

打造有温度的历史课堂

——记召陵区实验高中历史教师林高阳

■文/图 本报记者 杨旭
从高中历史教师到班主任、年级主任，从教16年来，召陵区实验高中教师林高阳一步一个脚印，凭借强烈的事业心和严谨的治学态度赢得了学生的信任、同事和家长们的称赞。日前，记者对他进行了采访。

“历史教学重要的是教会学生寻找历史发展规律，并让他们懂得以史为鉴，厚植家国情怀。这不仅要求学生掌握基本的历史知识，还需要他们能透过表象看到本质。”林高阳说。

在教学方面，林高阳认真钻研新课标和教材，积极探索课程改革和教学模式创新，踊跃参加各种提升专业素质的学习培训。为了调动学生的主观能动性，林高阳引导他们利用课余时间收集和整理各类历史资料，然后在课堂上开展知识竞赛、演讲、辩论等活动。在这些活动中，学生逐渐从被动接受知识到主动收集素材、深入思考、各抒己见，从而体会到学习的乐趣。

林高阳还鼓励学生编排历史剧，将一个个历史故事搬上讲台，激发他们的想象力，培养他们的创造力。“想要把故事通过表演的形式准确表现出来，就要了解有关历史背景，包括当时的社会、政治、经济等内容。学生既要动脑又要动手，更要积极地请教

老师。这个过程有助于调动他们的积极性、主动性，开发他们的潜力。”林高阳说。

林高阳是同事眼中的教学能手，也是学生心中的良师益友。他始终以“身正为范 学高为师”的原则要求自己，成为学生的榜样。每天早上5点30分，他准时赶到操场与学生一起跑早操；晚上11点查完寝室后，他才能放心入睡。

林高阳充分发挥亲和力强的特点，在建立和谐的师生关系关系中既威严又不失亲切。“高中对我帮助最大的是林老师，对我影响最大的也是林老师。所以，我想第一时间与他分享我的高考成绩。”这是学生曹颖（化名）的肺腑之言。父母在天津打工，曹颖平时吃住都在学校。进入高中后，她得了胃病，学习成绩一直不理想。得知情况后，林高阳多次带她到医院治疗，在生活、学习中给予帮助。今年高考，曹颖的成绩超过了本科线，这让林高阳很欣慰。

作为年级主任，林高阳总是细心观察学生的情绪变化，耐心倾听他们的想法。高三这年，通过与学生交流，他发现部分学生明明很努力，成绩却没有提升；更有学生因为模拟考试成绩不理想产生了放弃高考的念头。对此，林高阳制订了激励计划，安排心理教师对学生



生进行一对一疏导，并组织各学科精英教师根据每个学生的实际情况制订学习计划。“这几年来，我最想感谢的是林老师。在我受挫迷茫的时候，是他一直坚定不移地鼓励我，帮我找回了自信。”学

生夏金鹏说。

对林高阳来说，帮助学生、引导学生、鼓励学生是他最大的幸福。未来，他将带着这份幸福与责任感继续奋斗在教育教学岗位上。

郾城区许洼小学

弘扬中医文化

7月3日，郾城区许洼小学邀请郾城区中医院中医专家到校，为全体教师带来了一场健康讲座，并为患有颈肩疼痛的老师进行按摩、刮痧、针灸等操作示范。

近年来，许洼小学把弘扬中医文化、传播中医知识作为促进学生全面发展的举措，将中医文化融入校园生活，积极推进中医进校园工作。通过开展多种形式的活动，师生感受到了中医的魅力。

该校与郾城区中医院建立了长期的合作关系，定期邀请中医专家来校举办健康讲座、开展义诊活动等，为广大师生普及中医健康保健知识，守护

护师生身心健康。该校还组织学生参观中医院，了解中药的制作过程、中医的诊断方法。

该校将中医知识纳入校本课程，编写了《中医启蒙》教材。通过课堂教学，学生了解了中医的历史和基本理论。同时，该校不断创新教学方法，采用多媒体教学、实践操作、故事讲述等形式，让中医知识变得生动有趣、易于接受；开展中医社团活动，组织学生学习中医养生操、制作中药香囊等，加深对中医的理解；举办家长课堂、教师培训等活动，加强对中医文化的宣传和普及，提高教师和家长对中医的认识。 侯慧君

源汇区受降路小学

名师引领促提升

7月2日，源汇区受降路小学举行了“名师引领促提升 精研深耕赋新能” 贲友林名师工作室暨教育集团研修活动。

贲友林以五年级上册数学《平行四边形的面积》一课为例，组织学生通过剪、拼了解平行四边形的面积计算公式，引导学生思考“为什么要把平行四边形转化成长方形”这一问题。

受降路小学教师凌敏、刘春华分别以二年级上册数学《100以内的加

法（不进位）》和六年级上册数学《分数乘整数》为例进行讲解。贲友林对两名教师的示范课给予了充分肯定，并提出了意见和建议。贲友林还以《好课是如何设计出来的》为题，结合自身课堂教学经验，告诉老师应以学生为中心，做倾听者、指导者、反思者，从学生的角度出发，以学生已有的知识和观念作为新教学的起点，给予学生更多思考的机会。

