

魏和平：从活力操场到治校方略



■文/图 本报记者 姚晓晓

“我们培养的人一定是未来社会所需要的人，有理想、敢担当、会学习、肯奋斗。”这是郾城区第二实验中学副校长

魏和平经常对老师说的话。在老师眼中，这个副校长以引领老师专业发展为快乐；在家长眼中，这个副校长以促进学生未来发展为幸福；在学生眼中，这个副校长亲切有趣，总能给他们带去快乐。

魏和平衣着朴素、平易近人，和学生说话时语速缓慢，脸上始终带着微笑，宛如一位充满智慧的长者。

“作为副校长，不仅要带领老师进步，还要与学生同心同行，成为学生成长路上的引导者。我们平时与学生交流不局限于言语，还包括情感的共鸣和理解的深化。”魏和平说。

2012年担任副校长以来，他以身作则，积极参与学校管理，为学校发展献计献策；坚守教育一线，全力做好体育教学工作。

“体育可以促进学生身心健康成长，培养学生团结协作精神。”魏和平说，通过多年努力，学校体育工作成绩斐然。

在历届漯河龙舟公开赛中，该校都取得了好成绩。在2024年全国青少年龙舟锦标赛暨U系列龙舟赛中，该校体育健儿代表我省出征，凭借顽强的意志和默契的配合，荣获U16混合组团体亚军。在2024年漯河市校园篮球比赛决赛中，该校男子篮球队获得初中组一等奖。

魏和平始终坚信身教重于言传，坚持用自己的行动去影响和激励师生。“身教还涉及老师与学生之间的互动关系，学生对老师的信任和尊重往往源于老师在课堂外的表现。”魏和平说，参加学校活动、关心学生的生活、在困难时给予支持，都是建立良好师生关系的重要基础。当学生从老师的实际行动中感受到被尊重时，他们会更加积极地学习。

每学期，魏和平都会为家庭困难的学生送去图书和慰问品，确保这些学生能够顺利完成学业。

小雅（化名）是郾城区第二实验中学

学的学生，品学兼优，但家庭生活困难，母亲离家出走，父亲精神失常，奶奶年迈且患有多种疾病，家中的收入就是几亩地的流转费用。了解情况后，魏和平到小雅家家访，并将身上的600多元现金交给小雅的奶奶。

回到学校后，他积极与学校餐厅协商，为小雅免费提供一日三餐，让她专心学习。最终，小雅以优异成绩考入漯河高中宏志班。

“在孩子成长的道路上，我们要给予他们最大的帮助，让他们能勇敢面对生活中的各种困难，快乐成长。”魏和平说。

德馨于智，行胜于言。作为在教育战线上默默耕耘近30年的教育工作者，魏和平以其卓越的管理能力和无私奉献精神，成为师生心中的楷模与骄傲。

“未来，我将一如既往地往在平凡的工作岗位上做有情怀的教师、有温度的教育者。”魏和平说。

教育监督热线

13303958277

13503959800

微信公众平台



◆政策信息
◆教育视窗
◆投诉建议
◆违规举报

普法宣讲进校园

源汇区受降路小学

2月17日，源汇区受降路小学举办校园安全知识讲座。市公安局源汇分局老街派出所民警张肖泽结合真实案例，深入浅出地讲解交通安全、饮食安全、防欺凌等方面的知识，提醒同学们要遵守交通法规，注意饮食卫生，增强自我保护意识。

张肖泽提醒同学们，在校内要时刻注意自身安全，不在教室追逐打闹，避免意外发生；课堂上要听从老师指挥。牢记火灾逃生知识，不要玩火；无论是步行、骑车还是乘车，都要遵守交通法规。随着天气逐渐转暖，同学们要注意防溺水，远离危险水域。

宋苗苗 阮军 安华伟

源汇区外国语小学

2月17日，源汇区外国语小学特邀源汇区人民法院立案

庭副庭长、学校法治副校长刘亚伟来校开展法治教育。

刘亚伟结合真实案例，向学生讲解了网络诈骗的常见形式，如游戏充值诈骗、虚假中奖信息、冒充熟人诈骗等，并提醒学生牢记“不轻信、不透露、不转账”的防骗原则。

刘亚伟提醒，网络世界虽然丰富多彩，但是隐藏着许多陷阱，希望同学们提高警惕，增强自我保护意识。

楚娟娟

郾城区西南街小学

2月14日，郾城区龙塔街道西南街小学开展法治教育。

各班班主任通过播放安全教育视频、讲解真实案例等方式，从防溺水、防踩踏、交通安全、消防安全、防欺凌教育、防电信诈骗等方面，寓教于乐，帮助学生学习安全常识，增强安全意识，提升自救自救能力。

董艺萌

召陵区实验中学小学部渭河路校区

举办健康知识讲座

本报讯（记者 尹晓玉）2月18日，召陵区实验中学小学部渭河路校区和召陵区妇幼保健院共同举办“儿童健康开学第一课”健康知识讲座。

召陵区妇幼保健院医生杨柳用模型向学生展示了脊柱的基本结构，并通过X光片直观展示正常脊柱与侧弯脊柱。随后，杨柳介绍了

“四横一竖”两种脊柱侧弯自查方法，并邀请学生上台演示。

最后，杨柳详细讲解了预防脊柱侧弯的方法。

针对男生和女生的不同特点，杨柳还提供了几个简单易懂的标准体重计算公式，帮助大家初步评估自己的身体状况，并据此调整生活习惯。

郾城区淞江街道许洼小学

开展教师心理健康培训

2月14日，郾城区淞江街道许洼小学开展以“教师心灵花园的芬芳守护”为主题的心理健康培训。

潘铭英老师从教师的心理健康为切入点，通过对幸福的解读以及完美人生同时需要兼顾的五个方面：健康、工作、家庭、人际关系、自我成长，引导教师找到自己在团体中的角色定位。

