



我在拉萨挺好的

在学校成立兴趣社团,用休息时间带领孩子们开拓眼界 学生们亲切地叫他“刘爸”



刘应

他执教13年,把每一个学生都当成自己的孩子;他成立社团,让孩子们的高中生活充满自信和阳光;他发掘每一个孩子的潜能,帮助他们发现新的自我。他就是拉萨江苏实验中学的音乐老师、学生们喜欢的“刘爸”——刘应。“要对得起孩子,对得起教师这个称谓。”刘应甘于做一支蜡烛、一盏灯塔,指引一批又一批学生奔向更加美好的明天。

文/记者 次吉 图/记者 阿旺尼玛



主持与行为艺术社团的学生们正在练舞。

“这是我的第二故乡,所以选择回来扎根”

动感的音乐响起,一群身穿校服的学生随着节奏舞动身体,这是拉萨江苏实验中学主持与行为艺术社团(以下简称艺术社)的学生们正在练舞。

“刘爸,我刚刚那个动作没问题吧?”“刘爸,我们跳不上上次那个舞,回顾一下。”一场舞蹈下来,孩子们气喘吁吁,但这并没有打消他们的热情,纷纷围到“刘爸”身边,让他指导动作。孩子们口中的“刘爸”就是他们的音乐老师——刘应。

刘应的爷爷是十八军战士,作为“藏三代”,他自小在拉萨长大。2011年,刘应来到拉萨江苏实验中学(原拉萨市第三高级中学)任教,成为一名音乐老师。“西藏是我的第二故乡,我热爱这里的蓝天白云、高山湖泊,这所学校是我的母校,有悉心教导我、助我成长的恩师,所以我选择回来,扎根在此,奉献青春。”刘应说。

学生社团建设是实施素质教育的重要途径,对全面提升学生综合素质、丰富校园文化有着不可替代的作用。为了让每一个学生都有展示自己的舞台、发掘他们的潜能,2014年,刘应成立了艺术社。“社团是我根据自身专业和兴趣爱好成立的,开设了播音主持、街

舞等课程,我希望通过社团来挖掘孩子们的潜能,帮助他们发现新的自我,更加自信,有效应对学习压力。”刘应说。

“我一开始不敢跳舞,是刘爸一直在耐心地指引我,让我勇敢迈出了第一步。”高一学生普布次仁刚加入艺术社时准备学习主持,但刘应看到他有舞蹈基础,就让他试着参加了正式演出的排练。“跳舞让我很开心,我想认真学习,以后将街舞和民族舞结合起来,排个新舞蹈。”

“老师要鼓励学生,充分发掘他们的潜力”

为了让更多学生看到社团里孩子们青春洋溢的模样,刘应自学拍摄剪辑,将学生们跳舞的视频发布到网络上。视频很快在网络平台“火”起来,很多人纷纷留言夸赞学生们青春活力的模样,而学生们看到评论后也都更加自信了。

“当时很多家长都表示自己的孩子也想加入社团,他们说学习重要,但是身心健康更重要,这让我觉得很欣慰。如今的家长更关注孩子们的心理健康,这特别好,大家都喜欢充满阳光活力的校园生活。”刘应认为,自信、阳光、青春、积极向上是当代学生该有的精神面貌,希望学生社团的视频可以传播得更远、更广。

回忆起自己的学生时代,刘应说当时并没有太多平台让他展现自我,但老师的一句话改变了他的一生。“我高中的时候,老师说:我声音好听,所以我报考了艺术院校,学习播音主持专业,才有了如今丰富的人生经历。我觉得老师的一句话是可以改变学生、激励学生的,老师需要充分发掘学生的潜力。”

得益于恩师当年的鼓励,刘应希望自己也成为别人的“蜡烛”。艺术社成立之初,刘应发现学生桑姆的声音很好听,于是让桑姆尝试播音、学习播音,并带她参加比赛。最终,在第十八届全国青少年五好小公民主题教育活动中,桑姆荣获演讲总决赛中学组三等奖。如今的桑姆早已参加工作,但这段经历她永远不会忘记。

“我记得曾有人在视频下留言,想有一位像我这样的老师。我告诉她,可以成为我这样的老师。后来,她成了幼儿园老师,教孩子们舞蹈。能这样潜移默化地鼓励别人,我很高兴。”刘应说。

“学习条件和设施得到很大提升”

党的十八大以来,西藏教育取得了历史性成就,进入高质量发展新阶段。刘应告诉记者,目前,拉萨江苏实验中学共有26个学生社团,其中精品社团有5个,社团面向初

一、初二、高一、高二的全体学生,“如今孩子们不仅有良好的学习条件,还有很多社团可以培养兴趣爱好。你看看我们社团的教室、设备多好。”

孩子们的进步让家长十分欣慰。不少家长表示,参加社团活动后,原本内向的孩子变得活泼开朗。家长的认可和支持也让老师们更有动力,拉萨江苏实验中学每周三的第三、第四节课为社团课,社团老师均为本校教师,大家利用休息时间,带领孩子们开拓眼界、培养兴趣爱好。

