附件1

杭州市第十八届中小学德育（心理健康

教育、家庭教育）论文评选获奖名单

一等奖

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **序号** | **题目** | **作者** | **学校** | **所属区** |
| 1 | 行走德育：价值铸魂的范式建构与区域实践 | 王 莺 | 杭州市上城区教育学院 | 上城区 |
| 2 | 劳动养成教育：童心生长理念下劳动素养培育的实践研究 | 郑 淇 | 杭州市学军小学教育集团学军小学 | 西湖区 |
| 3 | 聚力融合 童心生长——杭州市\*\*小学德育活动“三维整合样态”的实践研究 | 俞剑维 | 杭州市学军小学教育集团学军小学 | 西湖区 |
| 4 | 三全三地：思政教育研究院促进小学生红色素养培育的实践研究 | 孙丽女 | 杭州市大学路小学 | 上城区 |
| 5 | 以“传统节日”涵养“家国情怀”的路径设计与实施策略研究 | 周燕芬 | 杭州市富阳区永兴学校小学部 | 富阳区 |
| 6 | 和合文化视域下亲情研学课程的开发与实践研究 | 王林慧 | 杭州市回族穆兴小学 | 上城区 |
| 7 | 知•思•行——家长成长课程的构建和实施 | 梅云芬 | 浙江师范大学附属杭州笕文实验学校 | 上城区 |
| 8 | 知晓、认同、欣赏：多民族小学民族融合教育的实践研究 | 杨 意 | 桐庐县东溪小学  | 桐庐区 |
| 9 | 立足规则 共融共生——指向集体规则意识培养的主题式谈话课的设计与实施 | 张 萃 | 杭州市德天实验小学 | 拱墅区 |
| 10 | 学森课：新时代小学生科技报国精神培育的实践与研究 | 郦 云 | 杭州市时代小学 | 上城区 |
| 11 | 空间集成·学创同频：基于向阳农学院的城郊小学田园劳动教育创新实践 | 徐 莉 | 萧山区万向小学 | 萧山区 |
| 12 | 意义通达：小学德育活动的设计及实施 | 庞科军 | 杭州市紫阳小学 | 上城区 |
| 13 | ICC趣炼营：具身理论视阈下假日小队活动路径研究 | 包海诚 | 杭州市文理小学 | 西湖区 |
| 14 | 生命护照：初中“五维一体”生命教育设计与实施 | 詹蔓莉 | 浙江大学教育学院附属学校 | 滨江区 |
| 15 | 加减乘除：有效应对初中生“开学综合症”的策略研究 | 尧 蓝 | 杭州市上泗中学 | 西湖区 |
| 16 | 沙龙+：中小学教师自我情绪管理能力提升策略的实践研究 | 陈 琦 | 浙江工业大学附属实验学校 | 西湖区 |
| 17 | B.D.B模式：基于青春期的初中生自我认同建构探索 | 沈佳丽 | 杭州市翠苑中学 | 西湖区 |
| 18 | 基于中学生暑假生活状况调查的4H德育作业设计与实践 | 吕益群 | 浙江省杭州第六中学 | 上城区 |
| 19 | 迭代视域下校史教育的创新设计与实践 | 金大鹏 | 杭州市上城区教育学院 | 上城区 |
| 20 | 抗挫三部曲：心理弹性视域下听障中职生就业挫折教育的实践探索 | 苟锦涛 | 杭州文汇学校 | 直属学校 |
| 21 | 对话教学视角下的心理健康课设计与组织——以“职业价值观探索”一课为例 | 计伟红 | 杭州市人民职业学校 | 直属学校 |
| 22 | 改进普通高中学生自责倾向的载体创新 | 宋良炯 | 浙江省桐庐中学 | 桐庐县 |
| 23 |  “戏剧 ”主题班会：基于符号互动理论的ACTS范式实践与探究 | 李 进 | 杭州市建设职业学校 | 上城区 |
| 24 | 四维联动：中职心理具身体验创新教学实践研究 | 施林芬 | 杭州市萧山区第二中等职业学校 | 萧山区 |
| 25 | 思·练·寻：基于成长型思维缓解高中生考前焦虑的实施策略 | 胡 航 | 浙江省临安中学 | 临安区 |
| 26 | “百年党史”系列班会设计：铸就红色文化之魂 | 罗石贤 | 杭州市临安区天目高级中学 | 临安区 |

