

|| 立德树人 争做新时代有为教师 ||

做学生成长路上的“引路人”

——潞州区实验中学初中部教师郭宝英躬耕教坛温情育人

“英语是我的弱项，中考居然拿下116分。郭老师，您就是我成长路上的摆渡人。”

“孩子们真幸运，能遇到这样一位认真又柔情的老师。”

“她一进课堂，生动的表情、流畅的语音瞬间就能吸引所有孩子。”

“她的一言一行诠释着教师风范，她的模样就是学生心中最喜爱的样子。”

这位备受学生和家長赞誉的老师，就是潞州区实验中学初中部英语教师郭宝英。多年来，她怀揣着对教育事业的赤诚热爱，扎根课堂、潜心教研、用心治班、温情育人，在平凡的岗位上默默耕耘、笃行致远，用责任与热爱，诠释着一名初中教师的教育使命。

三尺讲台存热爱 一路耕耘一路歌

2002年，怀揣教育理想的郭宝英踏上教书育之路，在初中英语讲台上一站就是24年。她凭借扎实过硬的专业素养，陪伴一届又一届学生迎战中考，用数十年如一日的坚守，生动诠释了一线教师的敬业精神。

创新教法，以德赋能。郭宝英的课堂从不是枯燥的字母堆砌，而是高效与趣味交织的成长乐园，她会吧晦涩的语法变成生动的情景剧，让抽象的单词化身成贴近生活的小故事；用巧妙的教学设计抓住每一双专注的眼睛，让学生在欢声笑语里攻克学习难关，真正做到“学得会、记得牢、用得上”。

更难得的是，她的英语课堂里从来不只有关ABCD。在传授知识的同时，她总不忘融入对学生人生观、价值观的引导，用英文绘本里的励志故事，教孩子直面挫折；用异国文化的分享，让学生懂得包容与尊重；用小组合作的课堂任务，培养孩子的责任与担当。

她常说：“教书先育人，英语是工具，更是传递美好品格的桥梁。”她的

课堂满是温度，面对基础薄弱的学生，她从不“放弃”二字，而是蹲下身来倾听困惑，量身定制学习计划，一点点帮孩子找回学习的信心。有学生曾说：“郭老师的课，让我第一次觉得英语不是枯燥的字母，而是能打开世界的钥匙。”这份认可，是她最珍贵的勋章。

凭借精湛的教学能力，郭宝英先后荣获长治市中学英语信息技术与课程整合教学能手二等奖、长治市中小学教学能手；2018年、2019年连续两年获得教育部“一师一优课，一课一名师”部级优课，并获评“长治市骨干教师”“潞州区模范教师”“潞州区优秀共产党员”等多项荣誉。这些荣誉的背后，是她用行动诠释的教育真谛。

春风化雨润无声 亦师亦友伴成长

课堂之上，郭宝英严谨治学、循循善诱，善于因材施教调动课堂氛围，专注把控每一节备考课堂；课后之余，她耐心温柔、细致入微，随时随地为学生答疑解惑，用心关注每一位学生的学习状态与心理变化。

而作为一名班主任，郭宝英的育人智慧更体现在日常管理班级的每一个细节中。她一直秉持“自主育人、全面发展”的管理理念，将德育工作融入班级日常点滴，用心守护初中生青春期成长之路。初中生学业压力大、青春期敏感多变，她始终把学生心理健康放在管理首位，细致捕捉学生情绪波动、及时疏导备考焦虑、化解青春叛逆矛盾。对于特殊家庭学生等群体，她格外给予关怀，用心呵护每一位学生的身心健康。在她的正确引导下，历届班级班风纯正向学、学风勤勉浓厚，班级纪律井然有序，多次获得校级“优秀班级”称号。

严中有爱、严慈并济，是她独有的育人风格；认真负责、温柔真诚，是学生对她最深的印象。她不仅传授学科知识，更悉心陪伴初三学生走过

枯燥艰辛的备考时光。在郭宝英心中，学生的成长永远是第一位的。面对中考，不少基础薄弱的学生容易滋生畏难情绪，而她始终秉持不抛弃、不放弃的信念，以女教师独有的细腻与温柔，帮助他们重拾信心。

“亲其师，信其道。”曾经让诸多老师倍感棘手的小牛同学，在她的悉心疏导和针对性辅导下，英语成绩大幅提升至103分；升学希望渺茫的小郑同学，也在她全程陪伴与鼓励下，取得远超预期的中考成绩。

郭宝英像家人一样关心学生的冷暖，及时安抚考试失利学生，耐心疏导学习压力，用点滴关怀温暖着学生的心灵。她用严爱并济的育人方式，照亮了学生的求学之路，用热忱与责任，赢得了学生的敬爱与家長的信任。

深耕不辍研教法 丹心传道授真知

在教学中，郭宝英主动承担“传帮带”的重任，把自己的经验毫无保留地与大家分享，共同学习、共同探讨，使大家收获颇多。平日里，她团结同事、乐于助人，为人谦和真诚，以暖心举动凝聚团队，营造出同心共进的良好氛围。

