



### 我与电大

□ 关伟

1998年，我毕业分配进入萧县电大工作站工作。学校的名称多次变动，原来是萧县电大工作站，近日又更名为萧县开放大学。20多年来，随着社会经济和科学技术的发展以及国家对远程教育的重视，学校有了翻天覆地的变化。

#### ——校舍的变迁

几经搬迁，学校的面貌在不断改变。当年学校坐落在萧城一中的一个角落，几间老房子，门前泥泞，条件较差。教具只有磁带式录音机，学员也没有多少人，临时租赁的校舍被当作机房。

之后，学校搬迁到老教育局院内东南的一座三层小楼内，当时已经有了支持电大发展的新政策，开放教育试点工作起步了。逐渐我们有了生源，学校规



秋 嗣珈 \ 摄

模开始壮大。2016年秋，学校搬入中山路上一处租赁的院落。2021年秋，终于有了独立的办学场所。

#### ——办学条件的变迁

随着生源的增加、办学的发展，学校的设备从破旧的磁带录音机、老式的电视机，逐渐过渡到大屏幕的彩电、卫星接收天线、投影仪，之后是多媒体电脑的一代代更新换代，网络也由1998年的电话线上网升级为拨号上网到现在的

刚入校时条件简陋，学员少。当时的校长是个非常有闯劲和干劲的领导，他凡事身先士卒，招生工作也冲锋在前。有一次开着一辆破吉普，到县内各乡镇去开展招生宣传，跑着跑着发现前面路上出现个单独奔跑的轮胎，感觉不对劲，立刻停车后发现了我们车上掉下的……

2002年以后，学校开始开放教育招生。刚开始进行专科学历教育，几年后又升级增加了本科学历教育，从此走上了发展的快车道。现如今又开展高等学历继续教育、社区教育、老年教育，在校学员一直保持三、四千人的规模，教学条件和设施在逐年优化。

#### ——教与学观念的变迁

学生上电大的目的由拿文凭、评职称、找工作的需求，转变为生活富裕后对满足兴趣爱好、提高生活质量的追求。学知识、充实自己并给下一代作一个积极上进的榜样，是近年来越来越多学生的新需求。终身学习的理念

已深入人心，终身学习成为现代人不可或缺的能力。

#### ——个人工作形式和认识历程的变迁

入职电大后，我先后负责机房设备的维护和在线教学、考试服务。工作中，我经历了使用3.25英寸软磁盘的单机考试时代，之后进入网络时代，计算机系统从DOS、win95、win98、win2000、winXP、win7到目前的教学和考试要求的win10系统。每次升级和变革都是一次新的学习和探索，在整个团队的共同努力下，每次都能顺利完成学校的教学和考试任务。

刚开始，我带了计算机专业专科班，常常利用学校有软硬件设备的优势，给学员讲解学科知识，进行动手实践。之后又带了计算机、会计等专业本科班，对每一届、每个班、每名学员，我都努力做好支持服务工作。所带会计专业本科班学生取得了学校第一个学士学位，第一次组织学生到宿州电大现场参加知识技能竞赛并取得名次。近两年我又带领机电、电气、会计等专业专科班学生多次参加征文、知识、技能大赛并获奖。工作带给我的满足感，真的非常美好。

有人说，人的一生中，除了家人，相处时间最长的应该是同事。在电大工作的二十多年，遇到的同事各有特点。有的对工作执着钻研，有的学识丰富，有的宽厚待人，有的善于解决问题……同事之间始终互帮互助、团结友好。我原来喜欢搞技术，相对于人更愿意和机器打交道，在与电大同事的相处中，在带班这么多年的学习成长中，我越来越喜欢和人沟通交流，经常学习别人的优点长处，把优秀的学习理念与知识分享出去。

人们常说活到老学到老，开放大学本身就是开展学历教育、社区教育、终身教育的，学习与成长是我们提倡的，也是对我们自身的要求，让我们与学校共同成长进步吧！

(萧县开放大学)

弹指一挥间，离开母校已经三十五年了。那天，接到许久未联系的同学来电，一时间，我的思绪就被拉到了从前。随着年龄的增长，怀旧的情绪也似乎越来越浓了。

曾几何时，当结束一天的工作，静静地一人独处时，往事总是如潮水般涌上心头，令人格外怀念起那纯真的年代，格外珍惜那纯洁的同窗情。关于读书时代的回忆，会在某个夜晚像一棵春天的树迅捷地在我的心头枝繁叶茂。

那一张张单纯而真诚的笑脸，那一个个给予我们辛勤教诲的老师，那记录着我们成长的校园，那紧张而充实的读书时光，甚至青春时代的梦想、困惑和迷惘，一点一滴，都渐渐地在脑海里铺展开来。

