
雷嘉欣正在为学生上思政课。

实现零的突破 眉山『95后』思政老师讲述『五星』蜀锦背后的故事斩获全国一等奖

10月28日至30日，由国家民委主办、教育部协办的高校铸牢中华民族共同体意识教学交流展示活动在内蒙古举行。来自眉山职业技术学院马克思主义学院的教师雷嘉欣以“经纬交织 锦绣中华——以‘五星’蜀锦看秦汉时期文化融汇”为题制作的课程设计，荣获高职组一等奖，实现了自该项赛事创办以来，四川省本专科赛道一等奖“零的突破”。

11月4日，华西都市报、封面新闻记者在眉山职业技术学院见到了雷嘉欣，回想起当时比赛的场景，她依旧觉得“不可思议”，“紧张、刺激，完全没有想到自己能拿一等奖。”

改了15版才定稿 最终以91.8分斩获一等奖

“参加这场比赛，可以说是极限操作。”雷嘉欣说，今年4月和6月，她分别报名参加四川省2026年铸牢中华民族共同体意识教育“金课”建设活动（下文简称“省赛”）和国家民委高校铸牢中华民族共同体意识教学交流展示活动（下文简称“国赛”），“本来两个比赛都想用同一个题，但是省赛时我的表现并没有想象中那么好，所以国赛的时候，经过学校、团队和专家共同商量，我们决定推翻省赛已有的教学框架和结构，重新设计教学课程。”

那时已是9月底，离国赛开赛只有一个月的时间。“经过很久的协商，我和团队最终选择从‘五星出东方利中国’蜀锦切入，想通过文化层面来分析秦汉时期中原和边疆文化的融汇共生。”雷嘉欣说。

选择该主题的原因，一是这块蜀锦由四川织造、新疆出土，体现了地域间的交流往来；二是因为这块蜀锦上的文字和制造技艺来源于中原地区，花纹则结合了当时西域的文化特点，体现了儒家“天下一家”的思想，“这些都是中华民族共同体形成过程中各民族交往交流交融的历史见证，也为今天铸牢中华民族共同体意识提供了深厚的文化根基和实物依据。”雷嘉欣说。

时间紧、任务重，整体课程的框架完全变了样。“过程很痛苦，自己的稿子反复被推翻，两天就要改一版稿子，最终改了15版才定稿。”比赛前，雷嘉欣还专门把课程内容给同学们试讲了一遍，“大部分同学的反响还不错，也给了我一些信心。”

10月29日，雷嘉欣走上赛场，和来自全国的20位思政老师同场竞技。“肯定很紧张，我甚至和另一位老师撞了题，但是大家思路不一样。”最终，雷嘉欣以总分91.8分的成绩荣获高职组一等奖。

网名“三个铜板” 同行评价：爱学习、舍得钻研

从内蒙古回来后，雷嘉欣又投入了紧张的教学工作中。

这个出生于1995年的年轻人，已经有了6年的教学经验。2020年入职时，她将自己的网名改为“三个铜板”——1935年2月红军长征经过四川叙永石厢子乡，暂住当地村民肖有恩家。临走时，红军首长给他留下三个铜板以表感谢，之后，肖有恩将三个铜板藏在家里的木柱中，这一藏，便是79年。

“这可能是个‘小众’的长征故事，但是我觉得很能体现信仰的力量。对于一个思政老师来说，拥有并传递这种信仰，是很重要的。”雷嘉欣说。

回顾这次比赛，雷嘉欣说自己学到了很多。“首先是团队协作的力量，其次是专业老师的角度，还有比赛时大家新颖的选题。”在她看来，这场比赛不仅是专业知识的比拼，更是一次教学思路、教学风格的学习过程。

在眉山职业技术学院马克思主义学院党总支副书记、副院长熊祥梅的眼里，雷嘉欣是一位专业能力强、爱学习、舍得花心思去钻研的老师。“她获得这个好成绩，极大鼓舞了我们年轻的老师。”

调整教学思路 让思政课“抬头率”更高

“上课越来越难”是雷嘉欣这几年教学下来最大的感触。“并不是教学内容变难了，而是现在的学生思想更新太快了。”雷嘉欣说。

“以前我们可能说三年一代沟，现在是一年一代沟。”雷嘉欣举例，为了提高学生的课程参与度，多方面了解学生的所思所想，许多时候老师们要花很多时间了解学生的兴趣点，但学生接受新鲜事物速度快，常常让老师们赶不上“热点”。

“所以我们开展各种调研，根据学生们的兴趣点，开展了许多实践课程，带着他们走进三苏祠、永丰村、泡菜城等地方，在生活中潜移默化地影响他们。”雷嘉欣说。同时，学校还组织“三下乡”等社团活动，让同学们深入田间地头，调研省情、市情，感受思政课的意义和魅力。

