

做职业规划的长期主义者

□朱四倍

一时的感动、一时的兴起是容易的，但在顿悟之后的行动和理想树立后的坚持更为重要

据澎湃新闻新闻报道，近日，在复旦大学迎来建校120周年之际，一位复旦教授建议学子们建立“时空望远镜”思维：“看一年会迷茫，看十年能发现趋势，看三十年才能看见使命。”

在当下这个加速度的社会中，各种各样的“速成学”“速成班”和“成功学”“成功班”遍地开花，不少人处于“看一年会迷茫”的焦虑和惶恐阶段，没有拥有“看十年能发现趋势”的慧眼，更没有进阶到“看三十年才能看见使命”的境界。

当下，不少青年大学生面临着求职焦虑和职业迷茫的困境，对未来的期待极易滑向对环境的抱怨，甚至采取“躺平”“佛系”等非上进姿态，没了长期主义的志气和追求，似乎眼中只有职业报酬的多少和稳定程度如何，这实不足取，也于事无补。

当我们用短期的求职应对长期的职业经营时，看到的只能是就业难；当我们用长期主义的破局思维直面眼前的短暂困难时，看到的就是选择的可能和成长的丰硕。长期主义不是鸡汤，不是心灵按摩，而是一份与未来的成长约定。立志择业，就要有长线思维和长远眼光，不囿于一时一地的金钱多寡和稳定与否，而是学会用今天的理性积累，换取明天的回报。真正的志向，从来不是画饼充饥，而是用时间浇灌的向阳花。

知易行难，行胜于言。当年轻人用“世界上最遥远的距离就是知道和做到之间”来调侃时，就会发现，一时的感动、一时的兴起是容易的，但在顿悟之后的行动和理想树立后的坚持更为重要，所谓“有志者立长志，无志者常立志”。有志向的人选择高远目标，坚持不懈地为之奋斗，直到实现目标；志大才疏者则容易频繁设立目标，懒于行动，却又往往无法实现，最终理想沦为海市蜃楼。

现实中，由于缺少“看三十年才能看见使命”的智慧，个体常常陷入迷茫与彷徨。长期主义相对于短期主义而言，说起来似乎并不复杂，做起来，可就是另外一回事了。有的人“假装很努力”，有的人空谈“伟大的理想”，唯独不见些微的积累，不见丁点儿的行动。有的人常谈“做大事”，有的人偶有一时的“拼命三郎”，唯独没有超越功利的追求，没有超脱投机的窠臼。

身处“笨功夫”遭到遗忘、速成较为流行的浮躁氛围中，有必要进一步厘清和强调长期主义存在的意义和常识性价值——在追求速成的时代，真正的人生使命常需经历沉淀与时间验证。在时代大潮呼唤长期主义者的今天，我们欣喜地看到，一大批青年人正在追逐梦想的途上上下下求索，以此彰显长期主义自身所处的时代意义与宝贵品格。立志择业须有长线眼光，青年人须放低身段，相信成长的复利效应，摒弃投机思维，短视思维和空谈思维，追求长期主义积累后的蜕变和腾飞。

来源：中国教育报

以法之力谱写学前教育新篇章

——昌吉市全面推进学前教育普惠优质安全发展综述

□本报通讯员 陈静 单文莹

学前教育是国民教育体系的根基，是终身学习的开端，事关儿童健康成长与社会公平正义。昌吉市深入贯彻落实《中华人民共和国学前教育法》及国家、自治区、州关于学前教育改革发展的决策部署，以法律为遵循，尊重儿童发展规律，全面推进学前教育普惠优质安全发展。

坚持党的领导 以法为舵夯实学前教育发展根基

《中华人民共和国学前教育法》明确要求“发展学前教育坚持政府主导，以政府举办为主，大力发展普惠性学前教育”。昌吉市认真贯彻，狠抓落实：党政高位推动。市委、市政府全面贯彻落实《中华人民共和国学前教育法》要求，将学前教育作为重大民生工程，纳入重点工作统筹推进，建立“党委领导、政府主导、社会参与、公办办并举”的保教质量提升体系，为学前教育普惠优质发展

提供坚实保障。

优化资源配置。《中华人民共和国学前教育法》明确规定政府制定学前教育发展规划的职责，经调研论证，昌吉市制定印发中小学、幼儿园布局方案，近年来新建幼儿园20所，提供公办学位5000余个，公办园幼儿占比增加至52.3%。