程迪 宛军 安华伟

郾城区举行中小学（幼儿园）优质课比赛

7月5日，郾城区中小学（幼儿园）优质课比赛在郾城区实验小学举行。

本次优质课比赛范围涵盖初中语数英、政史地生、体育美、心理健康和信息技术，小学语数英、体育美、书法、心理、信息技术、信息科学、综合实践

和幼儿教育等30个学科。来自全区中小学（幼儿园）的385名优秀教师参加比赛。

现场抽签后，各参赛教师根据随机抽取的讲课内容依次进行了展示。

徐文文



6月27日~7月7日，市实验小学举行“光阴的故事”（第二季）毕业典礼暨校园艺术节。图为“激活味蕾 回味美好童年” 食育工坊展示活动。 本报记者 李文蛟 摄



教育评论

暑假是开展劳动教育的好时机

■陈振凤

当下不少学校受劳动基地、劳动师资等客观条件的制约，在现实中存在着“有教育无劳动”的现象。一些教师重视劳动知识的讲解，却忽视了劳动实践的体验。这时，富有充足时间和广阔空间的暑假无疑是进行劳动教育、发扬劳动精神的绝好时机。

利用暑假激发学生的劳动热情。可为学生布置一项体现动手能力能力的劳动作业。这项劳动作业须精心设计，体现科学性、教育性、系统性，符合学生身心特点。可以邀请学校劳动教师、大队辅导员和学生代表组成暑假劳动作业研发团队，强化暑假劳动作业的规划设计意识，目的是让学生在劳动作业中充分发挥主动性、积极性和创造性。要注重劳动作业的跟踪指导，引导学生理解劳动的价值，帮助学生树立劳动最光荣、劳动最崇高、劳动最伟大、劳动最美丽的观念。

利用暑假增强学生的劳动成就感。在引导学生参加暑假劳动的过程中，不仅要指导学生掌握劳动技能，更要有意识地让学生看到自己的劳动成果、体验劳动幸福，体会“人世间的一切成就、一切幸福

都源于劳动和创造”的内涵。在劳动作业结束时，可以结合劳动评价举办一场暑期劳动成果展，让学生把劳动作业取得的劳动成果展示出来。为了营造浓厚的劳动氛围，可设计好小制作、小创造、小发明等诸多展位，邀请农业、工业、科技、文化、新闻等各界代表作为评委，对学生的劳动成果进行评选，让获奖的学生现场畅谈自己在实践、合作、探究等劳动过程中的切身感受、思想变化和成长快乐。

利用暑假提升学生的劳动境界。暑假劳动作业不是简单地掌握一项技能，也不是孤立地完成一件作品，而是蕴含着劳动境界逐步提升的一项综合训练。在这个训练过程中，动手与动脑、教育与文化、传承与创新、感性与理性都可以得到有效结合。学生将从中获得劳动智慧，提升劳动境界。因此，暑期劳动作业还可以有一个重要环节，就是举办一次“我劳动，我成长”的征文活动，让学生记录下自己的劳动过程和真实感受。知识来源于生活。有了真正的劳动体验，学生才能有所感想；有了所感所想，才能写出记录心灵成长的动人篇章。

河南省恶性肿瘤中西医学术生态圈巡讲在市中医院开讲

日前，省恶性肿瘤中西医学术生态圈巡讲在市中医院开讲。省肿瘤医院、市中医院、临颍县人民医院等医疗机构的专家学者齐聚一堂，共同研讨肿瘤诊疗的最新发展方向。

在研讨环节，省肿瘤医院孙旭教授对“恶性肿瘤中西医学术生态圈”作了介绍，表示中西医结合治疗肿瘤是一个值得推广和应用的治疗模式，可以为肿瘤患者提供更多的治疗选择。省肿瘤医院胡彦辉教授以《不可切除肝细胞癌免疫治疗的进展及思考》

为题进行了分享。

与会人员对学习内容展开了热烈讨论。专家们结合日常工作，对参会人员提出的问题逐一解答。

省肿瘤医院专家及参会人员还到市中医院肿瘤科病房开展典型病例会诊，并对科室工作给予指导。市中医院肿瘤科主任段传荣说，他们科室将和河南省肿瘤医院深度合作，定期邀请专家团队前来坐诊，充分发挥中西医结合优势，为我市广大肿瘤患者的健康保驾护航。 李颖英

诚信二院·健康万家

怎么预防消化性溃疡

近日，市二院成功救治一例消化道出血患儿。该患儿8岁，入院时腹痛明显，短短几个小时内多次呕血。值班医生接诊后急查血红蛋白，诊断患儿为消化道溃疡并出血。经及时救治，患儿意识逐渐恢复清醒，血压恢复正常。生命平稳后完善胃肠镜检查，发现患儿胃角处有大面积溃疡出血。经对症治疗，患儿病情好转，目前已痊愈出院。