虽然那时的我们在今天看来是幼稚的，虽然那时的我们还不懂得珍惜同窗间的友谊，虽然那时的我们曾经迅速成熟，虽然那时的我们还不懂得为今后的人生做好最初的积累，但这样短暂的时光竟然在不经意间永远地逝去了。

现在的我们都即将走到耳顺之年，经历了纷繁的世事和人生的起起落落，背负的压力和责任使我们很少能长时间地沉浸在某种美好的情感里。当某种触动心灵的东西在我们的生命中一闪而过的时候，我们曾经坚强的内心会变得敏感而易受感动。是啊，浓浓的同窗情其实已经藏于我们内心深处，感动着我们曾经麻木的心灵，这样的情谊在我们的一生中无可替代并且永远不会消逝，正如歌中所唱“从来不需要想起，永远也不会忘记。”

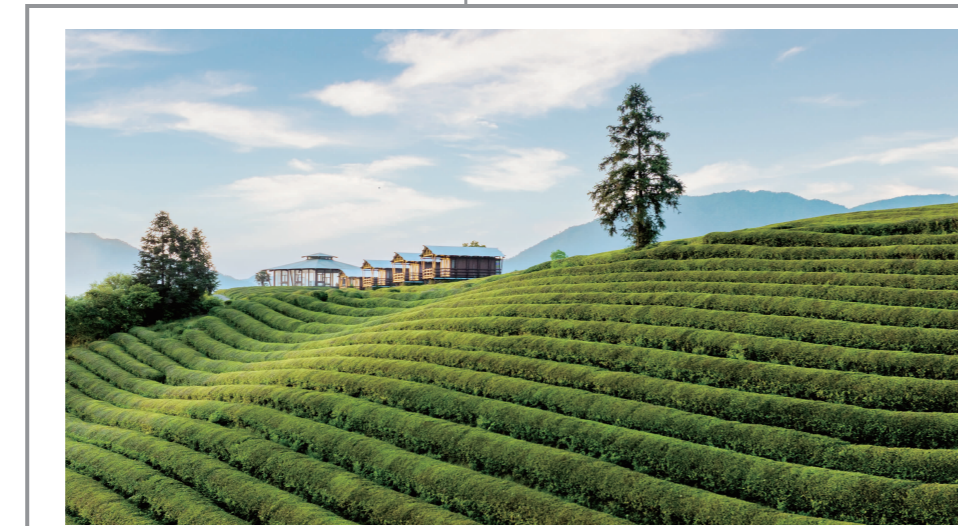
遗憾的是，如今的我们，为了忙碌的工作与生活花费了太多的时间和精力，很少能抽出时间去看望看望老师、联络联络同学，有时甚至会觉得给老师、同学打一个电话都有些冒昧。当我们再次回想起那段难以忘怀的时光，再次沉浸在真诚的同窗情谊中时，所有的回忆都是如此的美好，那样地触动我们的心灵。曾经同窗的四年时光，曾经得到的关心和帮助，甚至曾经发生的矛盾和争吵，这一切，在今天看来都显得弥足珍贵，短暂时光留给我们的永远是回忆和思念。三十五年过去了，天各一方的同窗们，祝愿一切都好！

(宿松开放大学)

上恪尽职守、埋头苦干，是一种真情的付出，是一种对自我的升华，更是一种集体进步的源泉。

致敬默默无闻、无私奉献的奋斗者。

(教师教育教育学院)



风景

李美凤 \ 摄

### 老人健康 要学会做减法

老人日常保健往往重视“补”，其实“减”也很重要，避免不正确、超负荷地使用损耗身体，再搭配适合自己的养护妙招，做“减法”，增健康。

#### 给眼睛做“减法”：少用眼多眨眼

广东省中医院珠海医院主任医师祁勇军：凝神注目看东西时，眨眼次数会不自觉减少，眼睛水分容易蒸发，干涩模糊，最根本的预防方法是少用眼、多眨眼。

长时间用眼会让睫状肌一直处于紧张状态，再次看远处容易眼前模糊，反复性视力疲劳将无法缓解。眨眼时，眼睑能清洁微小颗粒，细菌病毒，保持眼睛湿润，使泪液膜平整稳定，避免眼球干燥、灼热疼痛等。

建议用眼40至60分钟适当休息，做一些眼部运动，例如保持头部不动，依次看向门框四角，使眼球转动起来，顺、逆时针各9圈，利用眼部肌肉充分按摩眼球，也有助增加眼部血液循环；在门上悬挂一个乒乓球，让眼睛随球的摆动而运动，锻炼眼部的调节能力。

