

“随迁子女小学,通俗而言就是农民工子弟小学,也就是家长们口中的“菜场小学”。说起这些学校,人们的刻板印象大多是师资水平较弱、学校硬件差,那里的孩子也不爱念书,父母忙于生计不管他们,去那里读书没有希望,看不见未来……大部分家长只要有能力,是不会送孩子去那里念书的。”

然而,恰恰是在一所随迁子女小学里,有一位上海市2016年度为人师表为学典型,在上海基础教育系统内只有5位老师获得此殊荣。她有着清瘦的身材,明亮有神的大眼睛,和蔼可亲,笑容满面。孩子们喜欢称她为“谢谢老师”、“妈妈”。今年33岁的谢雪丽是江苏徐州人,在南昌理工学院读完本科后,她留校在校党委办公室、组织部工作,是一名科级干部。她由于身患疾病来上海就医,机缘巧合认识了现在的丈夫。婆家人和她说“潘家浜村小学的孩子很苦,你可以去帮帮他们。”五年前,28岁的谢雪丽从南昌理工学院辞职来到松江新桥,扎根潘家浜小学,担任英语老师和少先队辅导员。

■见习记者 陈丽娜

## “菜场小学”也有春天

### ——记潘家浜村小学老师谢雪丽



她说,从记事开始,她就记得外公总会叫她识字,写字。“人生中开始写的第一个字就是‘谢’字,外公就握着我的手一笔一划写出。”她记忆中的外公是一位干完农活就会点着煤油灯看书的农民,有着读书人清瘦的身材与气质。

说起家庭教育,谢雪丽认为在孩子读小学阶段,父母的陪伴引导尤为重要。“有的家长陪着孩子做作业的时候玩手机,其实不如拿本书阅读,营造一个良好的家庭学习氛围。”

班级里有一个叫朱严强的小男

孩,他很聪明,但是学习态度并不积极,上课常常开小差。“但是我发现他有很强的荣誉感,希望获得老师家长的表扬。”谢雪丽抓住小男孩的这一性格特点,引导小男孩认真完成“我是英语小老师”的家庭作业,并且对他进行表扬。

经过一段时间的学习,朱严强的父亲开始与孩子教学相长了。他们会为了英语单词的发音而讨论,争执不休的时候还会打电话给谢雪丽,让她在电话里当“裁判”,来评判到底是谁的发音正确。

(下转第3版)

### 英语教学花样多

虽然这是一所随迁子女小学,没有现代化的多媒体教学设施。但是,谢雪丽老师坚持要用自己的方法,为每一个孩子负责。

走进谢雪丽老师的英语课堂,一眼就看见教室黑板上贴着自己制作图文并茂的英语单词卡片,例如英语单词“summer”的意思是夏天,单词卡片上画着一个热得拿手帕擦汗的卡通人物,生动活泼的形象一下子就抓住了孩子们的眼球。

她还在课上给孩子们发“奖券”——作业写的认真、帮助其他同学学习英语、积极回答问题等都可以获得“奖券”,“奖券”累计到一定数量后,可以兑换谢雪丽自费购买的学习物品以及小衣服,三张“奖券”可以兑换一本英语作业本。

除了课堂上的尽心尽责,谢雪丽也十分关心孩子们课后的学习。

她发现很多孩子回到家后的英语学习只是简单地抄单词,背单词,有些家长文化水平相对较低,虽然想辅导孩子,但是心有余而力不足。谢雪丽又想出一个花样——“我是英语小老师”,孩子们每天回家后将当天课堂上所学的英语歌曲或英语小故事叫给爸爸妈妈。这一“作业”颇受家长们的欢迎。

她带的毕业班之前摸底考试英语平均分只有68分,经过一年的努力,学生们在2013年松江区随迁子女小学毕业统考中,以英语平均分92.6的高分名列第二名。这一突飞猛进的进步离不开谢雪丽负责的教学,更离不开孩子们的努力与家长们的配合。在她的带领下,潘家浜村小学英语组成了松江区随迁子女学校中的执牛耳者。

