

基层教师风采录⑤

# 甘为杏坛“孺子牛”

## ——记方城县一高中教师王文玲

本报记者 孟新生  
特约记者 王丙双

从1991年走上三尺讲台，到如今两鬓染霜，王文玲始终坚持每天早上五点半起床，第一个赶到班里。即使是节假日，他也习惯了早早起床，到学校转转。

王文玲是方城县一高中的数学老师，2000年以来，一直担任高三年级的班主任和年级主任。

### 痴心耕耘

1991年7月，王文玲从原南阳师专数学系毕业，分配工作时，品学兼优的王文玲原本有很多选择，但他主动要求到离县城20公里外的二高中工作。当时二高中的环境较差，工作和生活条件艰苦，王文玲认为这正是锻炼自己、大展身手的好机会，毫不犹豫做出了选择。

自走上工作岗位第一天起，王

文玲从来就没耽误过一节课，很少过节假日、星期天。无论刮风下雨、酷暑寒冬，他以“勤”去教育、感染学生，以“勤”去做好每一件事情。他像鲁迅笔下的孺子牛，始终把精力和激情投入到工作岗位上，兢兢业业教书，踏踏实实育人，为高校培养和输送了大批优秀学生。后来，因工作需要，王文玲被调到了一高中。

开展常规教学之余，王文玲结合实践，撰写教学论文，已在国家级刊物上发表20余篇。他本人先后获得省优秀教师、省优秀辅导员和市级优秀班主任、优秀教师、中小教师标兵以及县级十佳青年、劳动模范、教学名师等20余项荣誉称号。

### 真情感化

多年来，王文玲注重做好学生的思想工作，引导学生树立正确的的人生观、价值观，培养学生良好的学习习惯，有效激发了学生的学

习动力，营造了良好班风、学风，收到了较好的效果。

“学深为师，品正为范”，王文玲把大学时的校训当成自己的座右铭，用自己的人格魅力感召学生。在王文玲的任教生涯中，他接过同年级中综合成绩最差的班。王文玲根据班级实际情况，经过深入研究，和相关任课老师一道，遵照“先治乱后治教，强化基础，逐步提升”的工作思路，把一腔真情倾注到班级管理之中，经过一年的持续努力，逐渐扭转了该班的落后局面。王文玲清楚地记得，那一届学生参加高考达到本科分数线的人数名列全校第一。

### 勇挑重担

在教学中，王文玲启发诱导，强化训练，由浅入深，强化重、难点，精心安排教学内容，遵循学生的认知规律，认真处理好讲和练的关系。

由于方法得当，措施得力，王文玲所教的班级班风正，学风浓，考试成绩总是在全校名列前茅。

服从学校安排，自我加压，勇挑重担是王文玲的一贯作风。2016年，是王文玲特别忙的一年，他既是班主任又是两个班的数学老师，同时还兼任高三年级数学组备课组长、学校教务处副主任。针对不同的岗位要求，王文玲统筹兼顾，处处起到模范带头作用，各项工作稳步开展的同时，还把一批青年教师培养成为方城县课改标兵、教坛新秀。当年高考，方城县一高中一本上线338人，比上年翻了一番，王文玲所教的三(3)班75人，一本上线62人，名列全县第一名。

一分耕耘，一分收获。王文玲付出的是辛勤和汗水，换取的是学生的爱戴、领导的赞赏、家长的好评和社会的认可。通过这样的方式实现自己的人生价值，王文玲觉得很自豪。②

## 中医药养生保健谚语

夜卧早起，广步于庭，被发缓形，以使志生。(《素问·四气调神大论》)  
动作以避寒，阴居以避暑。(《素问·移精变气论》)  
谨道如法，长有天命。(《素问·生气通天论》)  
食后须行百步多，手摩脐腹食消磨。(清·尤乘《寿世青编·孙真人卫生歌》)  
精、气、神，养生家谓之三宝。(明·绮石《理虚元鉴·心肾论》)  
善服药者，不如善保养。(明·解缙《永乐大典·卷一万一千六百二十》)  
乳贵有时，食贵有节。(清·吴谦《医宗金鉴·幼科心法要诀》)  
食能以时，身必无灾。(《吕氏春秋·尽数》)  
善养生者，先饥而食，先渴而饮，食欲数而少，不欲顿而多。(唐·孙思邈《备急千金要方·道林养性》)  
纵欲戕生，古今同慨。(清·梁