此次培训通过故事和生活实例，从教师的现实压力与情绪困扰、教师的自我觉察与心理调适、教师的行为改变与社会支持三个方面进行了详细讲解。

培训中，潘铭英积极引导教师学会调整情绪，了解情绪背后隐藏的信息，接纳不完美的自己。

付琰斐

多彩校园生活

① 2月17日，源汇区受降路小学举行春日游园活动。图为精美的手工灯笼吸引众多学生。 本报记者 杨旭 摄

② 2月14日，市实验幼儿园举办“非遗润童心”主题活动。图为孩子们近距离观看舞狮表演。 贾婉霞 摄

③ 2月17日，郾城区太行山路小学特邀专业舞龙队进校园表演。 田向阳 摄



新学期 做最好的自己



指导老师：赵灵歌

莘莘学子好搭档 共谱营养新篇章



■本报记者 李文婧

孩子的健康成长不仅是每个家庭最大的愿望，还关系到祖国和民族的未来。党和国家高度重视少年儿童事业发展，先后制定了《中国儿童发展纲要》等政策，实施了“中国学生饮用奶计划”等一系列营养改善行动。春季新学期已经开启，学生们重返课堂，迎接新的学习和生活，他们的营养健康状况再次成为全社会关注的焦点。

把握生长发育关键期

春天是孩子长高的黄金期，家长纷

纷寻找各种方法帮助他们长高。牛奶因其丰富的营养价值成为许多家长的首选饮品。

被誉为“白色血液”的牛奶，凭借天然的高钙含量、蛋白含量优势，守护孩子健康成长。牛奶中的蛋白和乳清蛋白营养价值非常高，适于构成肌肉组织。另外，大量的脂溶性维生素、矿物质和微量元素都是溶解状态，特别是钙、磷的比例合适，有利于消化吸收，为孩子的骨骼生长和维持骨骼健康提供了营养素，促进骨骼的生长发育，降低患佝偻病、骨质疏松等骨骼疾病的风险。

这也是我国发布国家“中国学生饮用奶计划”的原因之一，通过课间提供一份优质牛奶，以提升我国在校学生营养健康水平，并培养合理膳食习惯。蒙牛集团作为首批获得国家学生饮用奶定点生产资格的企业之一，扛起推广“中国学生饮用奶计划”的大旗。为深入探究牛奶摄入对我国少年儿童健康的具体影响，蒙牛集团携

手中国学生营养与健康促进会，共同实施了“小学生饮奶与健康评估”项目，有效调研对象共计12159人，其中城市5685人、农村6474人。研究数据呈现了实施饮奶干预组孩子与对照组孩子之间的差异：干预组孩子在身高上平均增长了0.08米，体重平均增加了4.8千克。这两项指标均优于对照组孩子（身高平均增长0.06米，体重平均增加3.58千克）。项目数据显示，长期饮奶对孩子的身高增长有显著效果。

因此，增加饮奶量能有效干预少年儿童的生长发育，改善营养不足的状况，有助于身高、体重的增长。对于孩子们而言，从学龄期甚至更早开始养成每天喝奶的良好习惯很重要。坚持饮奶的孩子，在发育过程中能够获得更多营养。

守护少年儿童营养健康

众所周知，牛奶含有优质蛋白

质、钙、维生素A、维生素D、镁、钾、锌等，对少年儿童的健康成长有着积极作用。《中国学龄儿童膳食指南（2022）》推荐少年儿童每天摄入

300毫升以上的液态奶或相当量的奶制品。

增加饮奶量不仅能够有效促进孩子的生长发育，改善营养不良的情况，对



学龄儿童的体格发育产生积极影响，还能对BMI（身体质量指数）产生双向调节效果，有助于消瘦、超重或肥胖孩子的BMI值趋向正常，从而降低超重和肥胖的发生率。

受多种因素影响，许多学生在家难以保证足够的牛奶摄入量，尤其经济欠发达地区。学校成了补充家庭营养不足、加强学生营养保障的重要场所。在欠发达地区，饮用学生奶对于营养状况较差的农村学生群体而言，其营养改善的效果尤为显著。

作为首批获得国家学生饮用奶定点生产资格的企业之一，蒙牛集团始终为学生提供优质丰富的优质奶，并持续举办饮奶与健康相关知识讲座。自2002年起，蒙牛集团每年开展“牛奶助学行动”。同时，联合各行业组织扩大公益覆盖面。截至目前，蒙牛集团已累计捐赠学生饮用奶价值10亿元（仅为估量值），覆盖28个省（自治区、直辖市），惠及学生2500万人以上。

蒙牛集团将持续为少年儿童提供丰富多样的营养产品，做他们健康成长的坚实后盾。

图片由蒙牛集团提供

本版组稿：高杰 曹华