除此以外，眉山职业技术学院还构建了“知信笃行”思政育人实践体系，针对学生的实际情况来调整教学思路。“例如健身专业的同学，我们会以‘健康中国’为主题进行课程设计；农学专业的同学，我们可能会加入更多关于‘三农’发展的背景。通过这些方式提高他们的‘抬头率’，让他们真正能感受到思政课与他们息息相关。”雷嘉欣说。

华西都市报-封面新闻记者 罗石芊 雷嘉欣供图

我国首个中海拔高原病防治基地在茂县启用

华西都市报讯（记者 王祥龙）11月4日，四川省高原病防治基地（以下简称“基地”）在阿坝州茂县正式揭牌启用。

作为四川省2026年省级民生实事的重点项目，基地总建筑面积4.3万平方米，与茂县人民医院现有资源形成“一院两区”发展格局，提供“预防—治疗—康复”全周期健康服务。基地将为阿坝州近90万群众提供高原病及高原相关疾病的诊疗服务，惠及川西高原乃至整个西部地区的各族群众。

位于中海拔地带的茂县海拔约1580米，是连接高海拔与低海拔地区的天然“健康缓冲带”。据悉，作为我国首个中海拔高原病防治基地，该基地的启用标志着阿坝高原医疗卫生服务体系迈入了专业化、规范化、现代化发展新阶段，有效优化了阿坝州医疗卫生机构功能定位与结构布局，弥补了高原病预防难、救治更难的现实短板。

知冷暖

成都市区天气情况

今日 15-21℃ 多云转小雨 偏北风1-2级

明日 14-19℃ 小雨 偏北风1-2级

省内主要城市今明两日天气

马尔康	晴转多云	0-20℃	小雨	1-19℃
康定	多云	2-15℃	多云转小雨	1-18℃
西昌	晴	13-26℃	晴转小雨	13-27℃
攀枝花	晴	16-30℃	晴	16-29℃
广元	多云转小雨	13-21℃	小雨	11-17℃
绵阳	多云转阴	15-21℃	小雨	13-18℃
遂宁	多云转小雨	16-20℃	阴转小雨	13-19℃
德阳	多云转阴	14-21℃	小雨	11-17℃
雅安	多云转小雨	15-21℃	小雨转中雨	12-19℃
乐山	多云转小雨	16-21℃	小雨	15-19℃
眉山	多云转小雨	15-22℃	小雨	14-19℃
资阳	多云转阴	16-21℃	小雨	13-19℃
内江	多云转小雨	16-21℃	阴转小雨	13-19℃
自贡	多云转小雨	17-21℃	阴转小雨	14-19℃
宜宾	多云转小雨	16-21℃	小雨	13-19℃
泸州	多云转小雨	17-20℃	小雨	13-19℃
南充	多云转小雨	15-21℃	阴转小雨	13-19℃
广安	多云转小雨	15-21℃	小雨	14-18℃
巴中	多云转小雨	14-21℃	小雨转阴	12-17℃
达州	多云转小雨	15-21℃	小雨	14-18℃

同呼吸

5日空气质量

成都（17时）
AQI指数 76 空气质量：良

6日空气质量预报

成都主城区
AQI指数 22—52
空气质量等级：优或良
成都平原部分城市为优或良；
川南部分及川东北部分城市为优或良；
盆地其余城市为优或良；
攀西地区和川西高原大部城市为优或良；
全省首要污染物以PM2.5为主。
（数据来源：各地生态环境部门官网）

体彩

中国体育彩票11月5日开奖结果

排列3第26295期全国销售42875300元。开奖号码：291。直选全国中奖10961（四川621）注，单注奖金1040元；组选6全国中奖46739（四川1659）注，单注奖金173元。76291677.83元奖金滚入下期奖池。

排列5第26295期全国销售21846570元。开奖号码：29129。一等奖617注，单注奖金35053元。0元奖金滚入下期奖池。

足球胜平负第26158期全国销售16524740元。开奖号码：11330300031303，一等奖全国中奖14（四川0）注，二等奖全国中奖458（四川15）注。

胜平负任选9场第26158期全国销售13050408元。开奖号码：11330300031303，全国中奖2922（四川164）注。

足球6场半全场胜平负第26221期全国销售364606元。开奖号码：011313001300，全国中奖2（四川0）注。

足球4场进球第26228期全国销售2370856元。开奖号码：33211323，全国中奖30（四川1）注。

本期兑奖截止日为2027年1月4日，逾期作弃奖处理。