二等奖

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **序号** | **题目** | **作者** | **学校** | **所属区** |
| 1 | 启意•企能·祈情：“Labour+”新劳动争章手册的设计与实践研究 | 张诗静 | 杭州市文理小学 | 西湖区 |
| 2 | 从教育惩戒视角浅谈“问题学生”管理的有效路径 | 许 秀 | 杭州市东园小学 | 拱墅区 |
| 3 | “班级治理共同体”建构的区域实践与探索 | 沈 洪 | 杭州市拱墅区教育研究院 | 拱墅区 |
| 4 | 启·知·行·翔：生长德育视角下毕业季“雏燕成长”主题活动的实施新探索 | 黄 红 | 杭州市学军紫金港小学 | 西湖区 |
| 5 | 一基三径：基于具身德育理念下“校史文化”传承的实施路径的研究 | 朱雪莲 | 杭州市文三教育集团文三街小学 | 西湖区 |
| 6 | 优化融合协同：学校家委会创新实践的研究与探索 | 费建锋 | 萧山区党湾镇第一小学 | 萧山区 |
| 7 | 家庭日：“双减”政策下亲子陪伴质量提升的区域行动 | 金 莹 | 杭州市上城区青少年活动中心 | 上城区 |
| 8 | 三重空间学练用——“未来家长学院”学习中心建构的实践研究 | 赵引君 | 萧山区金山小学 | 萧山区 |
| 9 | 小学阶段父母“隐性失陪”现象改进策略研究 | 张秀琼 | 杭州市丁信小学 | 上城区 |
| 10 | 德育活动课：小学段亲子间消极情绪的分析与消解研究 | 孙雨晴 | 杭州钱塘区听涛小学 | 钱塘区 |
| 11 | 基于“职业启蒙”的小学德育活动实践研究 | 钱志红 | 杭州市余杭区仁和东风小学 | 余杭区 |
| 12 | 班级发展规划：新时代班级治理的实践研究 | 茅琼华 | 杭州市凤凰小学 | 上城区 |
| 13 | 小学生榜样教育的项目设计与实施——以“我的偶像是先锋”项目为例 | 俞登挥 | 杭州采荷第三小学教育集团 | 上城区 |
| 14 | 促进学生核心素养发展的期末评语撰写策略研究 | 程 佩 | 杭州市滨江实验小学 | 滨江区 |
| 15 | 爱的接力：小学生关爱系列社会公益教育的持续行动 | 孙晓燕 | 杭州市崇文实验学校 | 上城区 |
| 16 | 一卡•一营•一团：家校合作新路径探究 | 王小燕 | 杭州市临安区晨曦小学（东） | 临安区 |
| 17 | 父母教养方式与小学生自我效能感的相关性研究论文 | 唐建英 | 杭州市青蓝小学 | 拱墅区 |
| 18 | 共情支撑·个性定制：基于家校合作的小学生父母教育卷入支持策略 | 李 青 | 浙江省教育科学研究院附属小学 | 拱墅区 |
| 19 | 教育戏剧：小学德育实践活动的新支点 | 徐华伟 | 桐庐县春江小学 | 桐庐县 |
| 20 | 浸润•体验•共生：农村小学乡村文化滋养实践研究 | 程 远 | 建德市乾潭第二小 | 建德市 |
| 21 | 巧设“阶梯式体验”，正确认识“网红现象”——以班级部分有“网红梦”的学生为例 | 包徐音 | 桐庐县三合初级中学 | 桐庐县 |
