

平凡人生 收获感动

市第十二中学退休教师孟亚菲的心灵感悟

题记:如果把学校比做一辆奋勇向前的车,那么我只是车上的一颗小小的螺丝钉。我是一个普普通通的教师,每天要做的就是努力做好自己应做的工作。

光阴似箭,日月如梭。转眼间30 多年过去了,如今我已是满头白发,到了退休的年龄,就要离开这三尺讲台了。有同事问我:“要退休了,你留恋吗?”我说:“留恋,因为我爱教师这个职业,我爱讲台,我更爱学生。”说句心里话,如果问我下辈子做什么? 我会不假思索地说:“做老师,做一个永远让学生喜欢的老师。”

在 30 多年的教学生涯中,我有太多的留恋,更有太多的感动。

首先,让我感动的是我的老师。虽然已经年过半百,但我仍然时常会想起我的小学老师、中学老

师、大学老师。他们是那样地爱学生,对工作勤勤恳恳、兢兢业业,只求奉献、不求索取。1964 年,我上小学五年级,学校离家有 2.5 公里路。由于那时我是班里年龄最小的学生,每当放学晚的时候,老师就会骑上自行车把我送回家。杜纯昭老师既是我的大学老师,又是我来到市第十二中学后的同事。他更像一个长辈,经常关心我们年轻人的成长。他语重心长地对我说:“趁我还没退休,你跟着我听课,这样你一年就能顶三年。”于是,我克服一切困难,不管是正课、晚自习,还是星期天补课,我都一节不落,跟着杜老师听了一年的课。通过一年的学习,我不仅从专业上学习了很多知识、一些讲课的方法,而且让我受益匪浅的是他的敬业精神,跟他学会了如何爱学生,如何做一名优秀

的教师。

其次,让我感动的是我的学生。1997 年,我因心脏病曾三次住院。那时,我的学生放学后就会背着书包去医院帮我打水、买饭、洗碗。2001 年、2004 年、2007 年我曾三次因胃出血住院。记得 2007 年那次出院后上的第一个晚自习,学生们早已坐好,我一走到教室门口全体学生便热烈鼓掌。他们不嫌我有病,用自己的杯子给我倒水喝,把带垫子的凳子让我给我坐,真让我感动。2007 年的教师节,有位学生给我送了一个日记本、一支笔,还有一封信。信中写道:“虽然您只教我们半年,但在我们心中早已把您当成了妈妈,请允许我叫一声妈妈。天凉了,要多穿衣服,注意身体。”署名是爱您的学生。虽然至今我不知道是哪位学生,但是我永远

不会忘记孩子们曾经带给我的感动。我们知道,数学中的平行关系、垂直关系都是互相的。那么,爱也应该是互相的,如果你爱学生,学生也会爱你;如果你烦学生,学生也一定烦你。一旦你的爱被学生所接受,他们就会喜欢你这个人,喜欢听你的课,慢慢对学习产生兴趣。没有爱就没有教育,我为学生付出一点爱,学生给了我无限的爱。正是学生对我的爱,给了我无穷的力量,让我精神百倍地站在讲台上讲课,让我感到教书苦中有甜、累中有乐、快乐无穷。

让我感动的还有学生家长。在我住院期间,不管是过去学生的家长,还是当时教的学生的家长,有的听说后就去医院看我,陪我聊天。我出院后由于身体状况很差,去买菜时有些家长看到后,就会帮

我提菜,一直把我送到家,让我感动不已。我怎能不一心一意地教学生呢?

最后让我感动的还有校领导。4 月 25 日是我的生日,当校长、书记、主任亲自送鲜花为我祝贺时,我早已感动得热泪盈眶。不是因为第一次,而是因为 I 深知:那不是普通的花,那是学校的一片情,那是学校对老师的关爱呀!