强化经费保障。落实普惠性幼儿园生均公用经费每年600元的标准，近五年补助普惠性民办幼儿园公用经费2013万元；投入3.4亿元用于公办园建设、园舍维修和设备购置，自治区拨付实验区专项资金推动改革试点工作，昌吉市幼儿园办园条件持续改善，保教质量稳步提升。

深化教育改革 以法为尺构建科学保教实践体系

《中华人民共和国学前教育法》强调“幼儿园应当以学前儿童的生活为基

础，以游戏为基本活动”。昌吉市以《幼儿园保育教育质量评估指南》为纲领，推进保教实践系统性改革。

重塑教育理念，回归儿童本位。全面推行“以游戏为基本活动”理念，将户外场地改造为自然、多样的游戏空间，投放丰富的游戏材料，保障游戏有效开展，并将品德、安全及健康教育等内容融入幼儿园日常生活中，支持幼儿全面发展。

创新教研机制，破解实践难题。聚合市级领航教师及园长组建研修共同体，以“优质带动薄弱、公办帮扶民办”的方式将全域幼儿园划分为七个研修联盟。各联盟从党建引领、有效观察、深度学习、自主游戏、自我评估、教研改革、家园共育、幼小衔接八个内容中，结合各国实际选择两项作为行动研究方向。近两年来，昌吉市邀请北京、福建、上海等地专家举办培训讲座20余场；组织区、州、市、联盟各类观摩研讨活动60

余场；共同体成员每周驻园指导，帮助园所解决保教实践中遇到的问题。通过开展系列活动，教师保教理念明显提升、保教行为愈加规范。同时，联合北京大兴区成立跨区域教研共同体，开展线上联合教研活动4次，打破地域限制，共享优质资源。

强化家园社协同，凝聚育人合力。昌吉市成立中小幼家庭教育工作室，开展十项家庭教育活动，培养百名家庭教育指导师，为万名家长提供科学育儿指导，构建“家庭尽责、学校支持、社会参与”的协同育人机制。

赋能师资队伍 以法为础系统完善师资培养机制

教师是落实《中华人民共和国学前教育法》的关键力量。昌吉市以“强师、赋能、减负”为主线，打造专业化保教队伍。

壮大教师队伍。近五年，昌吉市公开招聘幼儿园专任教师267人，补充劳

欢度六一

昌吉市举办“快乐六一 童趣无限”少儿大地绘画展

萌娃绘长卷 共庆儿童节

生活的赞美，为“六一”国际儿童节献上了一份独一无二的礼物。

“今天我画了一个坐在木马上快乐玩耍的小女孩，这幅画就是我心情的写照。平时学习忙，周末画画能让我放松心情，感觉特别愉快！”学生王艺桐说。昌吉市第十三小学美术老师孙佳敏说：“这次画展给孩子们提供了很好的展示平台，他们可以自由创作。绘画过程中，家长积极参与互动，和孩子一起完成作品，脸上洋溢着幸福的笑容。这不仅是一场绘画活动，更是增进亲子关系的绝佳契机。”

随后，主办方为获得“快乐六一 童趣无限”少儿大地绘画展的一二三等获得者 and 优秀指导老师奖的老师、优秀组织奖的单位进行了颁奖。此次活动由昌吉市团委、少工委、青少年宫（美术馆）、图书馆联合举办。少儿大地绘画展是昌吉市青少年宫（美术馆）的品牌活动，已经连续举办了13年。



5月25日，昌吉市“快乐六一 童趣无限”少儿大地绘画展上，家长和孩子共同作画。

□刘华摄



校园舒压艺术节

5月23日、24日，昌吉市举行校园舒压艺术节系列活动。活动以绘画疗愈、趣味游戏、手工制作、情绪体验、活力运动等为活动载体，打造沉浸式减压场景，让万余名学生在多彩活动中释放压力、拥抱阳光。图为昌吉市第七中学学生在校园里进行心灵彩绘涂鸦解压创作。

□杨 斌摄

昌吉市妇幼保健院

举办“与星同行，爱在六一”主题活动

本报讯 通讯员张楼、霍延磊、李兰芝报道：近日，昌吉市妇幼保健院举办了“与星同行，爱在六一”主题活动，邀请自治区妇幼保健院（自治区第八人民医院）、自治区儿童医院、州特殊教育学校等单位代表和昌吉市温暖阳光军属志愿服务队成员，与特殊儿童共同欢度“六一”国际儿童节。