#### 给腰椎做“减法”：维持正常曲度

广东省第二中医院骨科主任中医师许学猛：有些老人平时吃得不多，却发现腰围变粗、臀部下垂、容易腰痛，可能与髂腰肌过度紧张，腰椎过度前凸有关。

久坐时身体

(下转2、3版中缝)

不需要想起

□ 蔡集太

也不会忘记

## 我校组织集中收看党的二十大开幕会



本报讯 10月16日上午10时，中国共产党第二十次全国代表大会在北京人民大会堂开幕。校党委高度重视，校党委委员、纪委委员集中收看了开幕式。

听、学习习近平总书记代表第十九届中央委员会向大会作的报告。校领导、校党委委员、纪委委员集中收看了开幕式。收看过程中，大家精神饱满、全

神贯注、积极思考、深入领会。大家一致认为，党的二十大是在全党全国各族人民迈上全面建设社会主义现代化国家新征程、向第二个百年奋斗目标进军的关键时刻召开的一次十分重要的大会。党员干部纷纷表示，听了习近平总书记所作的报告深感振奋、备受鼓舞，要更加紧密地团结在以习近平总书记为核心的党中央周围，深刻领会“两个确立”的决定性意义，增强“四个意识”、坚定“四个自信”、做到“两个维护”；要全面贯彻党的教育方针，落实立德树人根本任务，踔厉奋发、勇毅前行，以高质量党建引领高质量发展，加快建设国内一流开放大学，为学习型社会和现代化美好安徽建设作出新的更大贡献。

(宣传部王娅)

## 我校举行党委中心组集中学习(扩大)会

本报讯 10月10日下午，学校召开党委中心组集中学习(扩大)会，党委书记、校长郑汉华主持会议。校党委中心组成员、各部门主要负责人、校疫情防控工作领导小组办公室主任等参会。

会议集中学习了习近平总书记在参观“奋进新时代”主题成就展时的重要讲话和《复兴文库》所作序言精神，认真研读了《习近平谈治国理政》第四卷、《习近平生态文明思想学习纲要》《习近平经济思想学习纲要》部分篇目，学习了《求是》杂志发表的习近平总书记重要文章《新时代中国共产党的历史使命》，传达了上级有关文件精神，并结合工作实际开展了研讨交流。

会议强调，要深入学习贯彻习近平总书记重要讲话精神，学好《习近平谈治国理政》第四卷等，坚持读原著、学原文、悟原理，深刻领会“两个确立”的决定性意义，着力把学习成果转化为推动学校事业发展的强大动力。要提高思想认识，认真贯彻落实党中央决策部署及省委工作要求，始终绷紧思想之弦，科学精准落实疫情防控举措。要高度重视校园安全稳定工作，抓好重大风险防范化解，确保校园安全稳定，扎实做好近期重点工作，推动学校高质量发展，以实际行动迎接党的二十大胜利召开。

郑汉华代表学校向钱桂仑书记一行莅临指导表示热烈欢迎，对省委教育工委、省教育厅长期以来对学校的工作关心支持表示衷心感谢，他简要汇报了学校党的建设和改革发展稳定工作情况。郑汉华表示，学校将进一步提高政治站位，认真落实钱桂仑书记在调研指导时提出的明确要求，不忘立德树人初心，牢记为党育人、为国育才使命，积极抢抓机遇，沉着应对挑战，不断提升能力水平，努力满足人民群众多样化、个性化的终身学习需求。

调研期间，钱桂仑一行还深入校史馆、安徽老年开放大学、安徽继续教育网络园区、培训学院、教师教育学院等实地调研。

神等，并结合工作实际开展了研讨交流。

会议强调，要深入学习贯彻习近平总书记重要讲话精神，学好《习近平谈治国理政》第四卷等，坚持读原著、学原文、悟原理，深刻领会“两个确立”的决定性意义，着力把学习成果转化为推动学校事业发展的强大动力。要提高思想认识，认真贯彻落实党中央决策部署及省委工作要求，始终绷紧思想之弦，科学精准落实疫情防控举措。要高度重视校园安全稳定工作，抓好重大风险防范化解，确保校园安全稳定，扎实做好近期重点工作，推动学校高质量发展，以实际行动迎接党的二十大胜利召开。

