



丰台区第一小学教育集团美育特色成果展示举办

解锁艺术+思政的创新打开方式

本报讯(记者 郭晓妍 通讯员 马志文)气势恢宏的管乐团演奏、精彩纷呈的京剧表演、丰富多样的书画作品……近日,丰台区第一小学教育集团(以下简称“丰台一小”)“追·寻——携手‘金帆’共赴艺术思政大课堂美育特色成果展示”活动举办。400余名师生通过书画展和艺术展演,诠释红色基因与文化自信,展现“五育融合”下思政与美育的协同创新。

演出在管乐团演奏《我的祖国》中拉开帷幕,成员们身着整齐的演出服,身姿挺拔,神情专注,激昂的音乐带领观众回顾艰苦岁月的壮志豪情,引起阵阵掌声与欢呼声。随后,民乐、京剧、舞蹈、中国鼓、合唱等节目轮番上演,令人目不暇接。“五星红旗迎风飘扬,胜利歌声多么响亮……”全场在金帆管乐团伴奏下齐唱《歌唱祖国》,将现场气氛推向高潮。

金帆书画院主题书画展也在同步举行。在同学们的奇思妙想中,昂首出征的航天员、蓬勃发展的生态城、温馨和睦的邻里情等元素,都被巧妙地融入一幅幅画作里。学生们用画笔描绘科技创新、城市发展、社会和谐,吸引了众多观众驻足欣赏。

记者了解到,此次展示是学校思政与艺术教育深度融合的成果呈现。“艺术和思政结合对于众多艺术教育工作者来说是新的课题,我们在工作中借助学校的普及性教学、社团课程、实践课程这样三位一体的课程模式,把思政主题融入课程当中。”丰台一小艺术教育主任王琳告诉记者,在普及性课程中,丰台一小融合了国家课程教材里丰富的素材库,为学生提供多样化的主题学习内容。在艺术社团活动中,老师们广泛挑选相关作品,引导学生深入探究、感受并体验艺术之美。最后

组织大型实践活动,让同学们感受思政与艺术结合的魅力。

在京剧《打虎上山》中,四年级的杨镇宇同学将英雄杨子荣演绎得淋漓尽致。演出结束后,他分享道:“在塑造杨子荣这个角色的过程中,我深切领悟到了革命精神的力量。京剧是我们国家的瑰宝,我希望通过这次表演,让更多人了解京剧、喜欢京剧,也把这份宝贵的精神传递给身边的同学们。”

“在教育部美育浸润行动引领下,学校凭借高水平艺术普及和社团,构建现代化学校美育体系,助力学生综合素养提升。我们将以此为契机,进一步落实‘改进美育教学、提高学生审美与人文素养’,打造思政与美育融合的生态样板,为构建高质量美育体系贡献力量。”丰台一小相关负责人说。



成员身着整齐的演出服,身姿挺拔,神情专注。丰台一小 供图



书画展吸引了众多观众驻足欣赏。丰台一小 供图



精彩的演出引得现场阵阵掌声。丰台一小 供图

“追星族”必看 明星周边也有诈骗陷阱

随着娱乐行业的迅猛发展,明星产业应运而生,越来越多的未成年人也开始成为“追星族”。为表达对明星的喜爱,大家可能会收集周边、购买代言产品等,但这也恰恰被“有心之人”看在了眼里,一些诈骗分子以免费领取明星周边为诱饵骗取钱财。

利用明星周边引诱“小粉丝”上钩

作为某流量明星的“粉丝”,高中生小梅平时喜欢收集该明星的周边产品。某天,小梅在社交平台上看到一名博主发帖称“只要向基金会捐款,就能领取明星周边,不限金额”。

小梅心想既能献爱心,又能领取“爱豆”周边,一举两得。于是,小梅主动与该博主联系,并加入了基金会的群聊,通过扫描群里提供的收款码,向对方转账3.45元。

谎称账户需解冻骗取钱财

没想到,小梅就此落入了犯罪分子的诈骗圈套。转账完成后,群内一名自称负责周边发放的工作人员主动添加小梅为好友,告诉她稍后便可领取周边产品。

该工作人员对小梅说:“因为你是未成年人,你的转账导致收款账户被冻结了6万元,需要你提供账户余额来帮助解冻,否则就联系你的家长索要赔偿。”

