

在雪域高原播种希望

——记全国优秀教师、“最美援藏教师”陈先龙

记者党立杰 通讯员潘峰 孙学毅



2018年高三毕业典礼上，学生们给陈先龙(中)献上洁白的哈达。



2019年送别援藏老师活动中，陈先龙与学生快乐联欢。

西藏山南，平均海拔3700米，这里有湛蓝的天空、洁白的云朵、巍峨的雪山……身处这样的美景，在此工作了3年的东风高中教师陈先龙，每天却经受着这样的高原考验：头痛、失眠、流鼻血、食欲减退。但是再严酷的考验也不会改变陈先龙的初衷：“既然去了，就把事情做好。”这是陈先龙作为援藏教师代表发言时说的，也是他藏前其七十岁老父亲的叮嘱。

2016年5月，得知学校要参加援藏工作的名额，陈先龙第一个主动请缨并获得批准。当年8月12日，陈先龙背上行李，踏上了进藏之路，前往西藏山南市第一高级中学支教。

再苦也要乐观面对

抵达山南一中，无情的高原反应让陈先龙根本无暇欣赏那儿的蓝天白云。他生平第一次体验到缺氧的难受滋味——一切都必须慢下来，说话要慢，要把一句话改成两句话说，爬楼要慢，每登一步梯都要与呼吸配合。入校第一天，陈先龙背上行囊，在食堂办了一张300元的饭卡，但很不适应食堂饭菜风味，吃了几顿就再也吃不下了，只好自己在宿舍做饭。第一次煮面条缺乏经验，一锅水都烧干了，可面条还没熟。原来在这里水的沸点只有80摄氏度，是煮不熟面条的。虽然选择在校园周边的餐馆就餐，由于高原反应，他也没法去吃饭，吃饭也就成为一个象征。

陈先龙的援藏日记中这样记载——“西藏的冬天，严寒、干燥、缺氧。2017年的冬天特别冷，最低温度经常零下20摄氏度，基本上就是冰窖里过冬的温度。尤其在清晨太阳多时，当我们骑上电动车向学校出发去值周的时候，以及晚上十二点回到学校宿舍的时候，才真切体会到什么叫骨节疼痛。”

干燥、奇异的干燥，校头的树叶还没落下，伸手一抓，便成了粉末。因为干燥，导致鼻腔毛细血管破裂，每天早晨不是自然醒来，而是被一腔鼻血给“喊”醒的。缺氧，因为氧气不足，人体经常处于应激状态，几乎没有深度睡眠，援藏的教师们总结：躺着睡不着，坐着打瞌睡，半夜醒来，最盼望的就是：天，你快亮吧！

因高原反应，在山南陈先龙每天流鼻血，每晚睡觉睡觉，身体强壮的他体直线下降，在山南这个感冒都会成为害倒他的“大病”。2016年冬天，陈先龙感冒了，若在家乡一吨吃几粒感冒药就可了，可

在山南却持续了近1个月才好。面对各类高原反应，他乐观地调侃：“西藏是个减肥的好地方，我的体重在十堰是78公斤，进藏后就降为69公斤。”除了身体不适应，还有思家之苦。2016年11月14日晚，没有睡醒，他独自一人窝在寝室里享受着他的生日。这时上高一的女儿给他发来祝福：“如今爸爸不常伴在身边，但一想到我们在同一片蓝天下，每一口呼吸也是幸福的。祈求上天给爸爸平安，女儿仅有此愿。”天涯咫尺，孩子的懂事更让陈先龙泪眼婆娑。他想起清代学者沈宏的《客晓》：“千里作远客，五更思故乡。寒窗苦读，窗外月如霜。”

再难也要干出成绩

进入西藏境内，一看到“治国必治边，治边先稳藏”的标语，一种使命感油然而生。陈先龙介绍，山南一中开设有45个班，教职工220人，在校生约2500人，学生大多是从山南各县牧区来的学生，汉族学生非常少，学生学习基础差，高中生活大都是补习初中基础知识。学生们离家太远，基本上都在校，学校从来没有开过家长会。