活动中，昌吉市温暖阳光军属志愿服务队和妇幼保健院的医护工作者表演了精彩的文艺节目。昌吉

市残疾人福利基金会为孩子们准备了蛋糕，爱心企业送来了益智玩具。当日还安排了“端午安康·巧手制香囊”活动，特教老师带着孩子们制作中药香囊，让小朋友们在实践中感受中华优秀传统文化的魅力。活动现场还进行了亲子互动，并设置了“欢乐套圈”“蒙眼铲零食大作战”等趣味游戏，让小朋友和家长在互动中收获快乐。

此外，昌吉市妇幼保健院儿童感觉统合康复中心的孩子们通过乐器合奏、电子琴独奏、绘画等形式，展现他们的康

复成果。

据了解，昌吉市妇幼保健院儿童感觉统合康复中心是全州第一家公立特殊儿童康复中心，该中心秉持“医、教、康”相结合的核心理念，配备了感觉统合训练室、心理测评室、沙盘治疗室、个训室等多个专业功能室，致力于0岁至6岁患有孤独症、智力发育迟滞、感觉失调的特殊儿童提供全面的康复训练。目前，共有26名特殊儿童在该中心接受专业的康复训练，孩子们在认知、语言、学习能力等方面获得了长足进步。

昌吉州第二中学

第23届《雷雨》话剧展演 圆满落幕



5月24日，昌吉州第二中学学生正在表演话剧《雷雨》。

□本报记者 廖冬云摄

本报讯 记者廖冬云报道：5月24日，在昌吉州第二中学第二十四届校园文化节暨第十九届读书节上，重头戏——《雷雨》话剧展演在学校多功能大厅圆满落幕。作为学校的文化品牌，话剧《雷雨》已连续展演23届，成为历届校园艺术节的经典保留剧目，不仅是学生展现艺术才华的舞台，更成为传承经典文化的重要载体。

《雷雨》是曹禺先生的经典话剧，通过周、鲁两家错综复杂的血缘关系，深刻展现了不同阶层间的矛盾冲突，揭露了旧中国社会的黑暗与封建家庭的腐朽。本次演出筹备历时一个半月，40余名学生在老师的指导下深入研读剧本，精心打磨角色，最终以饱满的情感和扎实的表演功底，将剧中人物的爱恨纠葛与命运挣扎生动呈现。

高二（2）班学生刘宇星饰演四凤，她感慨：“参演《雷雨》让我读懂了经典的魅力，也在舞台实践中提升了表演能力与团队协作意识。”

从“走近经典”到“致敬经典”，昌吉州第二中学的《雷雨》话剧展演活动已走过23年。这一活动不仅为学生提供了展示才华的舞台，更让他们在演绎经典的过程中感悟人性、收获成长，让文学经典在校园焕发新的生命力。

昌吉职业技术学院

“永恒的精神丰碑”

情景剧展演走进准东

本报讯 实习记者周倩郎、通讯员徐德利、孙敏报道：5月22日，由昌吉职业技术学院举办的“永恒的精神丰碑”情景剧展演活动走进准东经济技术开发区产教城。来自准东五彩湾学校、准东教育科技有限公司及昌吉职业技术学院准东学院的近千名观众观赏了这场震撼心灵的红色文化盛宴。

展演在激昂的乐曲中拉开帷幕。昌吉职业技术学院经济管理与旅游学院带来的情景剧《人民就是江山》以淮海战役为背景，再现74年前人民群众推小車、送军粮的场景；药学与医学技术学院表演的情景剧《红岩》以极具张力的表演重现江姐狱中绣红旗的经典场景，令观众动容。

活动中还穿插了多样化的艺术表演。学院七和玄音乐社献上的歌曲《明天会更好》与指导老师李传辉倾情献唱的《我爱你中国》，将活动推向高潮。

昌吉职业技术学院团委副书记苏比努尔·买乌兰说：“此次活动以情景剧为载体，将红色历史搬上舞台，让革命精神活在青年心中。未来我们将持续探索沉浸式、互动式红色教育模式，增强文化感染力，为培养有理想、有担当的高素质人才注入精神动力。”