潜心教学，引领成长。作为资深教师，她的教案本总是被当做优秀典型表扬，常被年轻教师争相传阅。每一页都布满不同颜色的批注，黑色是学情分析，红色是易错点提醒，蓝色是总结反思。这种兢兢业业的态度，时刻感染着身边的同事。同时，她以青年教师为主体、校本研究为载体，引导年轻教师开展案例分析、集中评课与讨论，促使他们深刻反思，跳出固有授课思维，打磨课堂细节。

在学校的支持下，郭宝英常鼓励青年教师“走出去”，参加观摩优质教研课，将先进理念与方法“引进来”，在实践中不断探索、认识、提升。遇到青年教师备课遇阻、课堂受挫时，



倾心授课



用心学习



潜心教研

她耐心倾听困惑，一对一梳理思路，帮助其打磨教学设计。那些集体备课桌上的咖啡渍、磨破边角的教研笔记，见证着她如何让“独行快，众人远”的理念生根发芽。她不求个人独秀，一心推动团队整体成长，以长久坚守为青年教师铺就稳步成长的教研之路。

二十余载春秋流转，粉笔灰染白了鬓角，却让郭宝英的师者本色愈发鲜活。她从不是站在聚光灯下的“名师”，只是千千万万普通教师中的一员，却用最朴素的坚守，诠释着“师者，所以传道授业解惑也”的真谛。在她的世界里，教育从来不是一场独角戏，而是用爱与专业陪学生走过一段段成长的旅程，看着他们从懵懂少年长成挺拔青年，奔赴属于自己的山海——这，便是她心中最动人的育人风景。

(马艳霞)



一线动态

李家庄社区：

环境整治便民出行

本报讯“大家停车尽量摆放整齐，门前杂物及时清理，共同维护干净通畅的街道环境！”日前，潞州区延安南路街道李家庄社区组织工作人员、志愿者开展文明交通宣传及环境秩序整治行动，通过宣传引导、集中整治双向发力，进一步优化辖区人居环境，规范道路交通通行秩序。

活动现场，工作人员和志愿者化身文明宣传员，走进沿街商铺、驻足道路两旁，面向过往居民、商户细致讲解文明出行、规范停车、安全通行等相关知识，面对面普及交通安全常识，引导群众自觉摒弃交通陋习，主动遵守交通规则，树立文明、安全、有序的出行理念，营造全民参与环境治理的浓厚氛围。

与此同时，社区聚焦辖区环境短板开展集中整治。针对沿街商铺门口杂物乱堆乱放、占道经

营等问题，工作人员逐户上门劝导，督促商户严格落实“门前三包”责任制，协助商户清理门前杂物、规整经营货品，彻底清除道路通行障碍，让沿街环境焕然一新。

针对非机动车乱停乱放、占道堵路、无序停放等突出问题，工作人员在主干道、小区出入口、商铺密集区等重点区域开展巡回整治。对随意停放的电动自行车等进行规整摆放，对不规范停车行为进行耐心劝导，引导车主有序规范停车，有效疏通辖区道路交通堵点。

本次行动有效整治了辖区各类环境与交通乱象，人居环境和道路通行秩序得到显著提升。李家庄社区将以常态化巡查、整治为抓手，持续夯实治理成果，以精细化治理，守护辖区整洁、有序、畅通、文明的人居出行环境。

(本报通讯员)

府秀社区：

油烟整治守护蓝天

本报讯为抓实生态环境治理，降低餐饮油烟影响，近日，太西街道府秀社区开展沿街餐饮门店环保专项排查行动。

工作人员逐户检查餐饮门店油烟净化器运行、清洁情况，认真核查设备清洗台账，重点排查油污堆积、长期未清洗等突出问题。现场向商户宣讲油烟治理规

定，普及消防安全知识。针对排查发现的隐患，工作人员现场登记，并下发整改提示，同时明确整改期限。

下一步，社区将落实整改“回头看”，建立常态化巡查机制，持续抓好餐饮油烟管控，改善辖区人居环境，守护空气质量。

(本报通讯员)

桥北社区：

专项排查汛期隐患

本报讯为切实筑牢汛期安全防线，保障辖区群众生命财产安全，近日，太西街道桥北社区组织工作人员开展防汛安全专项排查。

巡查人员对辖区河道水位、排水设施运行状况进行细致检查，重点走访小区储藏室等低洼易涝区域，全面摸排各类安全隐

患，做到早发现、早防范。工作人员同步提醒居民提高防汛避险意识，留意雨情变化。

下一步，桥北社区将持续做好汛期常态化巡查，严格落实值班值守制度，紧盯重点区域隐患动态，及时处置各类险情，牢牢守住辖区防汛安全底线。

(本报通讯员)



曹冰懿 摄影报道

吃完感冒灵不能开车了！它被正式纳入“禁驾”清单

7月20日，国家药监局发布公告称，决定对感冒灵口服制剂(包括颗粒、胶囊、片、茶)说明书中的【警示语】【不良反应】【禁忌】和【注意事项】等进行统一修改。感冒灵口服制剂【警示语】须明确标注:“服用本品期间不得饮酒或含有酒精的饮料”“服药期间不得驾驶机动车、车、船、从事高空作业、机械作业及操作精密仪器”。

