

“全国优秀教师”马永飞：

“让孩子在爱的阳光下茁壮成长”

文/图 记者张贞林 吴忠斌 通讯员曹君华

人民需要这样的**好老师** ⑭

12月2日早晨6时许，天空还未完全亮，郧阳区白桑关镇高庙九年一贯制学校早已灯火通明，学生和老师们陆续到操场集合。此时，该校党支部副书记、副校长、全国优秀教师马永飞已在此等候。“这是我的习惯，要求学生做到的，当老师的要做得更好。”阵阵寒意中，马永飞双手抱在胸前，看着有序集合的学生们，脸上写满幸福。

“教育就是要养成良好的习惯”

6时25分，在马永飞的指挥下，同学们迈着整齐划一的步伐开始跑步，各班级时不时喊出口号，声音洪亮，响彻整个校园。

“我今年刚调到高庙九年一贯制学校，让学生跑步喊口号是我倡导建设活力校园的第一步，目的是提升学生们一天的精气神。”马永飞说。

阳光、帅气、干练是马永飞给人的第一印象。在他的身上，你能感受到一个东北小伙的豪爽与真诚。

“这里的气候比我家乡暖和多了，我渐渐爱上了这个地方。”马永飞说，“我爷爷是一名‘好老师’，在他的教育熏陶下，大学毕业业后，我如愿以偿地成为了一名老师！”

马永飞出生于黑龙江省佳木斯市桦南县一个农村家庭。2015年，大学毕业后，他被武汉一家企业录用，虽然薪资很高，但他始终念念不忘自己的“教师梦”。工作不到两个月，他果断辞职报考了郧阳区的资教老师。他从教的第一站在刘洞镇九年一贯制学校。

马永飞从教的第二年，班上一位黄姓学生引起他的注意。他每天穿着一件白色短袖，衣服上的污渍和汗味常常引来同学异样的眼光。马永飞通过家访了解到，这名学生生活在一个单亲家庭，爸爸常年在外打工，他长期和爷爷生活在一起。

马永飞主动和他拉家常，得知他喜欢史铁生的作品，马永飞便研读了很多史铁生的著作，用史铁生的精神世界打开了他的心扉。马永飞还买来蛋糕，和全班同学一起给他过生日。

今年春节，黄同学给马永飞打来电话，感激地说：“马老师，您是点亮我生命的人，很幸运做您的学生，我也要跟您一样去点亮别人的生命……”

看着一批又一批学生健康地走出校园，马永飞感慨地说：“当了这么多年老师，我体会到，没有什么比呵护学生心灵更重要、更让人有成就感了。”

“一视同仁，用心开导教育学生”

7时15分，马永飞到学生食堂陪餐，



马永飞课间和学生握手拥抱

维持学生就餐秩序，监督学生餐后餐具放到指定位置。

知而行之，行而知之。马永飞的教龄并不算长，可是他所做的一切，就如冬天的阳光，给学生带去温暖和希望。

“无论是在刘洞镇的学校，还是在现在的学校，都有很多留守儿童。面对不同性格的学生，我始终牢记爷爷对我的教导，对学生一视同仁，用心开导教育他们。”马永飞说。

马永飞从教的第二年，班上一位黄姓学生引起他的注意。他每天穿着一件白色短袖，衣服上的污渍和汗味常常引来同学异样的眼光。马永飞通过家访了解到，这名学生生活在一个单亲家庭，爸爸常年在外打工，他长期和爷爷生活在一起。

马永飞主动和他拉家常，得知他喜欢史铁生的作品，马永飞便研读了很多史铁生的著作，用史铁生的精神世界打开了他的心扉。马永飞还买来蛋糕，和全班同学一起给他过生日。

今年春节，黄同学给马永飞打来电话，感激地说：“马老师，您是点亮我生命的人，很幸运做您的学生，我也要跟您一样去点亮别人的生命……”

看着一批又一批学生健康地走出校园，马永飞感慨地说：“当了这么多年老师，我体会到，没有什么比呵护学生心灵更重要、更让人有成就感了。”

“坚守和执着源自纯粹的爱”

