2023年浙江省中等职业学校职业能力大赛落幕

城镇职校学子又创佳绩

近日,2023年浙江省中等职业学校职业能力大赛各项目省赛陆续落下帷幕。市城镇职校捷报频传,分别获得1项一等奖、1项二等奖、2项三等奖的好成绩。

其中,21电子商务专业学生陈龙生、鲍健豪、金圣寒在浙江省中等职业学校职业能力大赛(学生职业素养类)“创新创业”项目模拟创业赛道比赛中获得一等奖(第一名)。在指导老师杨晨和赵菲菲的教导下,他们经过层层选拔,以金华市一等奖的成绩入围省赛,后经过4个小时的奋战,最终在全省40支队伍中脱颖而出夺得第一。

21跨境电商专业学生杨敏,20电子商务专业学生陈哲凯、王凯乐、尚红4人组成的团队经过7个小时的奋战,最终在浙江省中等职业学校职业能力大赛(学生技术技能类)“电子商务运营”项目中获得二等奖,并成功晋级国赛,这也是金华地区该赛项本次比赛取得的最好成绩。该团队指导老师为刘扬青和杨晨,这两位优秀指导老师所指导的“电子商务运营”赛项,在近4年中先后取得了2次一等奖、2次二等奖、2次晋级国赛的佳绩。

20数字媒体专业学生周少阳、马英杰组成的团队经过4个小时的奋战,在浙江省中等职业学校职业能力大赛(学生技术技能类)“移动应用与开发”项目比赛中获得三等奖,该团队指导老师是叶瑞卿和虞胜杰。21电气技术学生程熙军,22电气技术学生柯志成、吴俊华组成的团队,征战浙江省中等职业学校职业能力大赛(学生技术技能类)“新型电力系统运行与维护”项目比赛,历经3.5个小时,最终获得三等奖,指导老师为龚新宇和陈国彪。据悉,“移动应用与开发”和“新型电力系统运行与维护”两个项目是今年职业能力大赛(学生技术技能类)新增设的比赛项目,赛前没有任何比赛经验可以借鉴,学校指导老师和学生克服重重困难备赛,终获佳绩。

颁奖典礼现场

浙江省中等职业学校职业能力大赛是省教育厅主办的一项综合性赛事。大赛以育人为宗旨,突出中职师生的职业能力建设和提升。一直以来,市城镇职校高度重视学生的核心素养培养,通过以赛促教、以赛促学、以赛促改,着力培养和提升中职学生综合素养,促进学生全面和可持续发展,营造“人人皆可成才、人人尽展其才”的良好环境。

全媒体记者 柳 青
通 讯 员 胡玫瑰 文/图

人生不是单行道

——市国贸学校中职生的“逆袭之路”

近日,义乌市国际商贸学校传来喜报——学校运动训练专业本科上线学生已达5人!曾经大众眼中“考不上普高的学生”通过选择中职教育,实现了“弯道超车”。5名学生中,方心成被山东体育学院录取,吴程浩被西安体育学院录取,于均杰被齐齐哈尔大学录取,朱晨凯被湖南科技大学录取,徐鹏程被哈尔滨体育学院录取。

记者了解到,初入中职时,他们也曾情绪低落、郁郁寡欢,觉得自己与大学本科无望,其中入学成绩最低的只有300多分。直到在一次职业规划的班会课上,他们得知中职生也可以通过对口单招上大学,求学热情瞬间被点燃。

高一阶段,5名同学的专业成绩属于中等水平。在将自己想要上大学的愿望告知老师后,教练员孔德玉和尹小路针对每位学生的特长,为他们定制了三年专业成长规划,依托各项比赛,不断提高训练强度,推动大家突破各自的专业瓶颈。“高中三年,我们每天早上六点开始晨练,下午两点正式训练,风雨无阻。高三冲刺阶段,我们更是没有了寒暑假和周末,抓住每分每秒进行专业训练。”吴程浩回忆道,“训练真的非常非常苦,中途我曾无数次想要放弃,但是孔老师每次都可以发现我的心理变化并及时开导我,鼓励我继续向前。他是老师,更是我的家人,时刻陪伴、关心着我。”于均杰也表示,每天在文化课与专业训练间无缝衔接,同时感受着训练对身体的挑战和知识对头脑的冲击:“真的非常感谢教练员孔老师和尹老师,在我心情最低落、最痛苦的时候陪伴和督促我,使我各项成绩突飞猛进,也看到了坚持的意义和希望。”

同学们在进行训练 傅燕婷 摄

从高一迷茫就学,到高三本科“上岸”,5位学生用3年的汗水与付出实现了人生的一次跨越,国贸学子的奋斗与毅力、国贸教师的奉献与坚守,在这几位师生的身上体现得淋漓尽致。方心成在接受采访时提到:“在国贸学校的三年是我最正确的选择,在国贸学校的奋斗经历是我最宝贵的财富。”“希望可以通过自己的努力和成绩,改变现在社会对于职业教育的固有看法。同时也希望学弟、学妹们能珍惜在校的这段时光,找准目标、坚持奋斗、实现梦想。”提及中职教育,朱晨凯坚定地说。

