



拉萨北京实验中学。



北京援藏指挥部文化长廊。



拉萨北京实验中学学生正在上课。



学生正在校园内的凉亭里读书。



京拉搭建连心桥 教育援藏结硕果

记者手记

北京教育援藏助力优质资源落地生根

情深似海越千山，京拉携手跨万里。自1994年中央第三次西藏工作座谈会召开，全国对口支援西藏的宏伟蓝图铺展，北京市与拉萨市结下不解之缘，承担起对口援助的重任。

30年来，北京市精心选派了十批共计1280余名援藏干部人才，他们满怀热忱地踏上雪域高原，与当地各族干部群众并肩作战，为西藏的繁荣与发展贡献智慧与力量。北京市至今已累计派遣299名干部教师踏上雪域高原，他们不仅带来了北京教育的先进理念与优质资源，更以党建为引领，将“首都标准”深深扎根于拉萨教育土壤之中。通过不断深化教育援藏机制，探索创新合作模式，北京教育援藏团队在推动智力援藏、提升教学质量与管理水平等方面作出了卓越贡献，为拉萨乃至西藏教育事业的高质量发展注入了强劲动力。

北京市第八批、第九批、第十批援藏干部，拉萨北京实验中学校长梁新表示：“我们肩负着首都的使命与标准，致力于发挥示范带头作用，汇聚首都的智慧与力量，推动学校在教学实践中，援藏教师们积极将北京的成功经验与拉萨实际相结合，创新性地开发了涵盖科技研学、劳动教育等在内的50余门特色课程，为学生提供了丰富多彩的学习体验与个性化成长路径。拉萨北京实验中

校2014年，北京市率先以“成建制”教育援藏模式，向拉萨北京实验中学选派了第一批52名援藏教师，开创了“组团式”教育援藏的先河。10年来，北京市共有299名干部教师进藏支教。他们坚持党建引领，秉承首善标准，紧密对接当地教育需求，带来了北京教育的精神与前沿视野，为西藏教育事业的蓬勃发展注入了强大而持久的生命力。

文/记者 张雪芳 德吉曲珍
图/记者 郑常容



拉萨北京实验中学学生接受采访。

深耕“首都标准” 共绘优质教育新蓝图

自2014年起，拉萨北京实验中学作为“成建制”教育援藏模式的标志性成果，以25亿元的巨额投资，正式开启了新时代教育援藏的新篇章。

10年来，学校见证了教育援藏的深远影响，共迎来6批206人次援藏干部教师的无私奉献，其办学业绩斐然，中考成绩屡创新高。2015年至2024年，高中部录取分数线从380分提升到701分，翻了近一倍；本科升学率从2015年的4.55%攀升至今年的97.53%，重本率从97.4%提升至81.59%。这一系列耀眼的数据，无不彰显着教育援藏的显著成效。

北京市第八批、第九批、第十批援藏干部，拉萨北京实验中学校长梁新表示：“我们肩负着首都的使命与标准，致力于发挥示范带头作用，汇聚首都的智慧与力量，推动学校在教学实践中，援藏教师们积极将北京的成功经验与拉萨实际相结合，创新性地开发了涵盖科技研学、劳动教育等在内的50余门特色课程，为学生提供了丰富多彩的学习体验与个性化成长路径。拉萨北京实验中

京实验中学打造成为西藏教育的一张闪亮名片，为促进民族团结，铸牢中华民族共同体意识、助力边疆地区教育振兴贡献力量。”

十年树木，百年树人。北京市至今已累计派遣299名干部教师踏上雪域高原，他们不仅带来了北京教育的先进理念与优质资源，更以党建为引领，将“首都标准”深深扎根于拉萨教育土壤之中。通过不断深化教育援藏机制，探索创新合作模式，北京教育援藏团队在推动智力援藏、提升教学质量与管理水平等方面作出了卓越贡献，为拉萨乃至西藏教育事业的高质量发展注入了强劲动力。

在教学实践中，援藏教师们积极将北京的成功经验与拉萨实际相结合，创新性地开发了涵盖科技研学、劳动教育等在内的50余门特色课程，为学生提供了丰富多彩的学习体验与个性化成长路径。拉萨北京实验中

构建“交融新平台” 深化京藏学子深度交流

步入拉萨北京实验中学，一股现代化的教育气息扑面而来。学校内先进的教学设施错落有致，宽敞明亮的教室、前沿的教学教研设备以及丰富的图书资源，共同构筑了一个优质的学习环境，为学生们的成长保驾护航。

“交融式集团化访学”作为京藏教育合作的新模式，正逐步展现其独特魅力。

今年4月，拉萨北京实验中学的30名学生踏入北京师范大学燕化附属中学校园，开启了两个半月的访学之旅。从课堂内的知识汲取到课堂外的实践探索，从天安门、长城的壮丽风光到房山地质博物馆的奇妙之旅，学生们在深度交融中加深了彼此的了解，结下了深厚的友谊。

文化艺术也是连接京藏两地青少年的重要桥梁。

今年6月，在国家大剧院举办的2024“美育芳草”青少年艺术节民族舞蹈专场演出中，近400名来自京藏两地的青少年同台竞技，用优美的舞姿诠释了民族文化的魅

力，促进了艺术交流，增进了彼此之间的了解和友谊。拉萨北京实验中学的次仁国杰与扎西曲珍便是其中的参与者，他们不仅在北京的舞台上大放异彩，更在首都的研学之旅中收获了知识、友谊。

“交融式集团化访学”作为京藏教育合作的新模式，正逐步展现其独特魅力。

今年8月中旬，由拉萨市委市政府、北京援藏指挥部主办的“京藏同心见字如面”雅鹰主题建言推进大会暨“京藏雅鹰论坛”在拉萨北京实验中学举办，该活动已促成拉萨北京实验中学和北京多所学校结成2000多对“笔友”，以书信为媒介，搭建起了一座座沟通心灵的桥梁。