神等，并结合工作实际开展了研讨交流。

会议强调，要深入学习贯彻习近平总书记重要讲话精神，学好《习近平谈治国理政》第四卷等，坚持读原著、学原文、悟原理，深刻领会“两个确立”的决定性意义，着力把学习成果转化为推动学校事业发展的强大动力。要提高思想认识，认真贯彻落实党中央决策部署及省委工作要求，始终绷紧思想之弦，科学精准落实疫情防控举措。要高度重视校园安全稳定工作，抓好重大风险防范化解，确保校园安全稳定，扎实做好近期重点工作，推动学校高质量发展，以实际行动迎接党的二十大胜利召开。

## 全省开放大学办学体系更名揭牌工作持续推进

本报讯 为进一步做好安徽开放大学办学体系综合改革工作，我校全面推进全省开放大学办学体系市县级开放大学更名揭牌工作。截至10月中旬，先后有黄山开放大学、合肥开放大学、淮南开放大学、六安开放大学、铜陵开放大学、芜湖开放大学、安庆开放大学、宿州开放大学、滁州开放大学等9所市开放大学以及广德开放大学、休宁开放大学、萧县开放大学、寿县开放大学、舒城开放大学、繁昌开放大学等6所县开放大学举行了更名揭牌仪式。党委书记、校长郑汉华等校领导出席了部分开放大学的更名揭牌仪式。

郑汉华等校领导向各市县开放大学表示祝贺，希望各市县开放大学以更名为契机，贯彻落实习近平总书记关于

教育的重要论述，按照教育部打造“四个平台”的要求，积极推进开放大学转型发展，共建开放教育事业发展共同体；认真贯彻落实省委、省政府及省委教育工委、省教育厅工作要求，服务全民终身学习；积极落实国家开放大学“创优提质”战略，加强体系建设、提升办学能力，拓宽办学范围、强化质量保证，全面推进高质量发展。

各地市委、市政府相关领导出席当地开放大学的揭牌仪式，要求开放大学以更名揭牌为新起点，全面落实立德树人根本任务，主动服务地方经济社会发展，展现新作为、干出新业绩，满足群众多样化个性化学习需求，努力办好人民满意的开放大学。

(宣传部尹晓玲)

## 校纪委开展疫情防控工作专项督查

本报讯 为进一步贯彻落实上级关于疫情防控工作的决策部署和学校疫情防控工作有关会议和文件精神，从严从实从细抓好疫情防控督查工作，10月11日下午，学校纪委组成督查组，采用“四不两直”方式开展了疫情防控督查。

督查组先后暗访检查远教大厦出入口、学校大门、离退休干部活动中心、学生公寓、食堂、安徽老年远程教育示范基地等重要场所，实地查看扫码测温、查验

“两码”、访客登记等关键环节，到总务保卫处、防控办、人事处等疫情防控重点部门检查疫情防控措施和要求落实情况。

总体来看，防控办认真履职尽责，严格落实“日报告”制度，按时上报相关统计数据，数据准确完整。人事处建立国庆期间教职工离肥情况“一人一档”信息台账，动态全面掌握全校教职工健康状况和外出情况。总务保卫处加强对教职工核酸检测的监管，准确把握各部

门核酸检测情况，完善健康打卡系统教职工信息数据，每日健康打卡逐步规范。各单位、处室主要负责人不断加强对部门教职工的教育管理，学校疫情防控规范有序，全力保障了校园安全稳定。

督查过程中也发现了一些落实疫情防控工作不够到位的问题，比如校门进出管理有待进一步加强，教职工每日健康打卡核验执行仍需进一步规范，学生公寓安全管理需要进一步加强等。针对存在的问题，督察组督促相关责任部门要及时整改。校纪委将对整改工作跟踪问效，形成严格管理和责任追究的长效机制，进一步营造安全、健康的校园环境。

(纪委办刘莉莉)

中共安徽省委教育工委书记钱桂仑到我校调研指导工作

过度前倾，髂腰肌长时间紧张收缩，容易骨盆前倾，增加腰椎前凸角度，增大腰椎后侧压力，诱发腰痛。髂腰肌缺乏锻炼，无法正常保持在腰椎与骨盆位置上，进一步发生内脏下垂，导致小腹外凸。

改善此类不良状况，正确锻炼是最佳办法，日常生活中可以经常做肌肉拉伸，例如前弓后步，正视前方，双臂上举，挺直腰背，迈出一只脚呈弓步拉伸肌肉（膝盖弯度不超脚尖以防受伤），吸气后恢复原位，换另一侧弓步，重复20次。