据悉,本次5位本科上线学生均来自20体育班,文化课老师李俊杰对他们的印象特别深刻。“刚入学时,5位学生的文化课基础还是比较薄弱的,也没有什么奋斗的目标,对未来十分迷茫。在职业规划班会课后,他们树立起自己的目标——考本科,这是让所有老师都非常高兴和欣慰的事。”李俊杰表示,在后续的文化课学习中,可以很明显看到大家的改变,“态度更端正了,也会更加积极主动来和老师沟通,认真努力完成每一项作业。”由于单考单招教材与高职考教材不一致,难度会更大,因此,老师们需要花费额外的时间给学生进行辅导,加班便成了家常便饭。“但我并不觉得辛苦,学生们都非常懂得感恩,他们明白老师的不易,并将之加倍反馈在了学习上。”李俊杰笑着说。

文化课以外,各位教练员也不辞辛苦,用扎实的专业技能、无私的付出,陪伴着学生成长,直至他们展翅高飞。孔德玉表示,5位学生刚入学时专项水平中等,对自身也不是很有信心,但自己坚信,只要坚持帮助他们训练,有针对性地调整训练计划,学生的专项一定会有质的飞跃。正是教练员们的不抛弃、不放弃,为学生的专项提升打下了坚实的基础。

从中职到本科,5位国贸学子的经历证明了现代职业教育体系为广大中职生带来了前所未有的机遇。近年来,我市中职教育为学生搭建高质量升学通道,畅通高水平就业渠道,让不同禀赋和需要的学生能够多层次选择、多样化成才,实现中职生就业有优势、创业有本领、升学有通道、终身发展有基础。未来,国贸学校将进一步拓宽办学思路、提升办学水平,推动义乌职业教育高质量发展再上新台阶。

全媒体记者 柳青 通讯员 宋妍

购买汽车遮阳膜 请牢记四点

车主们为使汽车内饰和车内人员免受高温和紫外线伤害,往往会选择为爱车贴膜。需要注意的是,购买汽车遮阳膜时,一定要选择证照齐全的商家,主动查看产品标识,如:性能参数、产品名称、型号、生产厂名厂址等是否齐全;主动索要产品合格证、质量保证书、检验报告等产品质量合格证明;并牢记以下几点:

一看外观。膜面应无明显的褶皱、颗粒、暴筋、气泡、条纹、划痕、杂质污染,且外观颜色均匀。

二看颜色。前后挡风玻璃的贴膜颜色不宜过深,否则会影响驾驶员视线效果,有着较大的交通安全隐患。

三看清晰度。可以尝试透过膜观察远处的物体,或者放在白纸黑字的背景上观察字迹是否清晰。

四摸质感。用手感受下贴膜的表面,应为厚实平滑。也可以尝试在膜的边角用指甲或硬物刮蹭,如发现颜色脱落或者膜面出现明显擦痕的,谨慎购买。

据和讯网

选购和使用厨房油污清洁剂有哪些讲究?

油烟机、煤气灶、灶台等厨房用具的油污清洁一直让人头疼,一款高效的厨房油污清洁剂,对保持厨房干净整洁十分重要。那么怎样才能科学选购及使用厨房油污清洁剂呢?

● 选购

1.清洁力强的产品一般腐蚀性也强。切勿使用碱性或酸性的清洁剂清洗注明“需使用中性或温和清洁剂清洗”的器具,建议消费者根据实际需求选择合适商品。

2.厨房清洁剂的喷嘴有喷注型、喷雾型与喷泡型。喷注型一次性喷出量较大,但接触面积小,适用于重油表面;喷雾型喷出量较小,但接触面积较大较均匀,适用于轻油表面;喷泡型喷出形态为泡沫状,接触面积较小,不会到处喷溅流动,适用于垂直或悬挂表面。消费者可按需选择。

● 使用

1.对于长时间累积未洗的顽固油垢,建议消费者在喷洒厨房清洁剂后静置,让清洁剂与油污充分接触反应一段时间后再擦拭,除垢效果更佳。

2.长时间接触偏碱性的厨房清洁剂可能会使皮肤受到刺激,建议使用时尽量佩戴手套,避免皮肤直接接触清洁剂,更要注意避免清洁剂溅入眼内。

据中经网

枕芯材质各异 清洗方法不同

很多人枕巾、枕套洗得勤,却往往忽视了枕芯的清洁。专业人士提醒,枕芯长时间不清洗容易繁殖细菌,不过,不同材质的枕芯,清洗方式也不同。

常见的化纤枕芯材质,有聚酯纤维、大豆纤维、珍珠棉等,可以在枕芯的标签上找到这些信息。化纤材质的枕芯,放进洗衣机里,倒入洗衣液洗就行,晾干也比较随意,阴干烘干晒干都可以。羽绒枕芯和羽绒服一样,不能干洗,也最好不要机洗,手洗最佳。用中性洗衣液或羽绒服专用清洁剂浸泡后,轻轻地洗就好,洗完记得别放在太阳下暴晒。

乳胶枕芯不像其他织物那么好洗,所以建议把枕芯泡在有洗衣液的冷水里,用“一挤一放”的手法来洗,之后用清水漂干净。乳胶害怕高温和阳光,所以可以用毛巾吸水,放在阴凉的地方风干、阴干即可。记忆枕芯就是用慢回弹材料做成的枕头,可以很好地贴合、支撑头颈肩。为了让记忆枕芯保持它的特殊功能,千万不要水洗,需要清洁的话,放在通风的地方半小时,吹吹就行。

植物填充枕芯比如荞麦皮枕芯、茶叶枕芯、决明子枕芯等,这些材料本身是有机物,又疏松多孔,甚至本身就带着小虫、虫卵,更容易脏,还不好用水洗。清洁的话,把里面的填充物倒出来,筛掉碎屑,通通风、晒一晒就行,或者直接更换里面的填充物更好。

据今晚报