章铤《退庵随笔》)  
粥饭为世间第一补人之物。(清·王世雄《随息居饮食谱》)  
治身养性谨务其细，不可以小益为不平而不修，不可以小损为无伤而不防。(晋·葛洪《抱朴子》)  
知恬逸自足者，为得安乐本。(明·高濂《尊生八笺》)  
正气存内，邪不可干。(《素问·遗篇刺法论》)  
元气实，不思食；元神会，不思睡；元精足，不欲欲；三元全，陆地仙。(明·胡文煊《养心要语》)  
御女之法，能一月再泄，一岁二十四泄，皆得二百岁。(唐·孙思邈《备急千金要方》)  
与其救疗于有疾之后，不若摄养于无疾之前。(元·朱震亨《丹溪心法》)  
涌泉二穴，精气所生之地，寝时宜擦千遍。(清·尤乘《寿世青编》)  
阴之所生，本在五味，阴之五官，伤在五味。(《素问·阴阳应象大论》) ①

## 中医药文化科普进基层⑦

市中医药管理局协办

## “河南慈善奖”开评

本报讯(记者段平)9月5日，记者从市民政局获悉，今年起，我省将首次评选“河南慈善奖”，我市已启动全市候选对象的推荐工作，符合条件者请务必于9月30日前进行申报。

“河南慈善奖”是我省慈善领域政府最高奖，旨在表彰热心参与和支持我省慈善事业发展，在慈善领域作出突出贡献、社会影响较大，个人、企业、机构、项目和单位。首批计划评选表彰100个先进个人和集体，奖项覆盖爱心捐赠企业、优秀慈善项目、优秀慈善组织、爱心慈善楷模、爱心捐赠个人、优秀志愿服务者、优秀慈善工作者等七大类别。

本次评选范围：2011年以来热心参与和支持我省慈善事业，在扶贫、济困、赈灾、扶老、助残、恤病、救孤、优抚方面，促进教育、科学、文化、卫生、体育等事业的发展，保护和改善生态环境等公益活动中作出突出贡献的个人、企业、机构和项目，包括港、澳、台同胞、海外侨胞及在豫国际友人。被推荐或自荐参加评选的个人、企业、机构或项目，提交评审材料弄虚作假，或有瞒选行为以及列入失信被执行人的，一经核实，取消评选资格，两届“河南慈善奖”评选周期内，不得再进行申报。⑥5

## 中秋节月饼热销

本报讯(记者洪塔)距离中秋节还有一个月的时间，月饼已陆续上市，让人提前感受到节日氛围。

昨日，记者走访城区多家超市发现，很多商家为了迎合消费者的个性化需求，在月饼的品种、包装上不断翻新花样。销售人员告诉记者，面对市场的多元化需求，不少商家除了推出符合中老年人口味的传统月饼外，还为了迎合年轻人的需求而推陈出新，改变了月饼单一的甜味，适当加入咸、酸等口味，口感独特，吸引尝鲜者争相购买。

超市相关负责人介绍，现在月饼上市的时间是一年比一年早了，主要是为了提前占领市场，月饼的提前上市，无疑在一定程度上拉长了销售期。⑥3

## 社区口腔门诊 方便群众就医 市口腔医院第三门诊部成立



本报讯(记者李贺 通讯员高艳红)9月6日，南阳市口腔医院第三门诊部在七一街道大众社区成立。南阳市口腔医院是一所集临床、科研、教学、预防为一体的口腔专科医院，其口腔专科技术居河南省领先地位。为落实医改政策，提高公立医院名科、名医向基层延伸

力度，方便社区居民享受安全规范的口腔诊疗服务，南阳市口腔医院在市卧龙路开设第三门诊部。新建的第三门诊部借鉴国外先进设计，诊疗面积近200平方米，设有独立单元式牙科综合治疗台6台。依托南阳市口腔医院的人员、技术、设备、管理、信息的支持，以

口腔临床医疗为主，开设有口腔修复、口腔种植、口腔正畸、牙体牙髓、牙周病、口腔黏膜病、儿童口腔、口腔预防保健、口腔外科等口腔诊疗项目。为保证医疗质量和医疗安全，门诊部配备有口腔CT、数字化牙片机，设有独立的门诊手术室和消毒供应室。在院感方面，严格按照医院的消毒灭菌标准，执行器械一人一机一灭菌，确保为患者提供安全、高效、优质的医疗服务。