给膝盖做“减法”：提高肌肉力量

广东佛山市中医院骨九科副主任医师陈锋锋：若膝关节酸痛、麻木、僵硬等不适，就需要为关节减负了，日常可练习三个动作。

抗拒伸膝：耐用沙包、弹力带等在小腿施加阻力，坐位时抬起小腿并伸直膝关节，能够达到训练大腿肌肉的效果。

反复踩泵：平放双腿，反复抬高、压低脚面，活动踝关节，收缩舒张小腿肌肉，促进下肢血液循环。

隔空蹬车：仰卧姿势，抬起双腿做空踩单车的动作，帮助激活腰腹核心肌肉，强化下肢力量。

跑步时膝关节负重约为体重的4倍，打球时达6倍，蹲、跪时为8倍，相比之下，散步、游泳、踩单车等运动有助膝盖减负。

(来源：健康时报)

## 安徽开放大学教职工热议党的二十大报告

编者按：10月16日，中国共产党第二十次全国代表大会在北京召开，习近平总书记代表第十九届中央委员会向大会作报告。安徽开放大学教职工以多种方式收听收看了开幕式盛况，习近平总书记在大会上作的报告在全校教职工中引起热烈反响。

党委书记、校长郑汉华：

16日，全校教职工满怀喜悦、激动的心情，认真收听收看了党的二十大开幕会，全校上下反响热烈。

党的二十大是在全党全国各族人民迈上全面建设社会主义现代化国家新征程、向第二个百年奋斗目标进军的关键时刻召开的一次十分重要的大会，是党和国家政治生活中的一件大事。习近平总书记在大会上所作的报告系统深刻总结过去5年的工作和新时代10年的伟大变革，科学谋划未来5年乃至更长时期党和国家事业发展的目标任务和大政方针，提出了一系列新思路新战略新举措，令人深受鼓舞、倍感振奋。

报告从战略全局上强调实施科教兴国战略，明确提出坚持教育优先发展。我们要认真学习领会报告的丰富内涵和精神实质，不断兴起学习宣传贯彻党的二十大精神的热潮，引导党员干部和师生员工把思想和行动统一到党的二十大精神上来，踔厉奋发、勇毅前行，奋力开创教育事业新局面。作为服务全民终身学习的新型高等学校，要全面贯彻党的教育方针，落实立德树人根本任务，坚持党对学校工作的全面领导，坚持围绕中心大局、把准办学定位，以高质量党建引领高质量发展，着力在打造一流的人才培养质量、一流的服务社会能力、一流的智慧学习环境、一流的数字化学习资源、一流的人才队伍、一流的办学体系等方面持续发力，进一步提高办学治校的能力水平，加快建设国内一流开放大学，扎根江淮大地办人民满意的开放教育，为构建学习型社会和现代化美好安徽建设作出新的更大贡献。

机关党总支书记、资产管理处处长张仿：

举世瞩目的中国共产党第二十次全国代表大会胜利召开了。我认真聆听了习近平总书记代表第十九届中央委员会向党的二十大所作的报告。报告立意高远，主题鲜明，内涵丰富，全面总结了过去5年和新时代10年中国共产党带领全国各族人民取得的重大成就和伟大变革，阐述了新时代新征程中国共产党的使命任务，科学描绘了全面建设社会主义现代化国家的宏伟蓝图，作为一名党员，深受鼓舞、倍感振奋。

党的二十大吹响了新时代新征程的号角，作为一名基层党组织负责人，我将按照校党委部署，把学习宣传贯彻党的二十大精神作为重大政治任务，在本总支迅速掀起学习宣传贯彻党的二十大精神热潮，深刻领会党的二十大精神确立的重大理论观点、重大战略思想和重大战略任务，切实把党的二十大精神的学习体现在贯彻落实党中央决策部署的行动上、体现在做好学校各项工作的实效上，以更高的政治站位、更坚定的信念信心、更强大的责任担当、更务

实的工作举措、更扎实的工作作风，铆足劲头、埋头苦干，为学校一流开放大学建设贡献力量。

学院党总支书记、工会主席肖峻：

习近平总书记所作的报告高屋建瓴、内涵丰富，凝聚人心、催人奋进。报告全面总结过去5年的工作和新时代10年的伟大变革，深刻阐释了新时代新征程中国共产党的使命任务，科学谋划未来5年乃至更长时期党和国家事业发展的目标任务和大政方针，为全面建设社会主义现代化国家、全面推进中华民族伟大复兴指明了前进方向，是一篇具有历史意义意义的马克思主义纲领性文献。报告指出教育、科技、人才是全面建设社会主义现代化国家的基础性、战略性支撑，强调必须坚持教育优先发展、科技自立自强、人才引领驱动，加快建设教育强国、科技强国、人才强国。学院党总支将深入学习贯彻党的二十大精神，坚持以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导，落实立德树人根本任务，以高质量的党建引领高质量发展，为加快建设国内一流开放大学作出贡献。