| 22 | 基于EFAS理论的父母教育参与对提升中学生心理健康的调查研究 | 吕剑晨 | 杭州观成实验学校 | 拱墅区 |
| 23 | “五维”联动：后疫情时代初中生心理防护实施路径研究 | 张语娇 | 杭州市第十五中学教育集团 | 西湖区 |
| 24 | “手账式”德育 助力核心素养生根发芽 | 祁明君 | 千岛湖初级中学 | 淳安县 |
| 25 | “党史寻踪”班本课程：提升中学生党史理解教育方式探索》 | 蘧晓然 | 杭州钱塘新区学正中学 | 钱塘区 |
| 26 | 八年级班级劳动教育体系的构建与实施 | 聂宇一 | 杭州市大关中学 | 拱墅区 |
| 27 | 专门学校心理委员情绪智力提升的课程体系研究 | 丁晓梅 | 杭州市城西中学 | 直属学校 |
| 28 | 后疫情背景下亲子关系对中学生心理健康影响的调查与思考 | 史书彦 | 杭州市余杭区太炎中学 | 余杭区 |
| 29 | “参与式”家长课堂范式的实践研究 | 徐杭君 | 桐庐县教师发展中心 | 桐庐区 |
| 30 | 基于中小学班主任主观幸福感的调查与实证研究 | 叶 楠 | 杭州市萧山区第十高级中学 | 萧山区 |
| 31 | 构建清朗网络空间，青少年不该是配角——引导中职生正确驾驭网络冲浪的探究 | 王永淼 | 杭州市中策职业学校 | 直属学校 |
| 32 | 微班会支持的中职学生“四个一”党史精神教育课程的设计与实践 | 刘 伟 | 杭州市萧山区第二中等职业学校 | 萧山区 |
| 33 | “审美、传美、创美、品美”——中职美术专业“五四”学子培养策略研究 | 周维平 | 杭州市美术职业学校 | 直属学校 |
| 34 | 自闭症青少年社交技能障碍的干预研究 | 毛婕妤 | 杭州市杨绫子学校 | 上城区 |
| 35 | 中职新劳动教育的意涵建构与校本实践探究 | 金蓉华 | 杭州市萧山区第一中等职业学校 | 萧山区 |
| 36 | 中职学校国防教育与思政教育融合探究 | 张莉莉 | 杭州市临安区职业教育中心 | 临安区 |
| 37 | 巧用平台，“微”力无穷——关于“四叶草的天空”微信公众号在班级管理中的实践与反思 | 来佳丰 | 杭州市瓶窑中学 | 余杭区 |
| 38 | 让中等生不中等——时令教育在高中中等生情绪调控中的实践与探讨 | 陈 欢 | 浙江省杭州第二中学 | 直属学校 |
| 39 | 幸福素养：普通高中班级仪式教育的实践研究 | 李志升 | 杭州市富阳区江南中学 | 富阳区 |
| 40 | 基于班主任视角的中职家长成长积分制实施策略 | 杨 玲 | 杭州市中策职业学校 | 直属学校 |
| 41 | 讲好家乡故事：区县职校基于本土德育资源的自主式叙事教育 | 刘爱芳 | 杭州市临安区职业教育中心 | 临安区 |
| 42 | “危机阻断六步法”调整学生学习焦虑的案例研究 | 吴俊红 | 浙江省淳安县第二中学 | 淳安县 |
| 43 | 志愿服务项目化对中职学校德育管理的作用性研究 | 沈杭宇 | 杭州市临平商贸职业高级中学 | 临平区 |

