

编者按：

劳动铸就不凡，实干绽放芳华。在刚刚过去的2026年庆祝“五一”国际劳动节暨全国五一劳动奖章表彰大会上，嘉兴一批优秀劳动者收获荣光。他们以赤诚匠心扛起新时代劳动者的使命担当，用实干奉献绘就嘉禾大地的发展新篇。

即日起，嘉兴市总工会联合南湖晚报推出“奋斗有我 闪耀嘉禾”系列报道，让我们共同聆听奋斗故事，感悟时代担当，汲取奋进力量。

沈军：廿载深耕乡村育桃李 千里援川支教绽芳华

N 晚报记者 王国伟 通讯员 李理

“我就是一名普通的乡村教师，这份荣誉对我而言是认可，更是一份沉甸甸的责任。”面对记者，全国五一劳动奖章获得者、海盐县通元小学教育集团总务处主任沈军这样说。

事实上，沈军其人，一点也不“普通”。从教20多年来，他深耕教学一线、勇担学校管理职责、投身教育帮扶，先后获得海盐县德育名师、嘉兴市劳动模范、嘉兴市五一劳动奖章等荣誉。

教育不是流水线，要沉下心、静下心

2004年，刚走出大学校园的沈军，怀揣着对教育的赤诚，走进了海盐县通元小学，从此与乡村教育结下不解之缘。“教育不是流水线，孩子不能成为只接受被动浇灌的花朵。”秉承着这样的育人理念，沈军用心用情引导孩子们成长。

不久前，沈军教过的一位女学生吴非凡给他发来了结婚邀请函，邀请函上写着：“沈老师，我永远记得您和李老师辅导我参加故事大赛的经历，是你们的鼓励让我勇敢地站在了赛场上。”

拿着邀请函，沈军的回忆被拉回到十几年前。当时，他发现吴非凡很擅长讲故事，就鼓励她报名参加了嘉兴市少儿故事大王比赛。“我们经常在学校给孩子‘加练’，比赛前还让她住到家里，我爱人李燕珍也是学校教师，便由她帮助孩子练习，我做好后勤保障。”沈军笑着说，经过大家的共同努力，这个农村娃获得了大赛冠军。

吴非凡的例子，只是沈军教学生涯中的一个缩影。沈军深知，想要教好书，就得教学科研两手抓、两手硬。从教以来，沈军的20余篇论文、案例等获省市县级奖项。20多年来，他在学校德育、安全办、教务处、总务处等多个岗位不断切换角色，无论在什么岗位，他都能结合实际进行探索实践，为学校发展贡献力量。

2014年，沈军担任学校的德育主任，在他的指导下，一批独当一面的青年班主任被培养出来。他也从那时候开始和青年教师进行师徒结对，毫无保留地分享自己的教学经验、班级管理技巧和育人心得。

许佳敏老师是沈军结对的第一位徒弟，现如今已成长为学校的骨干教师。“沈军老师在指导青年教师时很有耐心，还记得我第一

次准备公开课时，沈军老师一步步教我如何设计教案、如何把握课堂节奏。”许佳敏说。

赵思铭老师在2021年与沈军老师结对。“师徒结对三年期满后，我还在跟着沈军老师继续学习，从他身上我学到了太多。”赵思铭说。

帮扶不做表面功，要扎下根、暖人心

2020年5月，沈军积极响应国家东西部扶贫协作号召，到四川省宜宾市屏山县的学苑街小学挂职。

有着丰富德育工作经验的沈军，初来屏山便注意到，当地小学的德育工作特别是班主任专业培训方面有很大的提升空间。在得到相关部门的支持后，沈军立马制定方案，开展专题培训讲座、示范课等，促成主题班会课评比在屏山落地生根。

在屏山县挂职的10个多月时间里，沈军以“主题班会课展评”为载体开展教研，主讲培训讲座、示范课20余次，个别指导教师50余人次，总计培训指导教师800余人次，助力当地班主任转变育人观念。