开放教育学院直属党支部书记、院长刘盛峰：

10月16日上午，聆听了习近平总书记代表第十九届中央委员会向党的二十大所作的报告，倍感振奋、备受鼓舞。报告对过去5年的工作及新时代10年的伟大变革进行了全面总结，对未来5年乃至更长时期的宏伟蓝图进行了科学描绘。报告通篇闪耀着马克思主义真理光芒，治国理政的新思路、新概括、新部署有机联系、相互促进。报告具有极强的政治性、战略性、前瞻性、指导性，必将成为指引中国共产党更好担负起新时代使命的行动指南。

在学院教学和管理工作中，我们将全面贯彻党的教育方针，落实立德树人根本任务，为培养德智体美劳全面发展的社会主义建设者和接班人而恪尽职守，努力工作，一步一个脚印地把蓝图擘画变为美好现实。

马克思主义学院副院长（主持工作）吴文明：

党的二十大报告全面总结了过去五年的工作和新时代十年的伟大成就，我们深感自豪、倍受鼓舞。习近平总书记在党的二十大报告中指出：“从现在起，中国共产党的中心任务就是团结带领全国各族人民全面建成社会主义现代化强国、实现第二个百年奋斗目标，以中国式现代化全面推进中华民族伟大复兴”。马克思主义学院作为马克思主义教学与研究的重要阵地，在培养担当民族复兴大任时代新人过程中肩负重大使命。我们将充分发挥学科优势，将党的二十大精神学习好、宣传好、贯彻好，坚持用习近平新时代中国特色社会主义思想铸魂育人，做好党的二十大精神融入思想政治理论课工作，教育引导开放大学学子坚定不移听党话、跟党走，做有理想、敢担当、能吃苦、肯奋斗的时代新人。

安徽老年开放大学校长、安徽老年教育研究院常务副院长方文：

党的二十大是在进入全面建设社会主义现代化国家新征程的关键时刻召开的一次十分重要的

大会。党的二十大报告回顾了过去5年的工作及新时代10年的伟大变革，站在民族复兴和百年变局的制高点科学谋划未来5年乃至更长时期党和国家事业发展的目标任务和大政方针，是指导我们向第二个百年奋斗目标进军的纲领性文献。校知联会将认真学习党的二十大报告，深刻领会报告精神，不断加强自身建设，在全面推进中华民族伟大复兴的历史进程中，始终与党同心同德，踔厉奋发、笃行不怠、勇毅前行，在各自的岗位建功立业，为促进全民终身学习和学习型社会建设，为争创一流开放大学而努力奋斗。

安徽老年开放大学（安徽老年教育研究院）老年远程教育办公室主任、太和县原墙镇刘庙村驻村工作队队长、第一书记王正玉：

我怀着无比激动的心情在巩固拓展脱贫攻坚成果同乡村振兴有效衔接的工作一线收看了党的二十大开幕会。党的二十大是在进入全面建设社会主义现代化国家新征程、向第二个百年奋斗目标进军的关键时刻召开的一次十分重要的大会。作为一名高校选派挂职干部，我将认真学习领会党的二十大精神，全面落实中央及省委关于乡村振兴的部署要求，坚定理想信念、牢记初心使命、树立宗旨观念、锤炼优良作风，不断提升能力素质，努力成为基层群众的贴心人。我将按照政策要求，结合刘庙村实际，发挥教育帮扶优势，加强“志智”双扶，多举措织密织牢防返贫动态监测网，确保在乡村振兴路上不漏一户、不落一人，努力为全面推进乡村振兴贡献智慧和力量。

办公室综合科科长、教工团支部书记谭冉：

聆听学习领会党的二十大精神，是一次思想上的升华成长，是一次行动上的精神动员，是一次与新时代的靈魂碰撞，催人奋进，令人鼓舞。特别是习近平总书记在中外记者招待会上的深情寄语，更让我们广大青年深感责任重大，任重道远。作为新时代基层团组织工作者，我将奋力学习好、宣传好、贯彻好党的二十大精神，坚定不移用党的科学理论武装青年、用党的初心使命感召青年，以党的二十大精神为指导，团结带领教工团支部的团员们乘风破浪、砥砺前行，在新时代新征程中开拓创新、建功立业，以青年的蓬勃朝气、用青年的实际行动，为建设国内一流开放大学贡献青春力量，让青春在建设学习型社会和现代化美好安徽的火热实践中绽放绚丽之花。