因高原反应导致的身体不适可以克服，但蔓延到课堂上的“高原反应”，就不好克服了。陈先龙说，到山南一中教学，最困难的是如何全身心融入这所学校，一方面是藏族老师在管理理念、教学方法上存在差异，另一方面是班上学生的沟通不能顺畅进行，尤其是课外时间，学生大多用藏语交流，陈先龙根本听不懂。

语言的障碍，让援藏教师面临“教学有劲使不出，学生成绩上不来”的困难。果不其然，2016年下学期第一次考试结束后，几乎所有援藏老师带科目成绩均不理想。这一结果也是陈先龙没有料到的，在东风高中连续17年担任班主任工作的他，可是培养了一批又一批的人才，有5名学生高考成绩达到清华北大的分数线。

怎么办？湖北省援藏队的50名老师召开了一次深刻的反省会，会议分析了困难，提出了解决方案：多听多看多实干，多听藏族老师的课，多看他们如何管理学生，事情多做少说，积蓄情感与能量。

陈先龙深知：教学必须凭实力说话。他在心中横了劲儿，要寻找破冰之策。2017年3月，陈先龙主动参与山南一中

教学大赛，最终获得该校理科类大赛一等奖。这次获奖，对陈先龙在山南一中教学教研中获得话语权至关重要。针对学生理科基础较差的情况，陈先龙提出教、理、化共同教研的构想，将数、理、化中知识点的交集列为提升学生理科成绩的抓手。

2017年8月，山南一中首次实行年级管理模式，受山南一中委托，陈先龙以高三年级副班主任的身份参与到该校高三年级的管理之中，他与年级主任米其达瓦紧密配合，将东风高中的年级管理模式选择地引入到山南一中，无论是学生的成绩还是行为习惯，都取得了较大的进步。2018年8月，山南一中在校召开了年级管理模式的改革大会。

2017年9月，陈先龙主动申请担任高三(11)班班主任。在这一年的班主任工作中，他加强班级文化建设和环境建设，利用周记加强与学生之间的交流。他每天骑着电动车早出晚归，经常冒雪零下十几度的严寒，或冒着大雨到寝室叫学生们起床，利用升国旗加强对学生的影响……2018年高考，山南一中上一本线39人，陈先龙所带班级出了6人。

“陈老师，您辛苦了！”

“一杯酥油茶，盘叠着酥油。纵有言语不通，却是满面春风。真情无边，善良无边，真得待！”真诚付出，感动了学生，也感动着自己。物理教学之余，陈先龙喜欢用周记记录自己的感想。“援藏就是自己”，陈先龙回忆，第一天上课，他就跳上63名藏族学生的纯朴、善良深深感染。当天晚上自习课，一名学生发现他有高原反应，悄悄把自己的凳子放到讲台，直到他发现这名学生半蹲着趴在桌子上写作业时，才知道讲桌旁多出来的凳子是这名学生的。那一刻，陈先龙深深感到，普天下的孩子都是那么可爱。

班上的女孩德吉卓玛，家境贫寒，是陈先龙第一时间援助的对象，从2017年1月至2018年毕业，陈先龙像对待女儿一样，给德吉卓玛零花钱，辅导功课，疏导思想。2018年高考，德吉卓玛考入南京信息工程大学。

“藏族学生名字不好记，并且重名的比较多，班上叫罗布次仁的就有好几个。”陈先龙笑着说，他忙得多加提醒，曾经是一个调皮的孩子，他关心他的衣食住

暖，支持他当班长并引导他如何当好班班长，两人很快成了好朋友。2018年高考，多阿加措考入理想大学。

课余时间，陈先龙喜欢写诗读诗，展现书法魅力，为此收获不少粉丝，他的很多书法作品被藏族同胞收藏。“在山南，空闲时间我曾喜欢看诗书以遣寂寞，却发现这是一件很实现的梦，看久了会眼胀、头痛。可能也是因高原反应，大脑细胞会消耗氧气吧！”陈先龙笑着说。