周晓宇介绍，北京教育援藏团队根据不同学段、不同学生的需求，精心策划了一系列交流活动。从短期的一个月访学到长期的一学期访学，从同上一堂课到共同参与社会实践活动，从书信交友到线上国学诵读，全方位、多角度地促进了两地学生之间的交流与融合，为他们的成长之路铺设了坚实的基石。

创新教学模式 共筑协同发展新篇章

在北京市委、北京援藏指挥部与拉萨市教育局的关心支持下，拉萨北京实验中学携手进入北京市顺义区牛栏山一中实验学校、北京市赵登禹学校及北京第五实验学校，于今年5月共同开启了“双师课堂”这一教学模式的崭新篇章，标志着首都教育援藏工作踏上了转型升级的快车道。这一创新举措，通过“一网同研”“一网同学”的线上平台，实现了优质教育资源的远程即时互动与共享，为京拉两地学生搭建了前所未有的学习交流桥梁。

在初二6班的课堂上，一堂生动有趣的《风味米酒的味道我做主》课程跨越千山万水，两地学生同屏互动，共同探索、实践，不仅激发了学习热情，更展现了跨地域学习的无限魅力与显著成效。

近年来，北京援建项目在网络技术领域的持续投入，为京藏“云端共学”课堂的实现提供了强有力的支持。这种创新的教学模式，不仅打破了地域界限，促进了教育资源的均衡分配，更在文化的深度交融中，为两

地学子打开了一扇通往广阔世界的大门。

周晓宇指出，“双师课堂”作为京藏教育合作的重要载体，正以其独特的魅力与成效，引领着教育援藏的新风尚。在这一模式下，两地教师携手并进，共同规划课程内容，联合开展教学活动，实现了教学智慧的碰撞与融合。学生们在双师的引导下，享受着来自不同地域的多元教学风格与特色，同时在互动交流中拓宽了视野，增进了对彼此文化的理解和尊重。

据统计，自“京藏优质教育资源远程互动教学项目”实施以来，已累计开展近200次远程授课和双师课堂活动，并向拉萨师生开放了98万个北京空中课堂资源账号，为线上教学的高质量发展注入了强劲动力。未来，“双师课堂”将继续作为京藏教育合作的闪亮名片，不断推动教育资源的均衡发展与文化的深度融合，为培养具有国际视野、跨文化交流能力的优秀人才贡献智慧与力量。

北京市第十批援藏干部，拉萨市教育局党组成员、副局长周晓宇：

打造一支“带不走”的教师队伍

在深化教育创新、强化教学质量、引领师生共同成长的征途中，北京市自2014年起便勇立潮头，率先启动了“成建制”选派援藏教师的创举，开辟了“组团式”教育援藏的先河。十年风雨兼程，299名教育界的佼佼者跨越千山万水，将知识的种子播撒在雪域高原，用无私的奉献和卓越的智慧，为西藏的教育事业注入了蓬勃的生机与活力。

周晓宇表示，北京市始终致力于将援助模式推向新的高度，这不仅是对传统援助方式的优化与升级，更是通过深化合作、创新引领，为西藏教育事业注入更为持久、更为强大的动力。

周晓宇表示，北京市将继续秉持开放合作、创新引领的核心理念，不断推动教育援藏向更高层次发展。通过进一步加强与西藏的教育合作，加大教师队伍建设和支持力度，努力打造一支能够长期扎根西藏、服务西藏教育事业的“带不走”的教师队伍。同时，北京市也将积极探索更多元化、更高效的援助方式，为西藏教育事业的发展贡献更多的智慧与力量，共同书写教育援藏的新篇章。

北京市第九批“组团式”援藏教师、北京市东城区分司厅小学教师孟昭夏：

让每一个孩子在公平的教育环境中成长

“援藏期间，我看到拉萨的教育水平与外界相比还有很大的差距，所以我珍惜每一次授课的机会，注重深度教学，让孩子们享受北京最先进的教育资源，让他们真正喜欢学习。这是我一直坚持的理念。”谈及自己的援藏经历，孟昭夏很是感慨。

然而给藏文班教数学时，孟昭夏发现，藏文班的孩子要先学习藏文，再学语文，剩下的精力才能分出来给数学。为此，她想出各种办法提升孩子们学习数学的兴趣，引入北京先进的教育理念和教学方式，让孩子们享受北京优质的教育资源，帮助学生实现高效学习。

2021年8月，北京市东城区分司厅小学教师孟昭夏响应北京市第九批“组团式”教育援藏号召，主动申请进藏工作，对口支援拉萨市实验小学。对于初来乍到的孟昭夏来说，高原反应如影随形，然而，她凭借着对教育事业的无限热爱和执着信念，硬是将身体的不适抛诸脑后，全身心地投入到教学工作中。

到达拉萨后的第三天，孟昭夏开始投入到拉萨市实验小学数学教学工作中，担任了年级数学教研组长，承担两个班的数学教学任务和一个班的班主任工作。经过一段时间的了解和观察，孟昭夏发现拉萨的教育水平与北京相比还有很大的差距。学生们的基础知识薄弱，学校的资源匮乏，这给她的教学工作带来了很大的困难。

作为援藏教师，要想在短时间内提高孩子们的学业成绩，孟昭夏需要调整教学策略，制定适合学生的教学计划，帮助他们提高学业成绩，提升整体教育水平。这需要孟昭夏不断学习和提升自身的教学能力。于是，她主动向孩子们敞开心扉，打开彼此之间了解的大门，向藏族老师请教了解学生的习