下午2时30分，马永飞来到八年级（1）班上数学课，他上课风趣幽默，深受学生欢迎。

今年教师节前夕，马永飞到十堰城区领取“全国优秀教师”荣誉证书，让孩子们牵挂不已。

“那天中午，我在食堂陪餐，班上

短评

甘于奉献 乐教爱生

吴忠斌

什么是教育情怀？教育情怀是一种对教育事业的热爱和奉献精神，体现为对工作的投入、对学生的关爱、对教育使命的坚守。教育情怀不仅是一种情感态度，更是一种价值取向，承载着教育者对教育工作的热切追求和持久信念。正如马永飞老师所说：“所有的坚守和执着，都源自纯粹的爱。”

为了心中的教师梦，马永飞不惜背井离乡，从大城市来到小山沟。他心怀对教师职业的热爱和向往，不断努力和探索，用一堂堂生动鲜活的教学课，引导学生健康成长；他宽容对待学生，用爱心和耐心点亮孩子的人生……

3个同学跑过来问我马老师为什么没来上课、什么时候回学校。”白桑关镇高庙九年一贯制学校党支部书记、校长周开玲回忆说，“当我把马老师获奖的信息告诉他们后，他们非常高兴。”

道在日常，教在细微。除了课堂教学外，马永飞还推行多样化的校园活动。

“每个孩子都有独特的天赋和潜力，教育的任务就是为他们提供施展才华的舞台。”马永飞按照“规定动作+特色动作”的思路，精心设计系列活动，除了组织学生做广播体操，还积极开展队列比赛、口号拉练、诗歌朗诵、班级PK等活动，让每个孩子都能找到施展才华的舞台。

晚上9时40分，马永飞来到学生宿舍查寝，他一边查看一边嘱咐学生：“夜晚气温低，大家要盖好被子，注意保暖。”晚上10时，在清冷的寒风中，马永飞回到宿舍开始复盘一天的工作，思考如何更好地做好教学与管理工作。

马永飞是两个孩子的父亲，虽然他把父母从遥远的东北接到郧阳安家，可与家人总是聚少离多。

“所有的坚守和执着，都源自纯粹的爱。”马永飞说，“选择了这里，我就要用爱心、真心、细心、责任心去教育好每一个学生，让每一个孩子在爱的阳光下茁壮成长。”



新鲜！小学生自制中草药奶茶



学生展示鲜菊花

本报讯 记者宋雅璐 通讯员周琰 黄莹报道：“自己做的中草药奶茶既健康又营养。”11月26日，市重庆路小学五（8）班学生高瑾萱手捧自制的中草药奶茶高兴地说。

当日，市重庆路小学开展别开生面的主题实践活动。学校国学社社长朱素娟带领孩子们在学校“百草园”中草药种植基地里采摘新鲜的菊花与枸杞，放在学校晾晒。

“枸杞和菊花搭配，具有滋养肝肾、益精明目、清热解暑等功效。”活动中，该校邀请市中医医院治未病中心副主任余冬月为学生讲解中草药的功效和中医药文化的深厚底蕴。

在余冬月的指导下，孩子们将晒干的菊花、枸杞、红枣放进养生壶中煮泡，煮沸一段时间后，把热腾腾的中草药汤倒入牛奶中，一杯中草药奶茶就做好了。“中药传统鉴别方法主要包括眼看、手摸、鼻子闻、口尝四个方面。”在现场教学中，余冬月为同学们讲解辨别中草药的简单方法。

“学校在主题实践活动中融合劳动教育与优秀传统文化教育，培养学生的健康意识和养生观念，让传统医学文化得到传承与弘扬，让学生在劳动实践中提升文化自信。”该校副校长王澜说。

会玩！校园里舞起郧阳凤凰灯



学生排练“郧阳凤凰灯舞”

本报讯 记者王聪聪 通讯员王德斌报道：“老艺人讲究‘脚眼手身法’，掌灯人要走‘鸡子步’和‘矮子步’，同学们看我演示。”12月3日，在郧阳科技学校“郧阳凤凰灯舞”社团培训课上，国家级非物质文化遗产项目“郧阳凤凰灯舞”代表性传承人史清正在给学员讲解表演凤凰灯舞的要领。