【禁忌】项则明确包括:“严重肝肾功能不全者禁用”“对本品及所含成分过敏者禁用”。【不良反应】项被要求详细列明皮肤及皮下组织、神经系统、胃肠系统、肝胆系统等多系统可能出现的不良反应。

这意味着，又一款年销售额达

数十亿元的常用药，被正式纳入“服药后禁驾”清单。

“药驾”——指司机在驾车过程中服用感冒药或精神类药物后，可能引发嗜睡、头晕、眼花、眩晕等症状，近年来已逐渐进入公众视野。世界卫生组织曾列出七大类服用后可能影响安全驾驶的药品，包括抗组胺药、抗抑郁焦虑类药、镇静催眠类药、解热镇痛药、抗高血压药、抗癫痫药、降血糖类药。据公开报道，2025年全国多地已出现因“药驾”引发的交通事故，相关案例占比约为10%。

感冒灵口服制剂是典型的中西药复方制剂，含有对乙酰氨基酚、马来酸氯苯那敏、咖啡因三种西药成

分。其中，马来酸氯苯那敏对中枢神经有明显抑制作用，易引起嗜睡、乏力、注意力下降，正是此次说明书修订的主要风险来源。

米内网数据显示，感冒灵颗粒2025年全年销售额超过20亿元，领跑呼吸系统中成药市场。自2023年起，在城市实体药店感冒中成药TOP20产品中，感冒灵颗粒已超越连花清瘟，稳居“一哥”宝座。

此次修订并非孤立事件。2024年，国家药监局已发布第81号公告，对复方感冒灵制剂说明书进行过一次修订。此次2026年第66号公告进一步将修订范围扩展至全部感冒灵口服制剂剂型，安全要求持续趋严。

记者了解到，感冒灵口服制剂批准文号众多，涉及华润三九医药股份有限公司、广州白云山奇星药业有限公司、修正药业集团天津药业有限公司等多家药企。华润三九2025年年报显示，“999感冒灵”连续十二年位列中成药感冒咳嗽类第一名。

按照国家药监局的要求，相关企业必须在2026年10月15日前完成新版说明书的备案，备案后9个月内要完成所有已出厂产品的标签、说明书更换，同时还要同步更新全渠道的市场推广物料，面向医师、药师和终端店员开展新一轮的用药安全培训。

(来源:中国新闻网)

儿童手表，能不能做“减法”

一块小小的儿童手表，原本承载着家长对孩子安全的牵挂，为何却成了防不胜防的隐患入口？

近年来，儿童智能手表在中国市场爆发式增长，从最初的安全定位、双向通话功能，逐步扩展至移动支付、社交娱乐等多元场景。然而，防沉迷系统形同虚设，不适宜的有害内容隐匿其中，甚至部分应用通过弹窗诱导充值，用“限时优惠”“只剩1分钟”等话术制造紧张感鼓动孩子点击……这样的儿童手表，真的能让家长放心吗？

技术本身是中性的，但当技术设计一味服务于商业利益，其负面效应将被系统性放大。儿童手表的定位原本是满足家长同孩子的通讯与安全等刚需。然而，一些厂家出于营利目的，为手表植入沉迷设计、嵌入商业诉求，甚至将其作为争夺未来数字产品用户的前哨站。毋庸置疑，类似“加法”正在悄无声息侵蚀儿童的健康成长。如果放任儿童手表的屏幕脱离内容监管与家長控制，让不良信息隐匿其中，影响儿童价值观形成，后果不堪设想。

儿童手表必须做“减法”。我国首部儿童手表领域强制性国家标准《儿童手表安全技术要求》已正式批准发布，将于2027年1月1日起全面实施。从国标发布到正式实施的过渡期，正是全行业正本清源的倒计时。国标的出台，规定了儿童手表哪些功能可以

做、哪些不能做，为厂家、家长引导孩子使用儿童手表设立了“围栏”，守护儿童在刚需功能之外不扩大沉迷、不扩大过度社交。

做“减法”，需要做到价值回归。让手表回归“以儿童为中心”的发展视角，用好其刚需的安全、通讯等核心功能，杜绝沉迷设置和不健康内容，让技术服务于儿童成长，而非透支儿童的未来。

做“减法”并非让儿童手表功能倒退，而是需要相关企业做好“加法”。在服务儿童和家長、儿童数据保护等领域做加法，建立更严格的行业标准与内容审查机制，开发更适宜儿童身心健康发展应用。对那些企图让儿童变成“薅羊毛”对象、诱导未成年人沉迷的设计，该减的就要坚决减。

家校协同也需要做“加法”。学校应加强儿童手表的管理和教育，家庭要对孩子养成正确使用习惯，与孩子共同约定使用规则、探讨隐私保护、引导批判性思考，而非简单禁用或放任。

守护孩子就是守护国家的未来。既不把儿童手表当成洪水猛兽，又要将其监管、规范起来，让它成为陪伴孩子成长的安全工具。唯有如此，才能让技术真正安全向善，对下一代负责。