市二院小儿消化肾病内分泌科副主任郭爱红特别提醒，小孩也会患消化道溃疡，并且发病率在近年来有逐渐上升趋势。

普通人怎么预防消化性溃疡？
1.平时注意饮食卫生，避免幽门螺旋杆菌感染，一旦怀疑被感染则应及时就诊。
2.规律清淡饮食，切忌暴饮暴食。应食用清淡、易消化的食物，如豆类、谷物、水果、蔬菜等，烹饪方式以蒸、煮为佳。
3.避免长期服用非甾体抗炎

药、糖皮质激素等易引起消化性溃疡的药物。如确实有必要服用，最好和食物一起或餐后服用，或遵医嘱加用保护胃黏膜的药物。

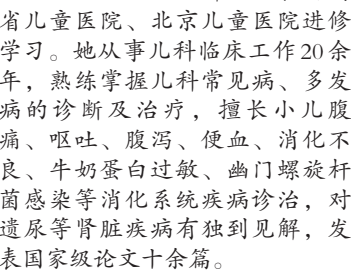
4.避免食用过于辛辣等对胃有刺激及难以消化的食物。

5.要注意合理休息，减轻精神压力。

消化性溃疡什么情况下需要及时就医呢？如果出现上腹部疼痛，上腹胀、厌食、打嗝、反酸等消化不良症状或消化道出血，应及时就诊，以免延误病情。 郭爱红

■专家链接

郭爱红，市二院小儿消化肾病内分泌科副主任，主任医师。她先后在南京儿童医院、上海复旦大学附属儿科医院、河南省儿童医院、北京儿童医院进修学习。她从事儿科临床工作20余年，熟练掌握儿科常见病、多发病的诊断及治疗，擅长小儿腹痛、呕吐、腹泻、便血、消化不良、牛奶蛋白过敏、幽门螺旋杆菌感染等消化系统疾病诊治，对遗传尿等肾脏疾病有独到见解，发表国家级论文十余篇。



相约六院·健康相伴

原发性醛固酮增多症的症状和治疗

原发性醛固酮增多症是由于肾上腺皮质球状带分泌过多的醛固酮而导致钠、钾、容量负荷增加，临床上以高血压伴低血钾、高醛固酮血症和低肾素血症为主要表现的临床综合征。

原发性醛固酮增多症的症状有头痛、头晕等，早期血压控制尚可。随着病情进展血压渐高，发展为中重度高血压，对常用降压药的效果反应差。表现为肌无力、周期性瘫痪、肢端麻木，甚至出现呼吸、吞咽困难，与血钾降低程度有关。在出现疲乏、使用利尿剂、腹泻等情况时，患者会出现低钾。

原发性醛固酮增多症的病因有哪些？一是醛固酮分泌瘤（APA），约占35%，一般为单侧。醛固酮瘤患者临床症状及生化异常较其他类型明显。二是特发性醛固酮增多症（IHA），约占60%。病因不清楚。系双侧肾上腺皮质增生致醛固酮分泌过多。双侧肾上腺形态可正常，也可表现为增生，甚至局限性“瘤样”结节。三是糖皮质激素可抑制性醛固酮增多症（GRA）少见（小于1%）。多于青少年期起病，可为家族性，以常染色体显性方式遗传，也可散发性。四是醛固酮癌。分泌大量醛固酮的肾上腺皮质癌，往往还分泌糖皮质激素、雄激素。五是其他少数（小于2%）患者为单侧肾上腺增生，称为原发性肾上腺皮质增生。

原发性醛固酮增多症有两种治疗方法。一是手术治疗。肾上

腺皮质腺瘤单纯切除后有望完全恢复，腺瘤以外的腺体有结节性改变时宜将该侧肾上腺切除。单侧原发性肾上腺皮质增生可作同侧肾上腺切除或肾上腺次全切除，手术疗效较好。肾上腺皮质癌及异位产生醛固酮的肿瘤应尽量切除原发病灶。二是药物治疗。适应症为特发性肾上腺皮质增生、糖皮质激素可控制的原醛症、不能根治切除的肾上腺皮质癌、有手术禁忌的原醛症。常用的药物有安体舒通、氯氮吡咪、三氨蝶呤等。 张伟

■专家链接

张伟，市六院（市中心血管病医院）心血管内科三病区主任、副主任医师。他多次到郑大一附院、郑州市心血管

病医院进修，师从张彦周教授、毛幼林教授，取得冠脉介入资质，可独立完成心内科冠脉造影、急诊及择期冠脉支架植入、临时及永久起搏器植入、射频消融术、肾动脉造影及支架植入等心内科手术，擅长心血管急重症的抢救及治疗。他曾获市科技成果一等奖、二等奖，被评为抗疫先进个人、青年技术岗位能手等。



本版组稿：高杰 曹华 李永辉 王夏琼

漫说新闻

健康安全过暑假

夏季是儿童溺水、腹泻高发季节，家长应做好孩子的安全教育和健康养护

健康安全过暑假

随着各地学校陆续放暑假，孩子们迎来假期生活。在国家卫生健康委7月5日举行的新闻发布会上，专家提示，夏季是儿童溺水、腹泻高发季节，家长应做好孩子的安全教育和健康养护。同时，要指导孩子科学有效防晒，避免中暑。 新华社发