该社团现有20多名学员，其中，不少学员是今年秋季开学新加入的学生，学员们每周开展两节课的学习。

“完整的‘郧阳凤凰灯舞’演出由凤鸣、出巢、游园、寻花、戏牡丹、擦痒、鹤翅、理羽、打盹、朝阳、扑翅组成。”11月5日上午，学校思政教师朱黎君给学生讲授“郧阳凤凰灯舞”的12个演出程序，介绍“郧阳凤凰灯舞”的历史渊源、艺术特色、表演形式等相关知识，引导学生传承非遗文化。

据悉，“郧阳凤凰灯舞”起源于郧阳区，是中国民间舞蹈中唯一的灯舞艺术形式，被列入第四批国家级非物质文化遗产代表性项目名录。郧阳科技学校从2016年起开展“郧阳凤凰灯舞”进校园活动，培养专业师资，购置专业教具，编写“郧阳凤凰灯舞”教材，成立学生社团，制订科学的培训计划，让这一独具特色的民俗文化发扬光大。

有趣！到香菇大棚里上劳动课



学生采摘香菇

本报讯 记者王聪聪 通讯员黄婧雯报道：“同学们，你们知不知道这道香菇肉片里的香菇是干香菇还是湿香菇呀？”12月2日午餐时分，房县万峪河乡中心小学副校长黄婧雯在午餐时间向身边的学生问起有关香菇的知识。前不久，该校组织学生到该乡中院村香菇种植基地，上了一堂别开生面的采摘香菇劳动实践课。

实践课上，中院村香菇种植基地负责人戴明海向学生们介绍了香菇种植、养护的相关要求，并组织学生们体验香菇采摘，让学生了解有关香菇的知识，锻炼动手能力。

近年来，万峪河乡中心小学联合多部门开展各种形式的劳动教育活动，培养学生的劳动习惯，为学生提供更多亲近自然、体验生活的机会，让他们在劳动中不断成长。

深入实施学生睡眠保障行动，房县二中谱好硬件配套、科学指导和睡眠生态“三部曲”——

呵护“小睡眠” 守护“大健康”

文/图 记者吴忠斌 穆丹 通讯员钟正菊

睡眠是机体复原整合和巩固记忆的重要环节，对学生健康成长极其重要。然而受诸多因素影响，青少年睡眠不足的问题一度比较突出。今年以来，房县二中深入实施学生睡眠保障行动，谱好硬件配套、科学指导和睡眠生态“三部曲”，从呵护“小睡眠”出发，守护学生的“大健康”。

学生站着睡着，引发校长深层思考

“今天，我在教学巡查时发现了一个奇怪的现象。高二（5）班一位学生在课堂上睡觉，被教师叫醒，站着听课，可他站着还是睡着了，大家说这位学生是困到了何种程度，这让我很困惑。这也是今天我召集大家来共同商讨的问题——学生睡眠问题。”今年5月27日上午，房县二中校长胡衍庆召开校委会时说。

当天上午，胡衍庆随常规教学检查小组一起，到各个教室检查教学常规工作，看到这个学生上课睡觉的情况。经了解得知，该学生前几天晚上通宵玩手机，平时上课也是经常睡觉。这个现象让胡衍庆深感担忧，也让他更加重视学生睡眠问题。

当天下午3点，胡衍庆通知校委会成员和班主任召开会议，探讨如何改善学生睡眠不足、睡眠环境差、睡眠质量不高等问题。

会上，胡衍庆说：“睡不饱、睡不好成为制约学生健康成长的重要因素，我们一定要多方协同发力，切实保证学生睡眠问题，提高学生睡眠质量，让学生睡得舒适、睡出健康。”

改造学生宿舍，创造舒适睡眠环境

“房县二中是农村寄宿制学校，学生从周一至周五学习生活都在学校，学生睡眠质量的好坏直接影响学生学习状态和身心健康。”胡衍庆说，因为学校条件有限，一直面临学生多、教室、学生宿舍紧张的问题。所有学生睡的都是上下铺的架子床，上铺单人单铺，下铺是二人一铺。



