来自金华市教学改革先进单位溪岸小学系列报道③

溪岸小学有一个富有活力爱岗敬业的团队
62名教师群策群力培育千余学子

快乐“溪小” 活力团队

集体备课

清晨，学生们还没到校，他们就在教室做好准备，一天的学习工作就此拉开序幕；黄昏，学生们都已离开校园，他们还在办公室批改作业、准备次日的教学工作。溪岸小学的62名教师，年复一年，日复一日，就这样不辞辛劳，兢兢业业默默奉献在工作岗位上，精心培育着祖国的花朵。

近日，记者前往该校采访时，老师们都谦虚地说：“这是我们应该做的。”没有豪言壮语，只求默默耕耘，静静育人，个个以校为家，一心扑在教育事业上，为“溪小”23个班近1200名学生的成长奉献一份力量。

□记者 章芳敏

A 集体备课，取长补短

在溪岸小学，有一支敬业优秀的教师队伍，用专业知识为学生答疑解惑，同时各学科都有一名学科负责人，负责学科教学研讨等工作，更好地实现教学资源共享。该校教师平均年龄不到40岁，青年教师占70%以上。为了更好地培养教师，提升学校软实力，该校每周都会组织教师分学科开展集体备课。集体备课为老师们搭建了良好的交流沟通平台，让大家取长补短，共同提升。不少新进教师纷纷表示，集体备课让他们更快更好地融入教学中，也积累了不少教学经验。在一些老教师的带领下，他们学到了教学管理方法以及授课技巧等。

该校还成立了“胡老师语文工作室”，聘请语文专家每周三上午到校指导青年教师的语文教学工作。工作室成立至今已有两年多，老师们都觉得受益匪浅。青年教师黄李悦说：“她大学毕业到该校教学已有4年多，参加‘胡老师语文工作室’后，学到了不少语文专业教学知识和技巧，教学成效初显，还拿了不少奖。现在，我上课觉得轻松，学生们掌握知识也更快了。”

与此同时，该校挖掘本校资源成立了“数学优师工作室”，指定一批教坛新秀负责该工作室开展教研活动，带领其他教师奋发图强，提升整体素质。每周五的上午，工作室组织成员开展教学活动，让大家相互学习。

“你有一种教学思想，我有新的教学理念，交换后，每人都集纳多种教学思想，甚至能领悟到更多。”该校副校长施子嫣说，“集体备课和工作室的开设为教师们提供面对面的交流平台，加快老师专业成长的步伐。”

B 无私奉献，树立榜样

“前段时间，我们学校有位老师因为施行甲状腺手术，吴晓燕老师就免费帮忙代了两个多月的课。她的为人真的没话说，我们大家都称她为‘晓燕姐姐’。”提起教师吴晓燕，学校上下赞赏有加。

记者见到吴晓燕时，她刚刚上完课。只见她中等偏瘦的身材，架着一副黑框眼镜，说话声音柔和，一听到赞许就脸红。她是数学老师，兼教英语课。身为一名党员，遇到同事有事相求，学校课务难安排，她“该出手时就出手”，从不推却，尽心尽责地做好工作。她所带的班级，历年考核中成绩名列全校前茅。她曾获评金华市优秀班主任。因为工作出众，同事让她交流一下经验时，吴晓燕自称是‘班里蹲’老师。

好一个“班里蹲”！现在，吴晓燕的丈夫在外地工作，女儿上高中，她更是把所有时间精力都花在学校和学生上。上班期间，她都住在学校宿舍。早自习，她会到班里陪学生一起早读。下课了，她会在教室走廊批改作业，发现错误及时把学生叫到跟前讲解。在保证学习的同时，她也鼓励学生劳逸结合，让他们德智体美全面发展。该校象吴晓燕这样的老师还有一大批。

随着全面二孩政策落地，该校有好几位老师同时怀孕。面对这种情况，该校教师齐心协力，互帮互助，共担教学任务，在不另招教师的情况下，保障正常教学。

该校校长方杰锋说：“教师充满活力、爱岗敬业、勇于奉献，是学校之福、学生之幸，也是我当校长的靠山。正是有了他们的团结合作、执着追求，学校的各项考核都名列全市前茅。”

预防冠心病 改不良习惯

□记者 章芳敏

“冠心病病人不能吃啥？”“冠心病有啥预防方法？”15日晚，市图书馆底楼人头攒动，由市疾控中心、健康教育所力推的市民健康学校讲座在此举行。不少中老年人正围着市一医心内科主任兼大内科主任、主任医师赖长春咨询与冠心病相关的问题。

什么是冠心病？赖长春介绍，冠心病是一个全球性的健康问题。冠心病分心绞痛、心肌梗塞、心力衰竭、心律失常和猝死。冠心病治疗方法主要有非药物治疗、药物治疗、介入性治疗和外科冠状动脉搭桥术。

记者从现场咨询了解到，“如何预防冠心病”是市民最为关心的问题。赖长春说，预防冠心病最重要的是改变不良的生活方式。1992年在加拿大发布的维多利亚心脏宣言，提出了心脏健康的四大基石即合理膳食、适量运动、戒烟限酒和心理平衡。合理膳食就是限盐、限酒，多吃新鲜蔬菜、豆类和豆制品，常吃水果、每天250ml牛奶、1－2两瘦肉，每周吃鱼1－2次、少吃动物内脏，主食多样不过量。同时要控制体重和加强体育锻炼。此外，多吃燕麦、洋葱、玉米、山药、地瓜、红枣、山楂、苹果等食物可以降低胆固醇，起到保护心脏的作用，防治冠心病。

如果你身边有冠心病患者，那么可以告诉他们要学会数脉搏，以便监测家庭康复运动强度。患者在运动中止后即刻数脉搏10秒钟，乘以6为一分钟心率。患者的心率应于运动停止7—10分钟后恢复至运动前水平，如果不能恢复，则考虑运动量过大。

市民胡美安是健康学校的老听众了，多年来几乎没落下一课。她说：“毛病不知何时来，我学点保健知识防未病。多年听讲下来，我觉得健康讲座真的很不错，让我们了解了不少健康养生知识。就像今天的讲座，我学到了一些和心脑血管疾病相关的防治知识，刚好可以和患有心脑血管病的亲朋好友分享。”

世界早产日：市妇保院在行动

□通讯员 朱敏慧

早产儿是指出生时胎龄小于37周的新生儿。近年来，围产医学迅速发展，使得早产儿的存活率大幅提高，随之带来了早产儿的生存质量和远期影响等问题。在市妇保院新生儿专科，住院病人中早产儿比重达70%。

11月17日是世界早产日，市妇保院举办了“关注早产儿，呵护早到天使”大型讲座和免费义诊活动。

活动中，几位成功抚养早产儿的妈妈作了经验分享。省儿童医院康复科副主任医师王慧从早产儿的生理特点以及护理等方面为家长详细讲解早产儿养育的各种问题；儿科、康复科、儿保科高年资医生为家长一对一答疑解惑；新生儿科安排患儿父母现场参观早产儿病房，让妈妈与早产儿宝宝来了次亲密接触。

为降低早产儿发育风险、优化早产儿生存质量，即日起，市妇保院每周三、周五上午开设新生儿—儿童保健联合特需门诊，由新生儿专科、儿童保健科、儿童康复科协同对早产儿进行专项管理。

永康日报社出版 社址：总部中心金贸大厦第三第四层 电话：87111855 广告中心电话：87138766 广告许可证：3307224000001 永康日报社承印
邮编：321300 发行：永康邮政局 87128043 定价：每月18元 零售：每份1元
永康新闻网 永康生活网