

# 坚守三尺讲台 践行为师之道

——记漯河经济技术开发区小学教师方叶锋



■本报记者 李丹

漯河经济技术开发区小学教师方叶锋从事教学工作近二十年,所带班级班风正、学风浓,教育教学工作成绩突出,所教学生在各项教学评比和活动

中均取得了优异成绩,收获了学生的喜爱、家长的认可、领导和同事的称赞。

在工作中,方叶锋认真研究教学大纲新标准、新要求,以新思路、新方法指导实际工作;在课堂上,她以多元化教学方式营造轻松、活泼、上进的学习氛围,寓教于乐、寓学于趣,按照“教师为主导、学生为主体、训练为主线”的原则,因材施教,充分调动学生学习的积极性。经过多年的努力,她形成了独特的教学风格,所带班级的学科综合成绩一直名列年级前茅。方叶锋还十分注重培养学生的习惯,要求学生将班规班纪落到实处。

在转化后进生方面,她加强与家长的沟通交流,对后进生进行赏识教育,循循善诱、因势利导,想尽办法寻找他们身上的闪光点,及时给予他们表扬,帮他们树立自信心。班上曾有名男生无心学习、经常迟到、上课常常打瞌睡,成绩很差。方叶锋多次找他谈心,耐心地教育他、关心他,在发

现他有画画的特长后,便鼓励他在班上展示自己的画作,引导他端正学习态度。在方叶锋的关心和帮助下,这个男生的学习积极性有了很大提高,改掉了不好的行为习惯。

方叶锋经常教育学生要懂礼貌、尊重老师,营造和谐融洽的班级氛围。她主动询问家长在家庭教育中遇到的困惑和困难,共同商量教育孩子的方法,取得了良好的效果,得到了家长的信任。方叶锋在班里举行的各种活动都得到了家长的大力支持。

只要学校开展活动,方叶锋就鼓励学生积极参加,并为他们创造各种展示自己的条件。她所带班级成绩优异,原因就是她总是带头示范,以身作则发挥榜样作用,用智慧教育帮助学生开启智慧之门,以人格魅力感化学生。多年来,方叶锋坚持践行“为师之道”、从师之道,坚守三尺讲台辛勤耕耘、默默奉献。她说,学生就是祖国的花朵,她愿做辛勤的园丁。

# 在孩子心中播撒文学的种子

——记郾城区实验小学教师崔笼霞

■本报记者 尹晓玉

崔笼霞是郾城区实验小学的一名语文教师,1995年参加工作,2007年到郾城区实验小学任教。在教育教学工作中,崔笼霞爱读书,主张以书香浸润学生心田。

崔笼霞善于引领学生读书。她所带的班级多次被学校评为“书香班级”。学习《祖父的园子》一课时,她带领学生走进萧红的传奇世界,领略名家风采;学习《窃读记》一课时,她带领学生感受作者对读书的热爱和对文学知识的渴望,引导学生读林海音的《城南旧事》;学习《草船借箭》一课时,她带领学生延伸阅读《三国演义》;学习《猴王出世》一课时,她会带领学生读《西游记》的其他篇章……每读完一本书,她都会组织学生认真开展读书交流,让学生发挥所长,尽情表达所思所想,展示才艺特长。

在大量阅读的同时,崔笼霞还喜欢进行文学创作。多年来,她笔耕不辍,创作的诗歌、散文、小

说多次在报刊杂志上发表,成为一些报刊杂志的特约撰稿人。“我认为最美的教育,是爱的教育。”崔笼霞说,她经常创作诗歌,表达对学生的爱。“想起午后的不经意间,扭头发现你站在我的身边,给我一个大大的甜蜜的拥抱。那一刻,你仰起的小脸带着娇嗔;那一刻,我的眼里心里满是温柔;那一刻,我们多像久别重逢的母女。”叫你小可爱,浅笑眸眼露酒窝,说话礼貌模样乖,积极向上进步大,老师祝你前程似锦向未来。”……在日常教育中,她根据学生的表现为学生写诗,表达对学生的爱,并在学生心中播下文学的种子。