组织学生打篮球

家大都是单人床，在学校两人一铺，导致部分学生不适应，晚上睡不着、睡不好。”胡衍庆说，为此学校利用暑假时间改善学生宿舍条件，将教师临时休息房腾出来，维修改造成学生宿舍。

7月9日，该校学生宿舍维修工作正式启动。从增加便池、重建排污系统到新建洗漱池，从增设烟感器等消防设施到维修窗户，胡衍庆全程参与检查监督。

宽敞的宿舍、雪白的墙面、方便的洗漱池、单人单铺……温馨如家的宿舍让新学期回学校的学生惊喜不已。

精细化管理，保障学生睡好觉

今年秋季开学，房县二中将学生睡眠管理工作列为重要事项，明确责任到人，加强管理。中午学生在教室午休，做到时间上有保证，不准老师在午休时间布置作业。每天每个班安排教师值班，维持睡觉纪律。值班教师在学生午休时间一直待在教室，直到起床铃响。

“以前是一个楼层安排一位教师值班。老师在一个班时，会出现其他班有

学生说话打扰别人休息的现象，为了改变这个情况，今年学生午休期间每个班都安排一名教师值班。”该校副校长金智勇介绍。

“以前没有空调，在教室午休冬冷、夏天热，现在教师有空调了，就算趴在桌子上睡觉，也睡得很香。”高二（8）班学生刘兴品笑着说。

此外，该校学生晚上回寝室就寝，班主任按时到岗清查人数，维持睡眠纪律，直到学生全部安静休息，班主任才会离开。

“我们学校的班主任为了确保每个学生都能按时进教室早读，每天早上6点多就要起床，晚上为了保障大家有一个安静的睡眠环境，往往11点多学生熟睡后才回寝室休息。”胡衍庆说。

科学引导，让学生在自律中成长

“学生站着都能睡着，说明他实在太困了。白天在教室不睡觉，晚上回寝室通宵玩手机。”高三（3）班班主任彭亮说，这就是孩子睡眠不足的原因之一。

彭亮告诉记者，他所带的班级中有个学生叫小况，父母长期在浙江打工，家中只有奶奶陪伴，平时奶奶管不住他，父母因为太远，总是无条件地满足他提出的物质条件，要手机就买手机，最终他玩手机成瘾，沉迷于网络游戏。班主任将手机没收后，他又到网上买二手手机玩。

“多项研究表明，充足规律的睡眠对于人的机能恢复、大脑修复、激素分泌有显著的积极影响。因此，我们希望将睡眠的重要性及早告知学生家长，共同引导孩子青少年阶段养成良好的睡眠习惯，自觉规范电子产品使用，为健康人生奠基。”金智勇介绍，为了严格管理学生带手机进校园，学校增设了门禁系统，发现学生带手机进校，一律上交班主任，统一管理，防止学生因沉迷手机影响视力及正常睡眠，损害身心健康。

组织运动，提高学生睡眠质量

“超越极限，挑战自我，一、二、三、四、一二三四……”11月26日上午10点，房县二中运动场上旗帜飘扬，口号嘹亮，2000余名学生在班主任带领下跑步，个个精神饱满、斗志昂扬。

科学运动是提高学生睡眠质量的有效途径，通过合理安排运动时间、选择合理的运动项目、控制运动强度、避免睡前剧烈运动以及综合调整生活习惯，可以显著改善学生睡眠质量，让学生在学习和生活中保持更佳的状态。

该校鼓励学生积极参加体育活动，每天大课间组织学生跑操，成立篮球、羽毛球、乒乓球、跳绳、舞蹈等多个体育社团，尽量让每个学生每天保证半小时的体育锻炼。学校体育器材室内存放着500副羽毛球拍和乒乓球拍，供学生们借用。

“好的教育生态才能让学生真正拥有好睡眠、好身体、好未来。”胡衍庆说，“我们将进一步抓细学生睡眠管理工作，让孩子们睡得足、学得好。”