屏山教师刘明芳便是因沈军培训指导获益的老师之一，在获得屏山县主题班会课第一名的好成绩后，她给沈军发来了一条感谢

消息：“谢谢您让我有了更多的见识，得到更好的锻炼。”对于老师们的感谢，沈军则是淡淡笑着回应：“我只是助力，关键还是大家自己努力。”

支教期间，沈军还将注意力放在了当地困难学生身上。他发动在海盐的朋友，与十几名困难学生进行结对帮扶，自己也结对了一名与女儿年纪相仿的初中生。在沈军的鼓舞下，这名学生考上了当地的重点高中。

在丈夫沈军的感染下，李燕珍也主动申请援川，夫妻二人接力援川的事迹被各大媒体报道。2021年，沈军获评宜宾市扶贫工作特殊贡献奖；2022年，李燕珍获评屏山县优秀支教教师。

“我们只是做了一名支教教师该做的，用心爱护每一个孩子，努力托举他们成为更好的自己。”面对荣誉，沈军谦虚地说。



用劳动迎接劳动节

昨天上午，嘉善罗星街道泗洲公园开展沉浸式劳动实践互动活动。活动现场，孩子们在环卫工人的指导下参与城市环境卫生工作，迎接五一劳动节的到来。

N 通讯员 周赞 刘鑫婷 摄

福彩15选5			
第2026110期 销售总额:551850元			
常规号(无需排序)02 03 10 12 13			
奖级	中奖条件	中奖注数	奖金
特等奖	中5连4	0	0元/注
一等奖	5个号全中	76	2493元/注
二等奖	中任意4个号	4205	10元/注

更多信息查询：嘉兴福利彩票网 www.jxflep.com
本信息若有误以公证数据为准。本期兑奖截止日期将另行公告。2026年4月30日

中国体育彩票浙江省20选5第26110期开奖信息		
开奖日期:2026年4月30日 本期销售金额:161736元		
本期开奖号码:05 07 09 15 16		
本期中奖情况		
奖级	本地中奖注数	单注奖金
一等奖	11注	365元
二等奖	703注	50元
三等奖	8015注	5元

本信息若有误以公证数据为准。

福彩3D		
第2026109期 销售总额:5907462元		
中奖号码195		
奖等	浙江中奖注数	每注金额(固定)
单选	3098注	1040元/注
组选3	0注	346元/注
组选6	4811注	173元/注

中奖总金额:4073186元,奖金金额:0元。
更多信息查询: https://www.cwl.gov.cn
本信息若有误以公证数据为准 2026年4月29日

福彩“6+1”			
第2026046期 投注总额:548960元			
基本号(■)3 3 5 2 0 1 生肖码(●)牛			
奖等	中奖条件	中奖注数	奖金
一等奖	基本号全中且生肖码相符	0注	0元/注
二等奖	6位基本号按位相符	0注	0元/注
三等奖	5位基本号按位相符且生肖码相符	1注	10000元/注
四等奖	5位(含基本号和生肖码)按位相符	61注	500元/注
五等奖	4位(含基本号和生肖码)按位相符	735注	50元/注
六等奖	3位(含基本号或生肖码)按位相符,且1位基本号或生肖码相符	12697注	5元/注

更多信息查询: https://www.cwl.gov.cn
本信息若有误以公证数据为准 2026年4月29日

中国体育彩票排列3(浙江省)第26110期开奖信息		
开奖日期:2026年4月30日 本期销售金额:3069528元		
本期开奖号码:3 4 3		
本期中奖情况		
投注方式	中奖注数(注)	单注奖金(元)
直选	424	1,040
组选3	590	346
组选6	0	173

本信息若有误以公证数据为准。

中国体育彩票排列5第26110期开奖信息		
开奖日期:2026年4月30日 本期销售金额:23149450元		
本期开奖号码:3 4 3 0 4		
本期中奖情况		
奖级	中奖注数(注)	单注奖金(元)
一等奖	45	100,000.00

本信息若有误以公证数据为准。