2019年,崔笼霞被市委宣传部授予最美读书人称号;2020年,她所带的班级被评为郾城区文明班集体;2021年,她被评为郾城区优秀少先队辅导员;2022年,她在市教育系统“豫”见最美读书人赛事活动中荣获一等奖,被郾城区实验小学授予第五届最美教师称号。



# 伟大的母爱

■郾城小学六(2)班 谷丰希

那是一个寒冷的冬夜,我突然发起高烧,38℃,39℃,40℃……体温渐渐升高,我陷入了昏迷状态。

恍惚间,我看见了妈妈忙碌的身影。她一遍遍拿毛巾蘸水,拧干后放到我额头上为我降温,时不时看看时间喂我吃药、喝热牛奶或梨茶,还不停地给我测量体温……至于是多少遍,我已经记不清了,只记得她通红的脸、蹙起的眉。那晚,妈妈一夜未眠。

天色微亮,我的体温仍居高不下。一脸憔悴的妈妈看到体温计上的数字,不禁流下了大颗大颗的泪珠。我本想安慰妈妈几句,可喉咙却如吞了刀片一样疼痛发不出声音,只能拉起妈妈的手,冲她笑了笑。妈妈抚摸着我滚烫的脸颊,也露出了浅浅的笑容。

这时,手机铃声响起,是妈妈的朋友张医生打来的。我听见张医生问:“淘淘现在退烧了没有?别给孩子盖太厚。”“晚上反复高烧,他和我睡在一起,盖得并不厚。”“什么?你不怕被传染吗?这样做很不安全……”张医生紧张地说。妈妈低声回答:“只要淘淘可以康复,我做什么都可以。我真不忍心看孩子这么痛苦……”

听了这话,眼泪顿时模糊了我的双眼,一股暖流涌入我的心房。窗外,寒风仍在呼呼地刮着,可我内心充满了力量。 指导老师:贾晓锐

教师感悟

# 我为新生立规矩

■王冬梅

新学期,我接手了一年级。开学不到一个星期,我发现班里有的学生不适应:下课出去后迷路找不到教室了、课堂上吃零食或者来回走动、早晨上学迟到、一遇到问题就哭鼻子……

周末,我接到同事的电话。她说,她一个邻居的孩子在我带的班里,孩子的妈妈给她打电话,说我的严肃让孩子不适应,有些害怕,不想上学了。这让我大吃一惊,怎么会这样呢?于是,我赶紧拨通了这个学生妈妈的电话,询问她具体原因,并向她解释我的教育理念和学校规定。我告诉她,为了尽快做好幼小衔接,学校和教师要用必要的规矩来约束孩子,老师因此会有些严肃。在接下来的交流中,我建议家长给孩子树立规矩意识,帮助孩子尽快适应小学生活。比如,上课时不要吃东西、喝水,有事情需要解决的时候,也要提前举手示意老师。学生的妈妈很客气,表示理解,并会全力配合我的工作。

挂了电话,我陷入了反思,心想:自己真的那么吓人吗?也许吧!刚上一年级的学生对一切都还不熟悉,的确需要我有更多耐心。我应告诉他们小学生学习和生活中一些必要的规矩,帮助他们树立规矩意识,从而更快更好地适应小学生生活。

课堂上,我要求学生回答问题时起立站直。我说,这样做是一种礼貌。可是,当我喊到帅帅

(化名)时,不知什么原因,我连喊了3遍,他还是像没事人似的,坐在座位上一动不动。我想:他也许是没记清老师的要求。于是,我又讲解了一遍要求,并让其他同学示范。随后,我来到他的桌前为他示范。他不住地点头,连连说“我懂了”,并激动地向我道谢。果然,下午上课时,我一叫到他的名字,他立刻就知道该怎么做了。于是,我在班上表扬了他,全班学生也都为他鼓掌。近期的课上,任课教师都夸赞我的学生“坐有坐相,站有站相”,回答问题时懂规矩。

