

●正青春

从“毕业季冲刺”到“全学程赋能”

精细指导让大学生早规划早就业

□本报记者 刘志贤

登录面试平台——选择面试模板——面试官提问——面试作答……一份完整的面试报告生成了。

“通过AI面试实验室进行日常‘练习’，同学们的面试成功率明显提高了。”指尖轻点，扫码进入“AI求职实验室”，内蒙古工业大学化工学院准毕业生张伟浩就得到了一份求职简历的诊断，并参加了一场与HR一问一答的实景式面试，AI面试官给出的改进意见让他受益颇多。

在内蒙古工业大学，AI化身为护航学子的“职业生涯导师”，在对学生简历进行智能AI算法优化的基础上进行一对一指导。目前，该校招生就业处推出的“AI简实验室+AI面试实验室+一对一咨询指导”服务，已惠及7000余名学生。

当前，高校毕业生“缓就业”“慢就业”的趋势明显，就业结构性矛盾逐渐突出，大学生就业工作面临深刻变革。内蒙古各高校在自治区教育厅的指导下，着力扭转传

统的就业指导模式，加快构建毕业生高质量就业服务体系。

内蒙古师范大学构建起数据驱动的人才培养供需配机制，依托内蒙古大学生就业服务平台校级平台搭建基础数据库，聚焦师范办学特色，联合教育厅、重点中小学及地方企业收集人才需求数据，初步建成“大学生数智化成长规划管理驾驶舱”，开展供需适配分析。“目前，我们已形成2025届毕业生就业与专业适配度报告，为2026部分师范专业招生计划适应性调整提供可靠数据支撑。”内蒙古师范大学招生就业处处长许琳说。

“为了提升大学生职业规划能力，我们开展丰富多彩的就业育人教育，开展就业指导专题巡回讲座、就业创业大讲堂、政策性岗位公益培训班、大学生创业公益培训班、HR进校园活动月、就业先进典型宣讲活动等就业指导。”内蒙古农业大学招生就业处副处长张卫中介绍，“在系列就业课程

的带动下，学生不断树立科学的职业观、就业观，自我定位更加精准，对于职业路径的规划更加明确。”

不仅在生涯教育与就业指导下苦功，更在“以赛促就”上找突破。自11月初内蒙古自治区第五届大学生职业规划大赛启动以来，全区各高校纷纷掀起校级初赛的序幕。内蒙古工业大学招生就业处处长于立群说：“我们要求各学院开展院级比赛，把优秀的种子选手推送到校级比赛中来，这样做的目的就是动员更多的学生参与到这次比赛中来，目前来看学生参与度能达到百分之五六，比往届参与度都要高。”

包头职业学院则将大赛与专业紧密结合，与地方产业深度融合，引导学生聚焦龙头企业的人才、新能源、装备制造等主导产业和战略性新兴产业进行职业规划。“这样的职业规划不再是空中楼阁，而是扎根本土经济社会发展的沃土，充分展现职教学子服务地方的使命与担当。”包头职业学院招

生就业处处长孙艳红介绍。

近年来，自治区以职业规划大赛、视频简历大赛等为抓手，着力提升大学生就业能力。同时，各高校不断强化就业指导体系建设，结合学科专业特点和职业发展，逐步构建层次递进、有机衔接、科学合理的生涯教育与就业指导课程体系和指导服务体系；将就业教育贯穿入学教育，在校学习、实习实践和毕业教育全过程，与思想政治教育、专业教育深度融合，构建“课程+思政+就业”三位一体就业指导教育体系；加强思想引导，开展“永远跟党走、到祖国需要的地方去”等活动，引导大学生牢固树立正确就业观和择业观。

“就业指导已不再是毕业季的‘临时抱佛脚’，而是贯穿大学全阶段的成长指南。这种精细化的指导使大学生能够在知识积累、能力培养和职业选择间形成动态平衡，最终实现高质量就业与个人发展的同频共振。”内蒙古自治区高校学生就业创业服务中心相关负责人说。

●何以青春

搭建文化科普桥
当草原故事遇到XR科技

□本报记者 于欣莉

当XR技术构建的火星基地敞开大门，当草原公路上的欢笑与成长徐徐展开，当科普故事在方寸屏幕间传递真知，内蒙古的影视作品正以多元形态，为青少年搭建起了了解内蒙古的桥梁。近年来，《火星使命》《99号公路》《你好，赛先生》等一批精品力作，将科技赋能、文旅融合与科普传播融入创作，让青少年在沉浸式体验中读懂内蒙古的自然之美、文化之韵与科学之力。

XR影片《火星使命》的横空出世，为青少年打开了科技与想象交织的大门。这部斩获金鸡奖“年度最佳技术创新奖”的作品，以未来火星探索为背景，让观众化身太空科考队员，在完成紧急任务的过程中感受宇宙探索的豪情。这部影片由蒙陕企业联合打造，依托自研引擎实现超大场景还原，打破了传统观影的时空限制，让青少年在虚实交织的体验中，领略到前沿科技的魅力。影片覆盖全国近160座城市、360余家线下门店的广泛布局，更让内蒙古影视的科技实力触达各地青少年，激发他们对科学探索的无限向往。