三等奖

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **序号** | **题目** | **作者** | **学校** | **所属区** |
| 1 | 朋辈正面人设：高段学生榜样教育的新路径 | 祝宏强 | 桐庐县实验小学 | 桐庐县 |
| 2 | 基于“协商式”理念的班级管理路径的设计与优化 | 吴春霞 | 杭州市银湖实验小学 | 富阳区 |
| 3 | 以“画”对话：聋健同伴交往设计与实施研究 | 谢小芳 | 杭州文汇学校 | 直属学校 |
| 4 | 绘玩转换区：解决三年级“大嘴巴儿童”同伴语言暴力问题的实践研究 | 何 颖 | 淳安县威坪镇小 | 淳安县 |
| 5 | 融合教育背景下对学生攻击性行为的正向支持策略研究 | 殷晓艳 | 杭州市胜利实验学校 | 上城区 |
| 6 | 指向“文化意义”：农村小学开展故事特色育人的实践研究 |  王 磊 | 桐庐县城南小学 | 桐庐县 |
| 7 | 70 80 90：当好班主任真不易—新时期各年龄层学校班主任工作的挑战与应对策略 | 徐益萍 | 杭州市夏衍小学 | 上城区 |
| 8 | 家长义工制：新时代家校共育的新机制 | 许佳菁 | 杭州市凤凰小学 | 上城区 |
| 9 | 魔镜微剧场：小学高段学生行为习惯养成的新路径研究 | 宋 颖 | 杭州市余杭区云会中心小学 | 余杭区 |
| 10 | 以劳育德：新时代劳动观视域下，利用校内小湿地开展劳动教育课程的建构与实践 | 王灿权 | 萧山区汇宇小学 | 萧山区 |
| 11 | 改善小学生交往焦虑的班级管理策略探究 | 王倩倩 | 杭州采荷第二小学教育集团 | 上城区 |
| 12 | 后疫情背景下小学低段近视率激增原因分析及策略研究 | 周滢滢 | 杭州市钱江新城实验小学 | 上城区 |
| 13 | 需求导向 多元互动：基于“Face to Face家校圆桌派”的家庭教育指导模式探索 | 左小雨 | 杭州市春晖小学 | 滨江区 |
| 14 | 4LG成长迹：基于文化力提升构建小学德育新生态的实践探索 | 戴吟诗 | 杭州市钱塘外语学校 | 西湖区 |
| 15 | 以项目式培训促年轻班主任核心素养发展——名班主任工作室培训的创意实施策略 | 徐丽琴 | 杭州钱塘区学正小学 | 钱塘区 |
| 16 | 5分钟“爱国主义教育”微课——基于地域文化的新时代爱国主义教育路径探索 | 方 萍 | 杭州市富阳区渌渚镇新浦小学 | 富阳区 |
| 17 | “三寻项目”：外来务工子女新乡情教育载体的设计与实施 | 许晓燕 | 建德市梅城中心小学 | 建德市 |
| 18 | 幸福觉醒 悦享成长——小学高段“青春•成长”亲子课程实践与探索 | 徐春花 | 杭州市富阳区银湖街道高桥小学 | 富阳区 |
| 19 | 基于幸福教育理念的少先队入队活动校本化的设计与实践 | 周 虹 | 杭州钱塘区幸福河小学 | 钱塘区 |
| 20 | 三拳合一：小学低年级学生收纳习惯培养的策略研究 | 傅旭杭 | 杭州市三墩小学双桥校区 | 西湖区 |
| 21 | 从“假象”观照需求——班级管理中提升小学生安全感的策略研究 | 冯丽娟 | 杭州市滨江实验小学 | 滨江区 |
| 22 | 尚梅·向美：基于红梅文化的农村小学德育课程的开发和实践研究 | 顾建文 | 杭州市临平区塘栖镇超山中心小学 | 临平区 |
| 23 | 基于抗逆力重整模型的“沙盘游戏”的实践与思考 | 潘婷婷 | 杭州市富阳区永兴学校小学部 | 富阳区 |
| 24 | 聚合效应：良渚文明一站式讲解活动的实践与研究 | 朱新光 | 杭州市余杭区良渚第三小学 | 余杭区 |
| 25 | 小学心理教师联盟式发展的实践研究 | 洪珏莹 | 杭州市行知小学 | 西湖区 |
| 26 | 便签纸∙中转站∙师生网：小学高段师生情感交互载体的设计与实施 | 王 莹 | 杭州市临安区太阳镇太阳小学 | 临安区 |
| 27 | 三三四模式：架构小学党史课程群建设的实践研究 | 黄雅萍 | 萧山区湘师实验小学 | 萧山区 |
| 28 | 基于瀛山文化背景下德育创新活动的设计 | 姚 乐 | 淳安县郭村小学 | 淳安县 |
| 29 | 心育小品：农村小学心理健康教育载体的创新研究 | 方月玲 | 建德市寿昌第一小学小学 | 建德市 |
| 30 | 在普通学校中对视动失衡学生干预的个案研究和实践探索 | 郑建英 | 杭州市澎博小学 | 上城区 |
| 31 | 沙盘游戏+阅读疗法：小学生心理问题个案辅导的综合应用研究—以一例10岁疑似选择性缄默症女生个案为例 | 王 萍 | 杭州市湖墅学校 | 拱墅区 |
| 32 | “专家会诊”式家长会的设计与实施 | 王爱媛 | 杭州市余杭区金成外国语小学 | 余杭区 |
