优秀教师参加讲授,涉及语文、数学、科学等多种学科。嘉明实验小学校长、党支部书记张淑霞、副校长陈宗玲参加并指导了此次立标课活动。

首先是林玲芝老师带来的

《狐假虎威》根据二年级孩子的心理特点创设学生喜爱的教学情景,寓教于乐,用动画视频、情景剧表演等方式,把这堂语文课上得精彩纷呈。

接着,任延芹老师积极践行大单元的教学模式,通过联系旧识引出新知,自然导入课程,整堂课思路清晰,环节紧凑,重难点突出,设计合理。陈涛老师执教的《认识方向》从学生熟悉的生活情境出发,帮助学生整理、归纳辨别方向的方法。

赵雅彤老师执教的《分数的

初步认识》课堂语言,合情合理、环环相扣的教学环节,听后如沐春风,心情舒坦,有一种豁然开朗的感觉,真切感受到数学课堂的魅力之所在。

最后是曲付霞老师的《热传导》,在具体的概念建筑过程中,教师搭建有效的“脚手架”,促使学生的认知,向着科学概念的方向不断发展。

通过学习,同学们在获取科学知识、体验科学魅力的同时,唤起了学生对科技的热爱,从小在孩子心中播下爱科学的种子。

今日科普：“透析患者饮食管理”

健康科普 好声音

随着人们对生活质量的追求越来越高,健康管理变得越发重要。特别是对于某些患有特定疾病的人群,饮食管理显得尤为关键,透析患者便是其中之一。为了更好地帮助透析患者掌握健康的饮食习惯,我们今天就来谈一谈透析患者的饮食管理。

1.为什么透析患者需要特别的饮食管理?

透析,特指血液透析,是一种常见的肾功能替代疗法。由

于患者的肾脏功能受损,无法有效地排放体内的废物和多余液体,透析便是帮助他们清除这些有害物质的手段。而饮食会直接影响体内的物质平衡,所以透析患者需要特别的饮食管理。

2.透析患者的饮食关键点

限制液体摄入:由于肾脏功能受损,透析患者需要限制液体摄入,以防止体内积水,导致肺部充水等危险状况。

低盐饮食:过多的盐会导致高血压和水肿。透析患者应避免吃过咸的食物。

限制高钾和高磷食物:

如香蕉、橙子、西红柿等食物含有较高的钾,而奶制品、坚果等含有

较高的磷。透析患者需要限制这些食物的摄入。

高质量的蛋白质:由于透析过程可能会导致蛋白质的流失,患者需要摄入高质量的蛋白质,如鱼、鸡胸肉、蛋白等。

3.个性化饮食方案

每位透析患者的具体情况可能都有所不同,因此,最好能在医生或营养师的建议下,制定个性化的饮食方案。

透析患者的饮食管理是确保其健康和提高生活质量的关键。正确的饮食可以帮助他们更好地应对透析治疗,延缓疾病的进展,并减少并发症的风险。

(聊城市第三人民医院 刘萌萌)

编辑:李璇 组版:李璇

东昌府区光明小学开展阅读活动助力课后服务

为进一步贯彻落实“双减”政策,做好课后延时服务,聊城市东昌府区光明小学秉承“争做最好自己,成就光明人生”的教育理念,努力打造多元化课后服务内容,积极开展各项活动,努力追求“有广度、有深度”的阅读。

学校课后延时阅读课程以激发学生阅读兴趣,培养学生阅读习惯为目的,着眼于“大语文”观,落实新课标精神,引领学生进行广泛阅读,着力培养学生的核心素养。低年级学生以“共享阅读”为主要形式开展读书活动。教师带领学生阅读适合学生

年龄特点的课外读物,再通过学生上台分享读书感受,畅谈阅读心得的方式来检验阅读成果。高年级学生则主要以“自主阅读”为主,自主选择阅读书目进行个性阅读,教师适当点拨指导。

光明小学利用课后服务时间,把自主阅读、共享阅读等静态阅读与读书共享交流等动态阅读相结合,把书面接受性学习与生活的互动性交流嫁接起来,让孩子们在阅读中寻找灵感,在交流中启迪智慧,更在学习中超越自我。

(记者 国晓宁 通讯员 郝连洁)

东昌府区光明小学组织开展教学常规工作检查

为了全面提高教学质量,在教务中心的组织下,光明小学开展教学常规工作检查。领导班子以及各教研组组长分年级、分科目对全校教师的作业批改情况进行细致全面的检查工作。所有年级和科目均在检查之列,各教研组长依次打分,汇总后上交教

务中心。

通过教学常规检查,为老师们发现自身教学问题,改进教学模式奠定了基础,老师们有针对性地改进自己存在的不足,在日后的教学工作中查缺补漏,更好地提高教学质量。

(记者 国晓宁 通讯员 张萌)

挂失声明

扈学坤,身份证号码371502199009096017,丢失聊城市正大机动车驾驶培训中心(有限公司)大丰训练基地发票,发票号码04872466,金额3410元,声明作废。

挂失声明

马川平医师资格证,证号199837141372526621015231遗失,声明作废。