信息与建筑工程学院青年教师庞婧：

我认真聆听了习近平总书记代表第十九届中央委员会向党的二十大所作报告。报告振奋人心，我备受鼓舞。作为学校的一名专业课青年教师，同时也作为一名光荣的共产党员，今后我将继续立足岗位做好教书育人的本职工作，充分发挥课堂教学在育人中的重要作用，不断增强自己的课程思政建设意识和能力，深化爱国主义教育，弘扬奉献精神、奋斗精神和创造精神，提高专业课程育人效果。我还要遵循学习者需求和远程教育特点，用好社会实践大课堂，为学习者提供优质的学习资源，促进学生学懂弄通做实，提高学习者的创新意识和创业能力。

## 学校组织开展网络安全专题培训

**本报讯** 近日，我校组织开展网络安全专题培训。各部门网络安全信息员、信息技术与网络管理中心全体人员共计30余人参加。

培训会上，安全工程师从网络安全态势、攻防演练中的安全漏洞、安全意识导致的安全威胁、防御手段和解决方案等方面进行讲解，通过网络安全事件和典型案例，重点分析高校面临的网络安全问题，并提出日常工作过程中网络安全注意事项。

当前我校已建立网络安全知识培训长效机制，定期开展相关工作。今后还将进一步提高培训的针对性和实用性，坚持常抓不懈，切实增强风险意识、责任意识、安全意识，强化措施、落实责任，做好技术保障，奋力筑牢学校网络安全防线，助力学校事业高质量发展。

(信息技术与网络管理中心张廷)

## 我校开展消防安全知识培训及实战演练活动

**本报讯** 近日，校总务保卫处联合消防维保单位开展消防安全知识培训与灭火、疏散逃生演练活动。校内各部门消防安全员、物业、保安等40多人参加活动。

演练之前，教官为师生作消防安全知识专题培训，通过“以案说法”的形式，介绍了近年来典型的火灾案例事故，并对火灾发生经过、事故成因进行了剖析。培训还围绕消防安全责任、常见火灾隐患排查与处置、灭火器使用方法、火场逃生注意事项、消防

自救常识、消防器材使用等知识进行了讲解。培训结束后，全体参训人员参加灭火实战演练。在消防灭火指导员的指挥下，参与演练人员使用灭火器对现场模拟火点进行灭火，进一步掌握正确使用消防设备的方法。

本次培训演练强化了教职工、安保和宿管人员的消防安全意识，提升了火灾应急处置能力，对促进我校消防工作的开展和消防宣传起到了积极的作用。

(总务保卫处刘高升)

## 分校之窗

### 蚌埠开放大学打造社区教育新矩阵

6月份以来，蚌埠开放大学在弘扬法治、促进和谐”为主线，新的起点上进一步知责于心、担责于身、履责于行，以创新老年教育“双嵌入”、打造社区教育新矩阵为抓手，践行服务全民终身学习的新担当。

蚌埠开放大学积极探索，将老年大学教学点嵌入到社区党群服务站、将志愿服务站点嵌入到社区新时代文明实践站，充分利用社区“两站”场所，选派专业教师 and 志愿者到社区开展教学服务和志愿服务。在满足社区居民、社区老年人就近学习需求的同时，抓住社区教育、老年教育向基层延伸的切入点，找准社区教育、老年教育与社区工作的融合点，形成党建引领、组织凝聚、文化养老、文明实践同频共振的工作合力。

国庆前夕，学员们积极参加各社区教育基地开展的“喜迎党的二十大，欢度祖国七十三华诞”系列活动，为社区居民送上了一份文化大餐，向党的二十大献礼。

未来，蚌埠开放大学将持续推进社区教育、老年教育向基层延伸，以有温度、有情怀、有品质的教育服务全民终身学习。

目前，已建设了红旗里社区共建教学点，并以“政治引领、

(蚌埠开放大学王辉)

### 为您推荐

- ◆《用新的伟大奋斗创造新的伟业》——《人民日报》10月17日
- ◆《党的十九大以来大事记》——《新华日报》10月14日
- ◆《坚持人民至上》——《求是》杂志2022年第20期
- ◆《习近平的扶贫足迹》——人民出版社、新华出版社
- ◆《保障粮食供给 端牢中国饭碗》——《人民日报》10月13日
- ◆《争做有理想、敢担当、能吃苦、肯奋斗的新时代好青年》——《中国青年报》10月18日
- ◆《教育信息化引领教育现代化》——《中国教育报》10月14日
- ◆《深度挖掘大数据富矿潜力》——《经济日报》10月11日