第三门诊部成立后，将实行多专业、多学科会诊，为每位患者制订适宜的全面诊疗计划和方案，减少患者就诊次数，缩短诊疗时间，提供一站式服务。所有医护人员均来自总院，南阳市口腔医院的知名专家将每周轮流来此坐诊。

第三门诊部的成立吸引了社区居民，有口腔疾病的居民直接进入门诊治疗。看牙往往需要不止一次的诊疗，家在卧龙区卧龙观邸居住的居民王阿姨说，这下好了，医院搬到家门口了。②12

## 有一种乳腺病筛查叫钼钯检查

### 教师节期间，南阳医专二附院每天招募10名女士免费检查

乳腺钼钯又称钼钯检查，是目前诊断乳腺疾病简便、可靠的无创性检测手段，无痛苦，简便易行，且分辨率高，重复性好，留取的图像可供前后对比。目前，拥有美国豪洛捷乳腺钼钯摄影机的南阳医专二附院已把钼钯检查作为常规的乳腺病筛查手段。教师节期间(9月9日至9月14日)，南阳医专二附院每天招募10名女士免费检查，教师优先。

钼钯摄影机具有先进的技术和优越的性能，可以获取最佳的乳腺影像。它的特点是检测出医生触摸不到的乳腺肿块，对

于少许微小钙化(这些细微的病变可小至0.15毫米)为唯一表现的超早期乳腺癌(临床门诊阴性)，也能早期发现和诊断。钼钯检查可筛查出以下疾病：

- 1.乳腺恶性肿瘤：即乳腺癌。乳腺片能发现直径约5毫米微小钙化的存在及临床上摸不到肿块的阴性乳腺癌。
- 2.乳腺良性病变：乳腺纤维腺瘤、脂肪瘤、囊肿、乳腺炎、乳腺增生性疾病等。
- 3.乳导管疾病：导管癌、导管内乳头状瘤、导管扩张症等。
- 4.乳腺癌化疗前后的疗效对比观察。

5.男性乳腺发育症、男性乳腺癌。

- 6.副乳各种疾病的诊断。
- 7.腋窝淋巴结阳性患者。
- 8.普查可发现癌前病变及早期乳腺癌。
- 9.乳腺囊肿的介入治疗。
- 10.软组织内非金属异物的定位及软组织疾病的诊断。

相关链接：南阳医专二附院乳腺科专家团队实力雄厚，现有副高级以上医生5名，技师2名。从事各种乳腺疾病的诊断及治疗，对早期乳腺癌诊断尤为准确，对乳腺增生有独特的治疗方案，治疗效果好。②11

## 公告

南阳中元阳光置业有限公司：你公司违法违规建设的峰基伟业·御园房屋的行为，违反了《中华人民共和国建筑法》第七条的规定。依据《中华人民共和国建筑法》第六十四条《建设工程质量管理条例》第五十七条规定，本机关拟对你公司作出责令停止违法违规行为并处以人民币148万元罚款的行政处罚。

告知[2015]第AA002号)和《行政处罚听证告知书》(宛建监罚听告字[2015]第AA002号)。自本公告发出之日起满60日，即视为送达。你公司可在收到本告知书之日起3日内提出书面陈述、申辩意见，或要求举行听证。逾期不陈述、申辩或听证的，视为你公司放弃陈述、申辩和听证的权力。②11 特此公告 南阳市住房和城乡建设委员会 2017年9月7日

## 公告

南阳中元阳光置业有限公司：你公司违法违规建设的峰基伟业·御园房屋的行为，违反了《建设工程质量管理条例》第十三条的规定。依据《建设工程质量管理条例》第五十六条的规定，本机关拟对你公司作出责令停止违法违规行为并处以人民币49万元罚款的行政处罚。

政处罚听证告知书)(宛建监罚听告字[2015]第AA004号)。自本公告发出之日起满60日，即视为送达。你公司可在收到本告知书之日起3日内提出书面陈述、申辩意见，或要求举行听证。逾期不陈述、申辩或听证的，视为你公司放弃陈述、申辩和听证的权力。②11 特此公告 南阳市住房和城乡建设委员会 2017年9月7日

加强未成年人思想道德建设

# 关心和爱护未成年人健康成长 人人有责

南阳日报 创意设计 李莉铭