教学之余，陈先龙还积极参与山南一中精准扶贫工作。每次到贫困户家中走访，陈先龙都会带些物资，让藏族同胞感受到关爱之情。陈先龙在援藏日记中写道：“昔有文成公主，历数载之寒暑，今有援藏教师，可朝发而夕至。沐华夏之春风，享和煦之阳光。藏汉一家，已是水乳。”

“既然来了，就把事情做好。”陈先龙一直用行动践行自己的初衷。3年援藏工作结束后，与他搭班的米玛措老师临别时说：“陈老师是我遇到的最热心、最有责任心、最有担当的兄弟民族老师，陈老师，您辛苦了！”

3年来，陈先龙克服重重困难，坚守雪域高原，从没有向组织提出过任何要求，虽然上高中中的女儿同样需要父爱的关爱，但不乏山南一中的学生，他放弃小家，不忘初心，奋力前行。2018年，山南市委、市政府授予陈先龙“优秀援藏干部”称号，同年山南市教育局授予他“最美援藏教师”称号。2019年教师节，陈先龙被教育部评为“全国优秀教师”，令人欣喜的是，陈先龙的女儿陈嘉然在今年的高考中也取得优异成绩，成为东风高中理科状元。

今夏，完成援藏工作任务的陈先龙回到东风高中，根据省教育厅规定，他有三个月的假期，但他仅休息了两个月，又主动回到岗位，奋战在东风高中教学一线。



理想信念 道德情操 扎实学识 仁爱之心 寻找身边的 好老师

我市公开遴选市直中小學生体检机构

本报讯 通讯员袁媛报道：9月20日，市教育局召开公开遴选市直中小學生健康体检医疗机构会议，选定市疾病预防控制中心、张湾区人民医院、国药东风花果山医院、市中西医结合医院为2019-2021年度市直中小學生健康体检医疗机构。

会上，市学生健康体检管理中心负责人对遴选办法作了详细解读，各体检医疗机构按照招名的先后顺序依次就各自的基本情况、体检服务内容等进行了陈述，由市直中小學生分校分管校长及校医组成的遴选小组依据评分细则进行打分，选定4家医疗机构。市教育局机关纪委全程参与监督，确保整个遴选过程公平公开、规范有序。

全省“最美校园书屋”评选揭晓

我市5所学校榜上有名

本报讯 通讯员袁媛报道：近日，由省教育厅、省文化和旅游厅、省新闻出版广电局联合开展的中小学“最美校园书屋”创建活动评选结果揭晓，全省共25所学校入围2018-2019年度湖北省中小学“最美校园书屋”名单。我市东风第七中学、茅箭区实验学校、丹江口市实验小学、武当山旅游经济特区草店小学、房县第二中学获此殊荣。

近年来，我市教育系统高度重视校园文化建设，截至去年底，全市共建成学校图书室797间，配备纸质图书1048万册、电子图书1302万册。全市中小学将图书室打造成学校信息资源高地和师生智慧中心、成长中心、活动中心，为师生提供优质的读书环境，促进了教师专业成长和学生全面发展。

郧西县关防教育基金会

35万元重奖优秀教师

本报讯 通讯员袁媛报道：9月19日，郧西县关防教育基金会表彰暨表彰大会在郧西县关防九年一贯制学校举行。会上，关防教育基金会向部分优秀教师发放奖金35万元。2018-2019年度，关防乡中学中考综合评估获得全县一等奖，小学六年级综合评估获得全县二等奖。

据悉，关防教育基金会2016年成立。基金会会长、荆楚教育集团董事长王致政心系家乡教育，近年来个人资助助学高达558万元，种善举为不胜枚举。在他的带动下，各界成功人士也纷纷为家乡教育建设慷慨解囊。