| 33 | 全纳教育：构建“家校社医”四位一体共营育人范式的策略研究 | 周李萍 | 杭州市卖鱼桥小学 | 拱墅区 |
| 34 |  “管之有序，时之有道”——基于时间自律卡的居家自主学习习惯的培养策略 | 黄亚辰 | 杭师大东城中学 | 上城区 |
| 35 | 初中生感恩教育活动设计与实践研究 | 沈世平 | 浙江省杭州长河中学 | 滨江区 |
| 36 | 农村初中“真德班级”的构建与实践研究 | 吴世娟 | 建德市新安江第二初级中学 | 建德市 |
| 37 | 初中活动体验式德育微课程的开发与实施 | 郑英姿 | 杭州市临平区临平第一中学 | 临平区 |
| 38 | 促进班主任成长的有效途径研究——以6位优秀班主任为个案 | 陈剑琦 | 杭州市景成实验学校 | 拱墅区 |
| 39 | 初中生个辅中“可视化心灵游戏”的实践研究 | 董启梅 | 杭州市长阳中学 | 拱墅区 |
| 40 | “彩虹厅室”: 农村初中“以美化人”的载体创新和实践研究 | 何燕飞 | 建德市更楼初级中学 | 建德市 |
| 41 | 表达情绪，绘画赋能——初三学生中考前情绪调节主题团辅实践及反思 | 郑华英 | 萧山区义桥实验学校 | 萧山区 |
| 42 | 初中生责任教育主题班会系列化设计与实施研究 | 邵 诚 | 杭州市临安区锦城第四初级中学 | 临安区 |
| 43 | 叙事疗法在青少年情绪辅导中的应用研究——以小元（化名）的干预案例为例 | 王睿梁 | 杭州市文海实验学校 | 钱塘区 |
| 44 | 初中生“青春期恋情”的现状调查及教育对策研究 | 李 琨 | 浙江省杭州长河中学 | 滨江区 |
| 45 | 发现未知的自己——初中生自我同一性探索的课例设计与实施 | 王 晓 | 杭州市下沙中学 | 钱塘区 |
| 46 | 师生对话式班会课误区分析及优化策略 | 黄海洋 | 杭州市春蕾中学 | 拱墅区 |
| 47 | 表达性心理团辅对普高生情理管理能力培养实践研究 | 杨月辉 | 浙江省杭州第四中学 | 直属学校 |
| 48 | 唤醒生命的力量——中职班主任生命教育内容和形式实践探索 | 汪 晴 | 杭州市中策职业学校 | 直属学校 |
| 49 | 工匠精神培育下的女生特色劳动教育探索和实践 | 沈建丽 | 杭州市人民职业学校 | 直属学校 |
| 50 | 普通高中生涯规划课程开发与实施研究 | 金君萍 | 杭州市钱塘高级中学 | 钱塘区 |
| 51 | 恃“才”育人，教导有“方”——基于“共享”理念构建家庭教育新模式 | 王梦圆 | 杭州市财经职业学校 | 直属学校 |
| 52 | “三阶赋能”：中职心理委员培养策略的探究 | 周丽玲 | 杭州市临安区昌化职业高级中学 | 临安区 |
| 53 | 三化建设·三雅培育·三长协同 ---中职女生班美丽班级建设的探索与实践 | 陈雅萍 | 杭州市萧山区第三中等职业学校 | 萧山区 |
| 54 | 以文化人 以文育人：基于钱王精神建设班级文化 | 刘 红 | 浙江省临安中学 | 临安区 |
| 55 | 高中心理健康教育课程体系的探索与实践 | 杜一峰 | 杭州师范大学附属中学 | 直属学校 |
| 56 | 心理资本干预对高中生学业拖延影响的研究 | 卢 馨 | 杭州市萧山区第二高级中学 | 萧山区 |
| 57 | “学用一致，德技双修”：微信公众号在中职融媒体班级管理新模式中的实践与应用 | 潘余佳 | 杭州市人民职业学校 | 直属学校 |
| 58 | 以“关键少数”带动“绝大多数”--“小师傅”传帮带机制在班级管理中的应用 | 褚 怡 | 桐庐县职业技术学校 | 桐庐县 |
| 59 | 基于客体关系治疗的心理危机学生复学评估 | 朱婉茜 | 杭州市余杭第二高级中学 | 临平区 |
| 60 | 美术文创在高中德育和校园文化建设中的实践性研究——以某校 “潮徽章”文化为例 | 陈嘉凝 | 杭州第二中学钱江学校 | 直属学校 |
| 61 | 把握“归属感诉求”：犯错学生的约谈策略研究 | 刘珍春 | 浙江省淳安县第二中学 | 淳安县 |
| 62 | 互融、共生、同成长——中职双班班会的设计实施与思考 | 孟 虹 | 杭州市开元商贸职业学校 | 直属学校 |
| 63 | “快乐游戏”——团体心理辅导对高中生抑郁情绪的改善作用 | 张凯丽 | 浙江省杭州高级中学 | 直属学校 |
| 64 | 夯实四力 长效干预——班主任心理危机管理能力提升的成长路径探究 | 蒲 慧 | 杭州市电子信息职业学校 | 直属学校 |
| 65 | 新媒体背景下农村高中家校沟通问题与对策分析 | 唐玉琴 | 杭州市临安区昌化中学 | 临安区 |
| 66 | “以不变应万变”：场域理论视角下的高中班级管理策略研究与创新 | 金冬博 | 杭州高级中学钱塘学校 | 直属学校 |
| 67 | 巧制成长手册 优化心育课堂 | 沈倩倩 | 杭州市富阳区江南中学 | 富阳区 |