小梅信以为真,向对方提供了余额截图。因余额较少,对方又告诉小梅要向账户内转账,让小梅从自己母亲的账户给自己转账,再转到指定的银行账户才能解冻成功,并承诺解冻后钱款全部返还。小梅情急之下便同意了,按照对方指示转账8000余元后,对方就销声匿迹了。

IP定位暴露终落法网

眼看事情暴露,小梅将自己被骗的事实告诉家长后,家长立即报案。公安机关通过涉案账号的IP定位,辅以人脸识别技术,将犯罪嫌疑人基本锁定为林某和吴某。后对二人手机进行鉴定,挖掘出大量涉案证据。2024年,丰台区人民检察院以涉嫌诈骗罪依法对林某、吴某提起公诉,最终,法院对林某判处有期徒刑九个月,并处罚金人民币五千元;对吴某判处有期徒刑十个月,并处罚金人民币一万元。

法条链接

《中华人民共和国刑法》第二百六十六条 诈骗公私财物,数额较大的,处三年以下有期徒刑、拘役或者管制,并处或者单处罚金;数额巨大或者有其他严重情节的,处三年以上十年以下有期徒刑,并处罚金;数额特别巨大或者有其他特别严重情节的,处十年以上有期徒刑或者无期徒刑,并处罚金或者没收财产。

检察官提示

网络环境复杂,人员鱼龙混杂。同学们在网上过程中,遇到以任何理由要求转账时,一定要冷静应对、勇敢拒绝。一旦遭遇诈骗,同学们要及时向家长、老师等求助。家长、老师也要引导同学们养成正确的价值观,帮助同学们辨别何为“偶像”以及如何理性“追星”。另外,网络空间不是“法外之地”,只要实施违法犯罪行为就会留下痕迹和证据,终将受到法律的制裁,不要因为一时贪念而产生违法犯罪意图,误入歧途。

(王颖)

丰台好人



佟智广:隐藏在小区里的“大侠”

好人说

人生要常备善心,奉献爱心,多办点好事,多帮一份忙,就会让自己多增快乐,让社会就多些和谐。



佟智广义务维修小区内路灯。

好人故事

佟智广,1960年生,山语城社区居民。佟智广是山语城社区里出了名的维修能手,小区里流传着这样一句话:“大问题找物业,小故障找佟师傅!”

佟智广平日里喜欢琢磨,修修这弄弄那,慢慢地掌握了一身维修技能。他从航天十一院退休后,这些本领在小区里有了施展的机会:义务帮物业维修小区公共设施,上门帮行动不便的老人维修水电……他的电话更是成为居民的“服务热线”——邻居们相信佟智广,他也以帮助大家为乐趣。

一次,佟智广在遛弯时发现小区便道旁有盏路灯不亮了。第二天,他备好工具,搬来梯子,查找故障原因,不一会儿就把路灯修好了。邻居劝他:“等着物业来修多好。”佟智广摆摆手说道:“小问题自己顺手就修了,举手之劳。”

佟智广无意间听到邻居说单元门出现了故障,拎着工具箱就去了。他拿着螺丝刀松松这、紧紧那,没几分钟就把故障排除,然后收拾

好东西满意地离开。佟智广就像隐藏在小区里的“大侠”,每当居民需要帮助,总能像及时雨一样出现。

除了是维修能手,佟智广还是社区的优秀志愿者。受到“23·7”强降雨的影响,社区自来水一度受到污染无法饮用。佟智广第一时间来到社区帮忙,协助社区工作人员为居民发放饮用水。在近3个月的时间里,佟智广总是早早就到发放点,帮助行动不便的老人及需要帮助的特殊人群搬水送水。