午休结束的铃声刚停下,班里便传出了啜泣声。我顺着声音看过去,是阳阳(化名)在哭。我走近他,轻轻地把他搂过来,问他怎么了。一开始,他不说话,我轻柔地摸了摸他的头安慰他。最后,他说是因为没有睡够。我微笑着对他说:“我们是小学生了,中午要午休,但要按时醒来,否则会影响下午听课的。”他轻轻地点了点头,说:“我以后会注意的。”就这件事,我在当天的课后服务时间为学生开了以“作息时间有规律”为主题的微班会,并在家长群里分享了规范学生作息时间的指导意见,得到家长的支持与配合。

为帮助一年级新生尽快融入小学生活,教师要让新生学习新规矩,同时也要和家长相互配合。家校同心同向同力,孩子们才能更好、更快地适应小学生活。

# 蒙牛学生奶 给孩子科学补钙

作为人体最重要的营养元素之一,钙的摄入量很大程度上影响着骨密度、骨量等人体健康发育的最终结果。中国营养学会指出,钙对于儿童和青少年达到最佳峰值骨量有着重要作用,缺钙会直接影响到骨骼的发育。相较于成年人,儿童和青少年对钙的需求量更大,为每天1000毫克~1200毫克。

为了充分满足孩子的生长发育需求,家长对五花八门的补钙方式应试尽试:吃坚果、喝牛奶、补充钙片……其中,为孩子购买牛奶等乳品或乳制品逐渐成为家长的共识。被誉为“白色血液”的牛奶凭借其天然的高钙含量、高蛋白含量优势,成为不少家长为孩子补钙的首选。

牛奶补钙,已经成为国际通行的一种营养摄入认知。在饮食中增加乳制品,有利于骨骼健康,更有利于骨量积累。为此,国家在2000年推出国家“学生饮用奶计划”,并针对膳食营养严重缺乏的农村义务教育阶段学生,出台了《农村义务教育学生营养改善计划实施细则》等,以期让学生通过摄入奶及奶制品,全面改善自身营养状况、提高身体素质。

但从整体摄入情况来看,当下学龄儿童的每日钙摄入量依旧不达标。据中华预防医学会儿童保健分会制订的2019年版《中国儿童钙营养专家共识》显示,全国2岁~18岁的儿童和青少年,每日钙摄入量能达到适宜摄入量的人数平均不到5%,11岁~13岁青少年达到适宜摄入量的人数最少,仅有1.1%~1.7%。

学生带来选择更加多元、营养更有保障的贴心服务。

蒙牛学生奶创新推出高钙纯牛奶产品——蒙牛未来星学生奶高钙纯牛奶,原料纯净无添加,品质安全更放心。同时,每100ml高钙纯牛奶富含120mg原生高钙及3.6g优质蛋白质,更好满足学生对高钙营养的摄入需求,助力学生健康成长。

这个新学期,蒙牛未来星学生奶高钙纯牛奶将持续陪伴学生度过愉快的校园生活,帮助学生及时补充身体所需的营养与能量,培养“每天一杯奶”的健康饮食习惯。未来,蒙牛学生奶还将持续创新产品品类,以优质的学生奶产品,做少年儿童健康成长的守护者。 何伟



# HPV感染与哪些疾病有关

人乳头瘤病毒(human papilloma virus, HPV)具有高度种属特异性,天然宿主为人类皮肤角质形成细胞、黏膜鳞状上皮细胞,能引起人体皮肤黏膜的鳞状上皮增殖。皮肤或黏膜的破损是HPV感染的启动条件。根据易感的细胞类型,临床表现可分为皮肤型、疣相关型和黏膜型。依据HPV生物学行为,将其分为高危型和低危型。不同类型的HPV感染可引起不同疾病。低危及高危HPV感染均具有自限性,病毒通常会在1年~2年内由免疫系统清除,具体取决于HPV类型、病毒载量、宿主免疫力和感染部位等因素。在免疫抑制等易感情况下,HPV可能引起持续性感染,甚至诱发恶性改变。

高危型HPV持续感染可引起子宫颈、阴道、外阴、肛门、阴茎、阴囊、头颈等部位的癌前病变,病变可最终发展为浸润性癌,主要型别有HPV16型、18型、26型、31型、33型、35型、39型、45型、51型、52型、53型、56型、58型、59型、66型、68型、73型和82型等。由HPV感染导致的癌症中,子宫颈癌所占比例最高(约83%)。其中,超过70%的宫颈癌都是由HPV16型、18型引起的,但不同地区HPV的感染情况有所差异。