聚焦草原文旅的微短剧《99号公路》，以轻喜剧的灵动笔触，勾勒出内蒙古的自然与人文画卷。作为国家广电总局“跟着微短剧去旅行”创作计划入选作品，该剧以24集、单集8分钟的精炼体量，讲述了南方青年林凡在西乌珠穆沁草原的蜕变之旅，是一个温暖励志成长故事。主人公林凡被自然与文化治愈的历程，传递着积极面对困境的价值观，对青少年有重要的教育意义。此外，剧中不仅展现了“中国最美草原公路”的四季风光，也将乌珠穆沁白马文化、搏克竞技、非遗驿站等特色元素自然融入，让青少年在追剧过程中沉浸式感受游牧文化的独特魅力，并理解草原生态保护与文化传承的重要意义。

科普微短剧《你好，赛先生》以轻量化叙事，为青少年解锁了科学传播的新方式。这部登陆央视频的作品，每集2至3分钟的时长精准匹配碎片化收视习惯，通过父子身份互换的爆笑剧情，让科学知识变得生动易懂。该剧依托内蒙古科技馆优质展教资源，通过趣味性方式，将科学精神与大众审美深度融合，让青少年在轻松追剧的同时，激发求知欲与探索欲，感受科学与文化融合的独特魅力。

“从XR技术的前沿探索到草原文旅的生动呈现，再到科普知识的趣味传播，内蒙古的影视作品始终以观众需求为导向，将内蒙古文化的多元魅力融入不同题材创作。这些作品不仅实现了艺术表达与技术应用的双向突破，更通过‘科技+影视+文化’的融合模式，让自然景观、民俗文化、科学精神成为滋养青少年成长的精神养分。”内蒙古电影集团相关负责人介绍，内蒙古影视作品将持续发力，以更丰富的形态、更创新的表达，让内蒙古文化魅力直抵青少年心灵，助力他们在文化浸润中成长为兼具科学素养与文化自信的时代新人。

●速览

安全 营养 惠民
通辽市校园餐提质降价

本报12月4日讯（记者 刘志贤）今年以来，通辽市通过一系列务实举措守护学生“舌尖上的安全”，构建起校园餐管理新格局。

通辽市在全市推广“多方协同、全员参与”的校园餐共治模式，通过推行“学生监督岗、家长轮值”等监督机制，构建“学校自查、教体局督查、家长代表监督”三位一体体系，让家长从“旁观者”变为“参与者”。校园餐采取自主经营和集中采购形式，推动成本瘦身、质量升级，如霍林郭勒市已实现全区域自主经营，大宗食材招标采购可节约成本20%。推动成本下降的同时，餐食质量却在提升，如科左后旗聘请高级公共营养师制定统一菜谱，实行“基础统一和特色补充”的菜品管理模式。

该市还推动校园餐监管从“事后整改”向“事前预防”转变。各地纷纷完善食品安全管理制度，制定陪餐、财务等相关制度，出台食堂安全、伙食费管理等专项文件，从食材采购、储存加工到经费使用、人员管理，构建起全链条制度体系。

京蒙协作传薪火
银龄助教为乡村教育注入新动能

本报12月4日讯（记者 刘志贤）为深入落实京蒙协作“教育倍增计划”，日前，乌兰察布市启动2025—2026学年北京老校长、老教师下乡助教行动，充分挖掘北京退休教师、专家学者的示范引领作用，推动京蒙教育协作向“融铸式”转型升级。

本次下乡助教探索“柔性组团式”帮扶运行机制，旨在打造规范化、高质量、可持续的教育帮扶模式。依托北京教育系统关工委，一批高水平北京老校长、老教师将以凉城县为基点，辐射全市中小学校，通过精准对接需求、系统发展指导、全方位资源共享，切实破解受援学校发展难题，推动学校办学质量与教师专业能力同步提升，进一步搭建起两地教育交流的桥梁，为乌兰察布教育事业发展注入强劲动力。

●聚焦

校地合作点燃青少年科技热情

□本报记者 刘志贤

“一座纸桥最大能承重多少？”在呼和浩特市青少年活动中心举办的科普月系列活动——“小小地质学家：承重纸桥”主题活动中，来自内蒙古师范大学科学技术史研究院的研究生吴靖雯、曹国佳化身科学教师，通过“理论+实践”的创新模式，带领50多位青少年一步步揭开“谜底”。

将两张A4纸分别折成圆形、正方形，再分别在其上加砝码，通过实验证明：“圆形桥墩较方形桥墩受力面积更大，承载能力更强”；用实验棒分别拼接成正方形和三角形，让小学生上手拉拽，最终得出结论：“三角形较正方形更稳固，因此加固桥梁时一般选择三角结构。”有了以上的验证，小学生开始跟着大学生老师分组做纸桥，比试看谁做的纸桥更坚固。