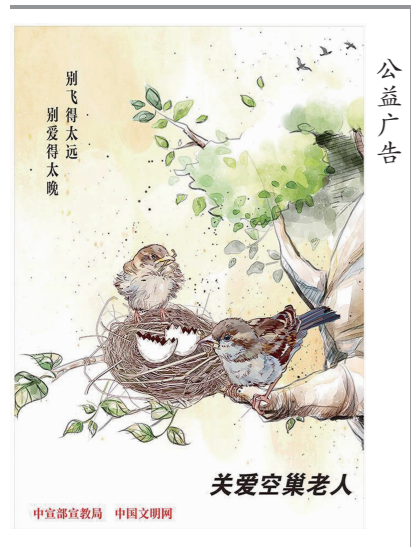
## 我校召开2022年综合教学检查暨体系办学评估专项督查工作会

**本报讯** 日前，安徽开放大学通过云教室召开2022年综合教学检查暨体系办学评估专项督查工作会。校党委委员、副校长诸咸斌出席会议，各市级开放大学、直管县开放大学分管教学、质量管理、办学评估工作的校领导，教学管理、质量管理、评估工作部门负责人及相关工作人员通过视频参加会议。

会议通报了安徽开放大学2022年春季学期教学检查结果，部署了2022年综合教学检查和体系办学评估专项督查工作。

诸咸斌指出，要认真贯彻国家开放大学综合教学检查工作部署要求，突出“真”“新”“改”，以真抓实干查真纠真改促进真教真学真做真考，以新思路、新举措构建办学新格局、新生态，坚持问题导向，有的问题立行立改，有的问题分步整改、巩固阶段成效。他强调，要全面动员、全员参与做好迎接国家开放大学分部办学评估工作；进一步学习领会国家开放大学分部办学评估工作部署要求和指标体系，全面对照、全面梳理，做好自评报告、迎评档案准备工作；认真开展自查自纠，全面整改、全面推进。

(教务处罗翔)



公益广告

### 淮北开放大学公益课堂

### 荣获“皖新传媒杯”“终身学习品牌项目”称号

**本报讯** 近日，安徽省教育厅公布了2022年“皖新传媒杯”全省“百姓学习之星”“终身学习品牌”项目评选结果，淮北开放大学“趣学公益课堂”获得2022年“皖新传媒杯”“终身学习品牌项目”称号。

淮北开放大学坚持以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导，落实立德树人根本任务，积极创建品牌项目，服务全民终身学习。“趣学公益课堂”是呼应市民需求、拓展社区教育、老年教育的公益行动，通过制作多类型微课、直播及线下课程等方式，

为广大市民提供多元有趣的文化课程，助力学习型社区建设，成为社区教育中的优质品牌。

目前，淮北开放大学“趣学公益课堂”已开设书法、礼仪、灯谜展猜、有声语言表达、中小学家庭教育等课程。广大市民报名踊跃，仅2022年春季学期就有近6万人次参加了“趣学公益课堂”的学习。淮北开放大学“趣学公益课堂”创出了品牌，取得了喜人成效。

(淮北开放大学王辉)

### 宿州开放大学召开教学管理人员业务培训会

**本报讯** 为提高宿州市开放大学系统教师和辅导员的教学和管理能力，尽快掌握国家开放大学“一网一平台”各项功能，10月9日，宿州开放大学举办全市开放大学体系教学管理人员业务培训会。培训采取线上方式进行。

会上，授课人员结合“一网一平台”的具体使用，对教务平台的成绩查询、选课、分班、学籍查询、作业批改、成绩查询、课

程资源上传、网检数据查询等方面进行了详细的讲解。会议还通报了近期的网检数据，梳理了学校在2022年春季教学检查中存在的问题，要求大家对标对表认真整改、逐一落实，全面提升宿州开放大学线上教学质量。

参会教师表示，本次培训时间紧凑、内容丰富、针对性和操作性强，对大家进一步熟悉运用“一网一平台”各项功能，做好学习支持服务十分有益。(宿州开放大学戴奇)

### 微新闻

- ◆近日，我校获评教育部第二批“智慧助老”优质课程资源、工作案例和教育培训项目。
- ◆近日，我校教师教育学院教师受邀参加教育部教师工作司举办的2022年全国中小学教师信息技术应用能力提升工程2.0管理者高级研修班，并作经验分享。
- ◆10月13日，我校开展“弘扬‘好人精神’，争做向上向善青年”线上思政大课，全省办学体系师生800余人参加。
- ◆10月11日，我校文法与教育学院教师受邀参加国家开放大学举办的体系教师教学能力提升项目学位英语支持服务专题研讨活动，并作主题发言。
- ◆9月30日，机关党总支信息资源党支部开展了“传承英烈精神，奋进伟大征程”主题党日活活动。
- ◆10月15日，我校与中国人寿合肥市分公司举行经管类专业校企合作实践教学基地授牌仪式。