低危型HPV感染可引起外生殖器和皮肤的尖锐湿疣以及低度外阴、宫颈上皮内病变、其他部位的疣类病变和低度

(漯)医广【2023】第01-09-001号



## 宫颈癌消除计划科普连载

(本栏目由中央引导地方科技发展资金项目支持)

## 市骨科医院·健康常相伴

# 乳腺肿瘤的微创旋切术

近年来,乳腺疾病发病率迅速上升,人们的健康保健意识大大增强。患者选择治疗方案时,日益重视生活质量,而医疗新技术的发展与逐步成熟,使得患者面对乳腺病变时能够做到早发现早治疗。

乳腺肿瘤的检查方法包括:医生触诊、彩超、钼靶、磁共振、病理活检等。作为常见的检查项目乳腺彩超结果:1级:阴性结果;2级:良性病变,可基本排除恶性;3级:可能是良性病变,建议短期随访(根据外科医生判断);4级:可疑恶性病变,需要医生进行临床干预,一般首先考虑活检;5级:高度可能恶性;6级:经过活检证实为恶性。

乳腺肿瘤微创旋切术适应症:一般肿块直径3cm以下,彩超结果4级~5级的病人,彩超结果3级(临床上可疑、高危因素、病人主观意愿强烈)。手术基本步骤包括:定位+体表标记、消毒+麻醉、选择进针点、B超引导进针、旋切+取出标本+标本送检、吸引积血+退针+局部压迫等。技术优势:创伤小(3mm

切口)、恢复快、病人耐受好;可以将较小病灶全部切除;可用于多种病灶;巨块肿瘤取材价值高等。

漯河医专二附院外一科在漯河地区率先开展乳腺肿瘤微创旋切术,并已开展上千例手术。 李巨阳



擅长甲状腺、乳腺疾病的微创治疗,腹腔镜胆囊切除手术,肝胆、胃、结(直)肠疾病的诊疗及创伤救治。



## 漯河市骨科医院

(漯河医专二附院)

地址:漯河市海河路西段 急诊电话:0395-6164120 (漯)医广【2022】第06-08-009号

# 精神病的常见类型

精神病是指在各种生物学、心理社会环境因素影响下大脑功能失调,导致认知、情感、意志和行为等精神活动出现不同程度障碍的疾病,主要有以下几种类型:

1.精神分裂症。精神分裂症是精神病中较为普遍的重型精神类疾病之一,临床症状复杂多样,涉及知觉、思维、情感、意志行为及认知功能等方面,个体之间症状差异大。即使同一患者在不同阶段也可能表现出不同症状,常见症状有头脑昏沉、狂躁不安等。

2.偏执型精神病。偏执型精神病以出现幻觉、妄想为主要临床表现。

3.情感障碍症。情感障碍症是较普遍的重型精神类疾病之一,以明显而长久的心态改变为基本临床表现。

4.人格障碍。人格障碍临床表现以情绪高涨或低落为主,伴有思维奔逸或迟缓、精神运动性兴奋或抑制,一般起源于儿时,分为偏执型、暴力倾向型、冲动型、自以为是型。

5.性心理障碍。性心理障碍指行为人满足性欲的行为方式或性质对象明显偏离正常,并以此类性偏离作为性兴奋、性满足的主要或唯一方式。

精神病对病人的家庭、社会发展都会产生不良的影响。因此,人的精神一旦出现问题,要尽快咨询医生。

吴夫安,执业医师,国家二级心理咨询师。他从事精神病临床工作二十余年,曾多次到上级医院进修,临床诊疗经验丰富,能熟练掌握精神科常见病及多发病的诊疗技术,擅长精神分裂症、双相情感障碍、癫痫伴发精神障碍、神经官能症、青少年精神障碍等疾病的诊疗。



促心理健康 云平台服务

漯河市精神病医院

地址:市交通路北段(原昆仑路),乘122路公交车到医院新址;乘11路公交车到医院旧址;乘115路公交车到(漯)医广【2022】第09-28-019号

吴夫安

可扫二维码进行咨询。