张湾区教育局

以良好作风推进主题教育

本报讯 通讯员刘鹏报道：9月20日上午，张湾区教育局召开“不忘初心、牢记使命”主题教育工作会议。

会议强调，要深化学习，读原著、学原文、悟原理，及时跟进学、联系实际学、调查研究学，局党组及各中小学党支部要深入一线广泛征求、收集意见建议；要找准问题，自觉对照要求查找思想认识、队伍管理、资源配置、教学质量等方面的差距；要真整真改，按照区委主题教育工作巡回指导组的要求，列出问题清单，有的放矢进行整改。

竹山县

97名“自强女孩”获助学奖

本报讯 通讯员袁媛报道：近日，笔者从竹山县卫生健康局了解到，该县2019年度计划生家庭“自强女孩”奖励经过公示期后，陆续通过银行转账发放到表彰对象手中。

据悉，此次奖金发放范围主要包括2019年度普通高考被一本院校正式录取和中考被阳阳中学、十堰市一中、东风高中等省级示范高中录取的竹山籍计划生家庭“自强女孩”，共发放奖金78500元，惠及97名女生。其中：高考生60人，每人1000元，共计6万元；中考生37人，每人500元，共计18500元。



9月23日，茅箭中学茅箭中学各班利用班会时间积极开展“保护地球 从我做起”垃圾分类系列主题教育活动。学生在各班班主任及班委的组织下，通过看图片、视频及开展垃圾分类知识竞赛、垃圾分类趣味游戏等，学习了垃圾分类相关知识。通讯员江敏报道

市实验小学多形式开展“不忘初心、牢记使命”主题教育

筑牢初心使命 提升育人质量

本报讯 通讯员袁媛报道：7月以来，市实验小学扎实开展“不忘初心、牢记使命”主题教育，采取多种形式扎实做好“不忘初心、牢记使命”主题教育，取得实实在在的成效。

坚持先学，打牢基础。学校注重在学懂弄通做实理论上下工夫，积极组织《新时代中国特色社会主义思想学习纲要》等书籍，适时组织干部教师学习。召开三次主题教育专题会，学习“不忘初心、牢记使命”主题教育相关文件精神、文件和习近平总书记重要讲话。开展师德师风宣讲活动，用身边的榜样引领教师立德树人、教

育育人。通过个人自学、集中学习，切实提高党员干部思想觉悟，打牢主题教育思想基础。警示教育，筑牢防线。召开暑期师德师风警示会，进一步规范教师暑期行为，引导教师过清静假期。组织教师开展暑期师德培训，引导教师悟初心、化传统、立师德、提技能。举办“书香育人”主题阅读活动，开展“三节”廉政提醒，警示教育教师廉洁过教师节、中秋节、国庆节。党性增强，寻找初心。七一期间到

柏林人民英雄纪念碑前开展主题教育活动，引领党员教师守初心、担使命。开展党性锤炼，通过自己查、同事提等方式，及时发现自身存在的问题并对症下药，不断增强党员队伍的先进性和纯洁性，提升党员党性修养。组织主题党日活，学习张富清、桂花小学教师群体先进事迹，增强党员为人民、为教育事业的使命担当。教师节开展表彰活动，倡导教师不忘从教初心，牢记育人使命。

查改结合，注重实效。学校把贯彻落实主题教育与师德师风、文明创建、名师工程相结合，与当前各项重点工

作相结合，把学习由“本分”转化为“本能”，努力在实践中把主题教育学习好、宣传好、贯彻好、落实好。持之以恒加强作风建设，创建廉洁校园；扎实开展教育领域“十个专项整治”，通过自查、督查、整改、问责，进一步规范办学行为；从教行为，开展暑期调研走访活动，征求市民、家长对办学、学校工作的意见建议；校领导带班年级组，深入开展一线调研，强化日常管理，提升育人质量；每天安排专人在校园周边开展文明劝导、安全监督，督查学生不安全、不文明行为。