



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

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启幕，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。在完善基础设施、智力支援、产业发展、保障和改善民生、交往交流交融、文化教育支援等领域，累计投入援藏资金近70亿元，实施援藏项目800余个，这些项目80%都属于基层民生领域，为拉萨的经济社会全面发展奠定了坚实基础，书写了援藏工作的辉煌篇章。

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髓与前沿视野，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

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，中高考成绩屡创新高。2015年到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41.55%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，推动学校管理水平与教学质量双提升，努力将拉萨北

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。

梁新，作为一位来自首都经济贸易大学附属中学的资深援藏教育工作者，已在拉萨北京实验中学默默耕耘了六个春秋。他满怀深情地说：“我两度延长援藏工作，只为亲眼见证学校从硬件基础设施的飞跃到教学质量稳步提升，再到最终实现从‘输血’到‘造血’的华丽转身。这一愿望，正逐步成为现实。”

为深化京藏两地教育交流，拉萨北京实验中学特别设立了“京藏宏志班”，投入援藏资金50万元用于师资、教学资源 and 课程体系建设，并提供生活补贴。截至目前，该计划已扩展至6个年级，累计资助学生超过700名，八年间援藏资金投入近1600万元。旦增德曲，一名“京藏宏志班”的优秀学生，在

创新教学模式 共筑协同发展新篇章

在北京市教委、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。

在“5·25”心理健康日之际，两地学生围绕“主观幸福感”这一主题，开展了一系列别开生面的互动活动，如“你笑起来真好看”的欢笑传

递、“你比我猜”的默契考验，以及“绘制幸福之书”的心灵创作。这些活动不仅让学生在游戏中感受幸福，更在共同诵读《绘制幸福》中深刻领悟幸福的真谛，进一步加深了京藏两地青少年之间的情感纽带与心灵共鸣。

在语文的浩瀚星空中，马满雅老师以《在长江源头格拉萨》为引，带领拉萨北京实验中学的学生与北京第五实验学校的师生共赴一场文学之旅。通过游记阅读与写作的深度融合教学，不仅提升了学生的文学鉴赏与创作能力，更在两地师生间搭建了一座心灵的桥梁，让文化的深度交流与理解。

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，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。

学教师、北京市第十批援藏教师马满雅自豪地分享道：“我们不断完善课程体系，我结合个人专长，引入了科技创新与传统文化特色课程，特别是国画入门课，深受学生喜爱，成为校园文化的亮点之一。”

北京市第十批援藏干部，拉萨市教育局党组成员、副局长周晓宇指出，北京教育援藏团队始终围绕“培养什么人、怎样培养人、为谁培养人”这一教育的根本问题，依托北京丰富的教育资源与拉萨的特殊地位，率先在全区构建起大中小学思政教育一体化建设体系。“为确保教育援藏成果的长远影响，团队通过多种形式，如课题研究、专题讲座、联合教研、师徒结对等，积极发挥援藏教师的传帮带作用，累计培训拉萨本地教师超过4000人次，为西藏教育事业的可持续发展培养了一大批优秀人才，奠定了坚实的人才基础。”周晓宇说。

周晓宇表示，北京市始终致力于将援助模式的优化与升级，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。

深化合作，是京藏教育援藏的核心策略。两地教育部门及学校之间建立了紧密而务实的合作关系，通过“集团化访学计划”等创新项目的实施，实现了教育资源的深度共享与互补，促进了教育理念的深入交流与碰撞。这种深度的合作机制，不仅显著提升了拉萨市的教育教学质量，也为北京市的教

育，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便是其中的参与者，他们不仅在北京市的舞台上大放异彩，更在首都的研学之旅中收获了知识、友谊。

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”雄鹰主题建言推进大会暨“京藏雄鹰论坛”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。

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。

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，打开彼此间了解的大门，向藏族老师请教了解学生的习

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，不断推动教育援助向更高层次发展。通过进一步加强与西藏的教育合作，加大教师队伍建设和学生全面发展的支持力度，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。

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，不断推动教育援助向更高层次发展。通过进一步加强与西藏的教育合作，加大教师队伍建设和学生全面发展的支持力度，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、北京市东城区分局厅小学教师孟昭夏：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区外相比还有很大的差距，所以我很珍惜每一次听课的机会，注重深度学习，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。

2021年8月，北京市东城区分局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教学工作中，担任了年级教学教研组长，承担两个班的数学教学任务和一个班的班主任的工作。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，打开彼此间了解的大门，向藏族老师请教了解学生的习

性 and 教学特色。“不到两周，我记住了所有藏族学生的名字，对孩子们有了初步的了解。”孟昭夏告诉记者。

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。

孟昭夏认为，作为一名教师，最大的幸福莫过于看到孩子们发自内心的喜欢这门课并且用心去学习的态度。正是这份对教育事业的执着追求和无悔奉献，让孟昭夏成为孩子们心中“北京”的老师。

时间转瞬即逝，孟昭夏结束了援藏使命。离别时，她遗憾没能继续留在拉萨教书育人。回到北京后，孟昭夏经常主动跟拉萨的同事分享北京先进的教育资源，积极组织京藏两地学生线上交流。谈及未来期望，孟昭夏认为，教育是改变命运的关键，是实现社会公平的重要途径。她表示，希望未来能有更多的机会，让更多的教育资源惠及西藏，提升当地孩子的核心素养，推动科学教育，助力当地教育事业的发展，缩小与区外的教育差距。

孟昭夏说道：“让更多的北京优质教育资源汇聚拉萨，让每一个孩子都能在公平的教育环境中茁壮成长，这是我们每一个教育工作者者的责任和使命。”

记者手记

北京路见证了拉萨古城的变迁；宗角禄康公园现已成为拉萨市民休闲娱乐重要场所和游客的打卡地；连心桥极大地方便了群众出行；拉萨群众文化体育中心被当地群众亲切称为“小鸟巢”；当雄北京自来水厂解决了县城1万多名老百姓的“吃水难”问题；堆龙庆庆区由北京援建的34所幼儿园，将民族团结的种子播撒在当地孩子们心中……30年来，由北京援建的143项城市基础设施项目，遍布拉萨的大街小巷，时刻服务着各族人民群众，成为京拉人民心连心的见证。

一条路、十批人，他们已然走过30年。人民教师来了，种下了希望的种子。挥洒汗水30年，桃李满天下。白衣天使来了，呵护百姓健康。挥洒汗水30年，筑牢百姓健康基石。工程建设者来了，扎根高原热土。探寻让拉萨发展的每一个可能。和当地群众手牵手、心连心，苦干30年……

30年来，北京市援藏干部人才一茬接着一茬干。拉萨发展、富民兴藏是京拉两地共同奋斗的目标，相信每一批援藏队伍、每一名援藏干部人才都会不辱使命，继续弘扬“老西藏”精神和援藏精神，用心、用情、用力，为拉萨长治久安和高质量发展接续奋斗！