有人说,无论黄昏把树的影子拉得多长,它总是和根连在一起。而无论学生们走得有多远,他们的心总是和“刘爸”连在一起。采访当日,拉萨江苏实验中学2020届毕业生、22岁的西热伟色刚好也来到艺术社。“6月份我就大学毕业了,最近压力挺大的,所以今天回来母校,看看老师,也看看学弟学妹们练舞,放松一下。当初加入社团,让我的学生时代过得很阳光自信,我对刘爸、对这里都有感情。”西热伟色说。

“我们跳下《我们的幸福时代》吧!”音乐响起,坐在一旁的西热伟色仿佛回到了自己的中学时代,“我是第一届跳这个节目的学生之一,当时还参加了拉萨市首届教师节活动,真是满满的回忆啊。”社团教室中间,学生们跳着舞,脸上洋溢着自信、阳光的笑容,让人不禁感叹这就是青春的模样。

中国邮政集团有限公司日喀则市分公司2024年网点形象改造项目-日喀则段 公开竞争性磋商公告

项目概况

中国邮政集团有限公司日喀则市分公司2024年网点形象改造项目-日喀则段的潜在供应商应在天之瓴建设股份有限公司(拉萨市城关区纳金东路东城金座2栋1单元13楼)获取采购文件,并于2024年5月24日10点00分(北京时间)前递交响应文件。

一、项目基本情况

项目名称:中国邮政集团有限公司日喀则市分公司2024年网点形象改造项目-日喀则段

项目编号: XZ-TZL-2024013

采购方式: 公开竞争性磋商

最高限价(含税): 673856.37 元(大写:陆拾柒万叁仟捌佰伍拾陆元叁角柒分)

采购内容: 该项目需对日喀则范围内14个邮政营业网点形象改造,其中日喀则市3个、桑珠孜区9个、康马县2个。改造范围为:网点店招、营业时间牌、营业厅墙面、卷帘门、柜台、背景墙等进行改造。具体内容详见工程量清单。

二、申请人的资格要求:

1、该项目要求供应商具备房屋建筑工程施工或装修资质、有效的安全生产许可证;具备有效的营业执照、税务登记证、组织机构代码证(如企业是“三证合一”的新营业执照,则提供“三证合一”的营业执照即可);能够开具正规的增值税专用发票;

征信平台无不良信息记录;无欠薪信访等不良记录;区外企业需具备有效的在藏备案证明。

2、与邮政无投资关系且存在以下情况的,不得参加该项目的投标:邮政领导人员及其亲属和其他特定关系人、邮政员工持股(限非上市公司),以个人身份(组织委派的除外)担任法人、董事长、总经理、监事的企业,以及邮政所属工会或员工集体出资成立的企业。

3、供应商需具有良好的社会声誉,并具有一定的规模,在信用中国、裁判文书、中国执行信息公开网等征信平台无诉讼、被执行及不良信息记录;近五年承接过的项目无转包及欠薪信访等不良记录,无围标、串标、转包、违法分包等违法行为。

4、供应商未被中国邮政企业列入采购供应商黑名单管理准入限制范围。

三、获取采购文件

时间: 2024年5月11日至2024年5月16日(磋商文件的发售期限自开始之日起不得少于5个工作日),每天9:30至18:30,(北京时间,法定节假日除外)

方式: 通过网络方式报名,需将报名材料打印后加盖公章,扫描成一个PDF文件发送至邮箱 tj915836971@qq.com。(备注:报名资料审核通过之后,报名成功最终以缴纳报名费、填写报名表为准)。

报名资料: (1)投标人报名需满足上述“二、申请人的资格要求”,并提供法定代表人身份证复印件及委托代理人的

身份证原件及委托书原件以及公司营业执照、资质证书复印件盖章。

(2)以上资料在报名时需提供逐页加盖单位公章原件一份。符合上述要求的供应商,报名资料由招标代理机构留存。未按照要求提供资料不予报名。不允许提供虚假材料,一经核实将追究法律责任(提供承诺函)。

售价: 850元/份,售后不退。

四、响应文件提交和开启

截止时间: 2024年5月24日10点00分(北京时间)

地点: 天之瓴建设股份有限公司(拉萨市城关区纳金东路东城金座2栋1单元13楼)。

五、其他补充事宜

本项目公告将在《西藏商报》、《中国邮政集团有限公司官网》上同时进行发布。

六、凡对本次采购提出询问,请按以下方式联系。

采购人信息

名称: 中国邮政集团有限公司日喀则市分公司

地址: 日喀则市山东路31号

联系人: 龚女士 19899506806

采购代理机构信息

名称: 天之瓴建设股份有限公司

地址: 拉萨市城关区纳金东路东城金座2栋1单元13楼

联系方式: 王先生 18908989926