“这堂课太有意思了！没想到结合力学原理设计的这座纸桥，竟然能承重约一瓶矿泉水的质量，可见科学的力量是无穷

的！”六年级学员郑天亮说。

在近期举办的科普月活动中，呼和浩特市青少年活动中心设计了层层递进的四大主题活动：“小小汽车工程师·橡筋动力小车”活动以动力溯源为切入点，通过动画演示与实操竞赛，让孩子们在组装与比拼中掌握弹性势能知识；“水力觉醒·探秘液压机械手DIY”等趣味形式，让“以小博大”的科学原理深入人心；“小小地质学家·探索地球立体面孔”活动通过等高线演示与黏土创作，让抽象地理概念变得生动具象；

“小小地质学家——承重纸桥”活动通过搭建“大力士纸桥”，让孩子们在承重比拼中直观感受结构力学的魅力。

活动中，青少年们在“做中学、创中悟”，解锁科学奥秘，培养科学思维。“作为校外教育的重要基地，我们一直在探索科技教育的创新路径。本次科普月活动我们以校地合作为抓手，联合内蒙古师范大学科学技术史研究院，同时特邀内蒙古工业大学专业教师提供指导，充分发挥高校科研与师资优势，针对性设计课程模块。青少年活动中心则发挥阵地资源优势，搭建

起集实践、展示、竞技于一体的青少年科技探索平台。”呼和浩特市青少年活动中心副主任李晓东介绍，“这种多学科融合、沉浸式体验的科普形式，有效破解了传统校外教育‘理论脱节实践、资源相对单一’的难题，是一次科学教育的有益尝试。”

内蒙古师范大学科学技术史研究院党委书记那日苏介绍：“2023年我们率先在省级师范院校开设科学教育专业，首批招收了60名学生，主要是面向义务教育阶段科学课程教师的培养。与呼和浩特市青少年活动中心合作，能让我们的本科生和研究生参与到社会科学课程中来，弥补学校实践课程的短板，帮助他们了解真实学情，也能为毕业生积累科学教育经验，同时进一步发挥服务社会的功能。在此过程中，我们还探索高校科研人员介入义务教育阶段科学课程，将科研成果转化化为课程内容，培养青少年科学思维。”



在课堂上与文物“对话”

□本报记者 王磊 摄影报道

日前，内蒙古博物院2025年“行走中的博物馆——文物里的中华美学”《玉器寻幽——玉器工艺之美》主题课程走进呼和浩特市苏虎街实验小学科尔沁校区，让学生们与“玉器美学”来了一场“深度对话”。

课堂上，内蒙古博物院的讲解员通过图文、短视频还原文物历史背景，拆解“选料、切割、雕琢、抛光”的古代制玉工艺，更结合“礼制玉器”的用途，解读“君子比德于玉”背后的文

化内涵。“不是让孩子死记硬背，而是帮他们读懂文物里的审美与精神。”讲解员夏慧说。

2025年秋冬季，内蒙古博物院带着该系列课程陆续走进7所学校，开设12门不同主题课程，涵盖玉器、青铜器、服饰等10个文物类型，充分挖掘内蒙古博物院文物之美。每节课均以“文物解读+二次创作”为核心，让学生在与文物的“对话”中感知中华美学，种下文化自信的种子。



学生在与文物“对话”中感知中华美学。



学生在与文物“对话”中感知中华美学。

●聚焦

校地合作点燃青少年科技热情

□本报记者 刘志贤

“一座纸桥最大能承重多少？”在呼和浩特市青少年活动中心举办的科普月系列活动——“小小地质学家：承重纸桥”主题活动中，来自内蒙古师范大学科学技术史研究院的研究生吴靖雯、曹国佳化身科学教师，通过“理论+实践”的创新模式，带领50多位青少年一步步揭开“谜底”。

将两张A4纸分别折成圆形、正方形，再分别在其上加砝码，通过实验证明：“圆形桥墩较方形桥墩受力面积更大，承载能力更强”；用实验棒分别拼接成正方形和三角形，让小学生上手拉拽，最终得出结论：“三角形较正方形更稳固，因此加固桥梁时一般选择三角结构。”有了以上的验证，小学生开始跟着大学生老师分组做纸桥，比试看谁做的纸桥更坚固。

“这堂课太有意思了！没想到结合力学原理设计的这座纸桥，竟然能承重约一瓶矿泉水的质量，可见科学的力量是无穷

的！”六年级学员郑天亮说。

在近期举办的科普月活动中，呼和浩特市青少年活动中心设计了层层递进的四大主题活动：“小小汽车工程师·橡筋动力小车”活动以动力溯源为切入点，通过动画演示与实操竞赛，让孩子们在组装与比拼中掌握弹性势能知识；“水力觉醒·探秘液压机械手DIY”等趣味形式，让“以小博大”的科学原理深入人心；“小小地质学家·探索地球立体面孔”活动通过等高线演示与黏土创作，让抽象地理概念变得生动具象；