正是有了这些感动,才使我对教育这么热爱,才使我如此留恋讲台,才使我真正懂得许多教育的真谛。“为人师表、尽职尽责”是我对自己的基本要求;“让学生满意、让家长放心”是我对学生和家长的承诺;“做一个让学生喜欢的老师”是我一生的追求;“让学生在学中求乐,又在乐中求学”是我的教学理念;“用力教能教得合格,用心教才能教得优秀、教得快乐”是我 30 多年教学的亲身体会。

真心希望我们的老师在教学 中首先要有爱,没有爱就没有教育,有了爱才能收获快乐。希望老师们在平凡的工作岗位上,精诚团结,乐于奉献,扎扎实实地把各项工作做好。



教育资讯

太极拳名家“论道”焦作师专

本报讯 8 月 23 日,“太极名家进校园”活动在焦作师专报告厅举行。

焦作师专邀请到了传统太极拳健身推手研究社社长、国家一级武术裁判员马长勋先生,陈式太极拳第十九世传人、国家一级裁判员朱天才先生,北京市杨氏太极拳研究会副会长、北京永年

太极拳社社长崔仲三先生、武式太极拳第五代传人翟维传先生,他们就太极拳的学习研究与传承发展分别进行了讲座。在互动环节,该校的学生、外国留学生以及一些社会青年纷纷上台请教。

焦作师专党委书记刘文锴还为 4 位太极拳大师颁发了客座教授聘书。

(梁文)

优尼卡连锁加盟招商会举行

本报讯 优尼卡教育机构日前在市三维戴斯酒店举行了运营连锁加盟会,邀请专家针对当今社会少儿培训机构进行了深度分析,对优尼卡办学历程、学校运营、企业文化建设、课程体系、行业未来发展进行了说明。

据介绍,优尼卡教育是一个以英语教育为主、科技教育并行的青少年儿童教育连锁机构,目前在全省有近 50 家学校,是一个具有较高知名度的直营连锁教育机构。

(孙军)

明珠小学安全教育为第一课

本报讯 孟州市明珠小学在开学第一天开展了安全教育专题教育活动,把安全教育作为学生开学的第一课。

该校以“强化安全管理,构建和谐校园”为主题,对学生进行交

通安全、消防安全、饮食安全、校园活动安全四方面的教育。该校还在校园里展示了安全教育挂图、手抄报,组织学生收看警示片,并举办了演讲会、安全知识竞赛等活动。

(王艳萍)

北古小学第一课学唱《国歌》

本报讯 开学第一天,为了对一年级新生进行爱国主义启蒙教育,武陟县大虹桥乡北古小学给刚入校的新生上的第一课就是学唱《国歌》。

班主任老师先在黑板上画了一面五星红旗,告诉孩子们升国

旗的时候要唱《国歌》,要立正,要行队礼。老师示范着唱《国歌》、行队礼,然后教孩子们唱和做,并分组比赛,孩子们兴趣很高,用了一节课多一点的时间,差不多都学会了唱《国歌》、行队礼。

(徐学杰)

小学作文教学的新策略

孟州市谷旦镇谷旦小学 刘亚丽

传统的封闭式小学作文教学过于理性化,不但挫伤了学生的习作兴趣,而且直接影响了学生作文能力的提高。针对这种情况,我在作文教学方面进行了大胆尝试,通过创设情境,启发、引导、激发学生写作的兴趣,教给学生

不仅要选择生动有趣的题材,还要掌握口头表达的技巧。口头作文成了我们班每次作文课不可逾越的教学环节。说是写的基础,写是说的延续,只有言之有物,才能写具体;只有言之有序,才能使文章条理清楚、情真意切。

学生的说话、动手能力,而且培养了学生思维的独立性。

引导学生先说后写作文。低年级正是句子训练的最佳时期,而句子训练的前提是牢固地掌握词语,所以在小学应该重视引导学生积累、丰富语言。作文课在此基础上,先进行口头说,要求学生

引导学生通过活动写作文。根据学生的年龄特点,开展形式多样的活动,让学生在玩中学、学中玩。我们在引导学生有重点、有顺序地观察事物、观察生活的的基础上,进一步引导学生展开丰富的想象,使学生从不同的角度认识新事物、身边的人和事,在不知不觉中积累了写作素材,在此基础上指导学生写作,学生才会有东西可写。