附件2

杭州市第十八届中小学德育（团队工作）

论文评选获奖名单

一等奖

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **序号** | **作品名称** | **作者** | **学校** | **所属区** |
| 1 | 3MD联动：基于“\*\*少科院”的少先队项目活动培养队员自主能力的策略研究 | 任晓飞 | 杭州市求是教育集团 | 西湖区 |
| 2 | 主题晨会在中学生思想政治教育中的功能及实现 | 徐靓 | 杭州师范大学附属中学 | 直属学校 |

二等奖

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **序号** | **作品名称** | **作者** | **学校** | **所属区** |
| 1 | “共青团中央”新媒体矩阵语境营造对高中共青团网络思想引领工作的启示 | 吴晓航 | 杭州第四中学 | 直属学校 |
| 2 | 中职体育社团“数字塑身”训练模式的探索和实践 | 张夫清 | 杭州市电子信息职业学校 | 直属学校 |
| 3 | 课程化·体验化·多元化：依托英雄中队建设的革命传统教育探索——以“一九〇”中队为例 | 胡莹 | 杭州市惠兴中学 | 上城区 |
| 4 | 线上线下：基于中队微活动培养小干部能力的设计与实践 | 汪君 | 淳安县浪川乡中心小学 | 淳安县 |
| 5 | “一核两轴四维五体”：共青团党史学习教育区域推进的实践探索 | 王书 | 杭州市天长小学 | 上城区 |
| 6 | 城镇学校“新体验式”红领巾学院实践活动的构建与实施研究 | 徐晓娜 | 杭州市临平区实验小学 | 临平区 |

三等奖

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **序号** | **作品名称** | **作者** | **学校** | **所属区** |
| 1 | KPI视角下中职班干部培养模式研究 | 黄银菊 | 杭州市财经职业学校 | 直属学校 |
| 2 | 以“红心”育“童心”：小学中队“红色文化”主题系列活动实践与研究 | 徐爱莉 | 富阳区富春第二小学 | 富阳区 |
| 3 | “申花银行”综合体：红领巾服务岗架构与运行的实践研究 | 章君莉 | 杭州市保俶塔申花实验学校 | 西湖区 |
| 4 | 四力合一：提升班级足球团队凝聚力的实践研究 | 严亮亮 | 杭州市求知小学 | 拱墅区 |
| 5 | 行走将军故里：农村小学德育载体的创新与实施研究 | 仇晓金 | 建德市麻车小学 | 建德市 |
| 6 | 基于钱塘江资源的少先队活动项目学习开发与实施 | 邵娅娜 | 杭州市文海实验学校 | 钱塘区 |
| 7 | “蓝精灵农乐园”：少先队员新劳动教育载体的设计与实施 | 王利群 | 富阳区富春第二小学 | 富阳区 |