2023年12月,突降的大雪为居民出行造成了不便,佟智广带上自购的铁锹和自己制作的雪铲加入了扫雪铲冰队伍,一连忙活好几天。“退休老同志做点力所能及的小事儿,发挥余热嘛。”佟智广笑着说。

佟智广始终以助人为快乐之本。“人生要常备善心,奉献爱心,多办点好事,多帮一份忙,就会让自己多增快乐,让社会就多些和谐。”他用言行感染着身边人,诠释出共治共建共享的理念。

健康卫生小知识

科学健身 贵在坚持

健康成年人每周应进行150~300分钟中等强度或75~150分钟高强度有氧运动,每周应进行2~3次抗阻训练。

身体活动是指由于骨骼肌收缩产生的机体能量消耗增加的活动,包括职业活动、交通出行活动、家务活动、业余活动,其对健康的影响取决于活动的方式、强度、时间和频度。

进行身体活动时,心跳、呼吸加快,循环血量增加,代谢和产热加速,这些反应是产生健康效益的生理基础。适量身体活动有益健康,动则有益,贵在坚持。

有氧运动是指躯干、四肢等大肌肉群参与为主的、有节律、时间较长、能够维持在一个稳定状态的身体活动,如步行、长跑、骑车、游泳等。建议健康成年人每周进行150~300分钟中等强度或75~150分钟高强度有氧运动。

抗阻运动是指肌肉为了对抗阻力所进行的主动运动,能够刺激肌肉生长、增强肌肉力量、提升肌肉耐力。抗阻运动的阻力可来自他人、自身或健身器械。不同个体、不同身体部位的肌肉力量差异较大,可根据个人运动素质和技能确定阻力负荷和活动组数,循序渐进。建议健康成年人每周进行2~3次抗阻训练。

运动强度可通过心率来估算。最大心率(次/分)=220-年龄(岁),运动时心率达到最大心率的55%~80%,身体活动水平则达到了中等强度;运动时心率达到最大心率的85%及以上,身体活动水平则达到了高强度。

65岁以上老年人、慢性病患者应根据自身健康状况,选择适宜的身体活动。身体活动前应咨询医生,并在专业人员指导下进行。

为了确保运动的安全性和有效性,老年人、慢性病患者运动前需要进行必要的健康检查和风险评估,明确运动的适应证和禁忌证,确保运动环节的完整性,强化运动前的准备活动和运动后的整理拉伸。运动中,注意观察身体状况,根据身体情况适时调整运动强度和运动量。增加运动量应循序渐进,运动中发生持续的不适症状,应停止活动,必要时及时就医。



(扫描二维码,查看详情)

公众号小程序+丰台文旅体验秒提升

本报讯 近日,“丰台文旅集团”公众号和“北京园博园小程序”正式接入了DeepSeek智能客服系统。这一举措不仅为丰台区的数字化服务注入了新的活力,也为市民和游客带来了更加便捷、智能的服务体验。

经使用发现,DeepSeek智能客服系统借助自然语言处理和大数据分析技术,能够快速理解用户需求,提供精准回答,极大地提升了用户体验和服务效率。

此次智能客服的成功应用,标志着丰台区在数字化转型道路上取得了重要进展。作为北京市的重要区域,丰台区不断优化文旅服务场景,运用自主研发的智能管理系统、数字孪生技术等高科技手段提升运营效率。现在,无论是了解丰台区的文旅资讯,还是计划前往园博园游玩,游客都能通过公众号和小程序轻松获取所需信息,享受贴心服务。

随着智能客服的上线,丰台区的数字化建设步伐进一步加快。未来,丰台区将继续以科技创新为引领,不断探索智慧文旅的新路径,为市民和游客构建更加高效、更具沉浸感的数字文旅生态体系。