公示

焦作华润置业有限公司名下的 2-39-35 号土地,土地证号:焦国用(2011)第 00929 号,抵押于河南修武农村商业银行焦作高新技术产业开发区支行。特此公告
焦作华润置业有限公司



我们开学了



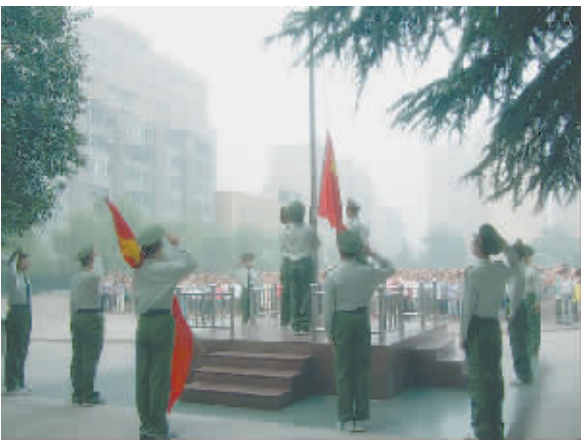
9 月 1 日,在市第十一中学举办的开学典礼上,该校新生正在进行军训会操表演。

本报记者 王正义 摄



9 月 1 日,解放东路第二小学一年级(3)班的孩子们齐唱《上学校》,欢快地结束了第一堂入学教育课。

本报记者 吉亚南 摄



新学期开学第一天,市第十八中学举行了隆重的升旗仪式,激发了全校师生的爱国热情。

朱雪玲 摄



9 月 3 日上午,焦作一中高一新生军训效果汇报会在焦作市少年军校举行。



近日,市技师学院对入校新生进行了军训。

任建军 摄

温县 2011-07 号国有建设用地使用权拍卖出让结果公示

按照《土地管理法》、《城市房地产管理法》、《招标投标挂牌出让国有土地使用权规定》和《招标投标挂牌出让国有土地使用权规范》等有关法律法规,遵循公开、公正、公平的原则,我中心于 2011 年 8 月 10 日至 2011 年 9 月 1 日拍卖出让 1 宗国有土地使用权。现将有关情况公示如下:

一、地块基本情况:				
地块编号	2011-07	地块位置	黄河路西段北侧、司马大街东	土地用途
土地面积(m ²)	9727.1	出让年限	70 年	成交价(万元)
受让单位	王广超			

二、公示期:2011 年 9 月 2 日至 2011 年 9 月 12 日。
三、该宗地双方已签订成交确认书,在 10 个工作日内签订出让合同,相关事宜在合同中约定。
四、联系方式
联系单位:温县公共资源交易中心 单位地址:黄河西路 366 号
邮政编码:454850 联系电话:(0391)6135085 联系人:王先生

温县国土资源局 温县公共资源交易中心
2011 年 9 月 2 日

远离肝炎的五大窍门



孙建民:副主任医师,焦作市医学会感染病学分会委员,焦作市第三人民医院东二环路门诊部主任。1991 年新乡医学院医学系毕业,获学士学位。长期从事医学临床工作,在国家级、省级、市级专业刊物上发表论文 20 余篇。曾在北京佑安医院、上海传染病医院、浙江医科大学进修。对老年性疾病、慢性非传染性疾病以及慢性肝炎、病毒性肝炎、肝硬化、脂肪肝、酒精肝、痢疾、慢性腹泻、脑炎等疾病的诊断、治疗具有较高的水平及丰富的临床经验。

许多人闻肝炎色变,其实,有许多方法可以让市民远离肝炎的困扰。近日,市第三人民医院东二环路门诊部主任孙建民,介绍了远离肝炎的五大窍门及其有关知识,提醒市民如何对病毒性肝炎进行预防。

孙建民说,肝炎患者可以从药物、饮食、衣着、睡眠、排泄、生活起居、运动娱乐等日常细节中作好养生护理。详细地说就是以下五个要诀:

要诀一:药物服用要注意。患者要审慎地服用药物,因为肝脏是代谢大多数药物的器官,而药物代谢过程中常会产生一些有毒性的物质,容易伤害肝脏,导致药物性肝炎,更容易加重肝脏病情,所以服用任何药物或民间偏方前,建议先通过专业医师审查。

要诀二:饮食摄取要均衡。饮食以新鲜天然、均衡饮食为最重要,避免摄取不新鲜、发霉、油炸、腌渍、罐头等加工食物。除此之外,还要拒绝酒精的诱惑,因为肝脏是酒精的主要代谢场所,而酒精和其代谢物会伤害肝细胞,形成酒精性肝病,甚至发展成肝硬化,同时还会大大提升肝癌的罹患率。所以肝炎患者应尽量减少酒精摄取,最好远离酒精,杜绝饮酒。

要诀三:大小便的留意与观察。孙建民说,平日患者应留意小便的颜色,若呈浓茶

状,表示可能有肝功能失常或有胆道的问题,应及时向医师求救。而肝硬化病人若大便在体内囤积太久,还会产生较多的氨,容易引起肝昏迷症状。此外,应随时观察大便颜色,若大便颜色呈黑色或柏油状,应怀疑是否有出血迹象,此时要快速就医诊治。

要诀四:衣着要舒适宽松。肝炎或肝硬化患者,容易出现皮肤瘙痒症状,穿的服装建议选择棉质衣物,这样可以减少衣物与皮肤摩擦所产生的痒感。若肝硬化合并严重腹水的病人,则建议准备平时大 1 至 2 号尺寸的衣服较为舒适。

要诀五:休息充足,睡眠足够。充分的休息与睡眠是肝炎患者基本保健之道,只要平常觉得精神饱满,或是活动后不觉得累,就说明达到了充分休息的状态。如果始终有睡不足的感觉或人睡困难等情况,则应该与医师讨论,并作适当处理。

做到了以上五点,患者就可以远离肝炎了。

王龙卿

专家面对面
电话:3993317 13839151762
焦作市第三人民医院主办
治疗乙肝 首选三院

中拍协“A”级拍卖企业 重合同守信用企业 诚信示范单位
拍卖公告
受人民法院委托,我公司定于 2011 年 9 月 22 日 9 时在焦作市公共资源交易中心公开拍卖以下标的:
1. 焦作市山阳区焦东北路 23 号楼后北东单元 6 楼东户房产。
2. 博爱县许良镇栗庄村一处宅基地(含地梁)。
有意竞买者,请于 2011 年 9 月 21 日 16 时前缴纳保证金,1 号标的 4 万元,2 号标的 4000 元,并持有效证件到焦作市公共资源交易中心办理竞买手续(保证金以实际到账为准)。竞买不中者,保证金于拍卖会后 3 个工作日内全额无息退还。
展示时间:自公告之日起
保证金账户名称:焦作市公共资源交易中心
开户行:焦作工行焦东路支行
账号:1709020319200050059
焦作市公共资源交易中心地址:焦作市阳光大厦 B 座一楼
咨询报名电话:(0391)3568911
拍卖公司电话:(0391)2622222 13939158862
拍卖公司地址:焦作市朝阳路 203 号
焦作市正大拍卖有限责任公司
2011 年 9 月 6 日

公示
焦作市亿城房地产开发有限公司在焦作市山阳区太行路与塔北路交叉口的翰林雅筑小区二层在我行办理抵押贷款,如有异议,请与我行联系。
联系电话:13083680250
孟州农村商业银行股份有限公司
2011 年 9 月 5 日

首付 15800 元 再送 15800 元
0 利率、0 手续费分期活动火热进行中
即日起至 10 月 31 日东风风神全系车型,即可尊享首付 15800 元。0 利率、0 手续费分期,至高优惠 15800 元零礼相送。(详情请咨询当地经销商)
东风风神 CNBA NBA 官方市场合作伙伴
超低首付 15800 元 再送 15800 元
S30 AEO AEO CROSS
焦作开远 焦作市南海中路 888 号 1039118868833 济源金顺昌店 039112070289