### 家庭教育重引导

“我现在发现我自己对待工作的态度和我父母的教导有关。”谢雪

### 【本期导读】

## 老人过世留房产 六子女对簿公堂



### 第04版

华老伯将自己名下的一间售后公房以买卖形式赠与6个子女中的3个,引发了一场官司。

## 爱的12问 男人为啥爱说谎



### 第14版

男人的语言能力弱,越怕面对女人越要说谎,越说谎越容易露出破绽。

## 江一燕: “不务正业”的演员



### 第16版

日前,江一燕LOVE公益摄影展上海站开幕,粉丝热情难以抵挡。

## 上海市卫计委授权发布 合理用药

上海医药特别支持

一些慢性疾病如哮喘、慢性咳嗽和关节疼痛容易在冬季复发或加重,而到夏季则有所减缓或消失。如果在此类疾病相对缓和的夏季给予治疗或预防,将会有助于冬季病症的缓解和治疗,这就是我们常说的“冬病夏治”。

### 为何要冬病夏治?

首先,冬病夏治可以乘夏季三伏阳气旺盛之势,祛除支气管哮喘,慢性支气管炎,间质性肺病,慢性阻塞性肺病等患者体内之沉寒痼冷;其次,冬病夏治大多使用辛温补

肾的药物,有助于亏损阳气的培补,使畏寒肢冷、腰酸、夜尿多、易感冒等症状得到改善;最后,可以更好地发挥中药的药效。

### 冬病夏治的具体方法有哪些?

冬病夏治的方法很多,如三伏针、三伏灸、三伏敷、三伏补等。我们在三伏时节主要采用的方法是穴位注射和穴位敷贴。穴位注射是把具有补肾纳气作用的巴戟天、淫羊藿提取物注射到双侧足三里,在7~9月之间,每周2~3次;而穴位敷贴使用的药物是龙华医院已故的呼吸病专家邵长荣教授的经验方——“邵氏阳虚哮喘贴”,由9味温阳补肾

## 冬病如何夏治?

龙华医院 倪伟

的药物组成,共研为细末过120目筛,姜汁调制成稠糊状,做成直径2cm的锥状药饼,将药饼用7X10cm远红外治疗贴分别固定于天突和大椎穴,一般4~6小时至局部皮肤发红甚则发泡取下,也是在7~9月之间,每周2~3次。

### 是不是所有人都适合冬病夏治?

许多常见的慢性呼吸道疾病如支气管哮喘,慢性支气管炎,间质性肺病,慢性阻塞性肺疾病,过敏性鼻炎,慢性咽炎,慢性咳嗽以及体虚感冒等均适合冬病夏治,如果这些慢性呼吸道疾病处于急性发作期,或支气管扩张反复咯血,或严重皮肤

过敏以及并发糖尿病且近期血糖不稳定患者,就不适合冬病夏治。

### 冬病夏治需要坚持多久为宜?

慢性支气管炎、支气管哮喘、间质性肺病等慢性呼吸道疾病除大多在寒冬季节发作外,还具有病程长、反复发作、迁延难愈的特点,且这些患者长期大量应用抗生素、激素而抵抗力低下。因此,对这些疾病的治疗也需要一个长期的过程,根据疾病严重程度的不同,建议患者坚持3~5年。冬病夏治免去了患者常年打针吃药之苦,容易被患者接受,我们这里有坚持冬病夏治8年以上的患者。

### 治疗期间需注意什么?

穴位敷贴是利用三伏炎热气候,加上可使局部发热的远红外治疗贴以促进温热药物的透皮吸收。因此,为保证敷贴的疗效,敷贴部位不宜搔抓,4~6小时后方可洗澡,如有皮肤溃破者局部涂以龙胆紫即可。治疗期间,空调不能开得太低,不要吃冷饮以及冰镇的食品,饮食宜清淡,忌食肥甘、油腻、辛辣之品,也忌过量运动大量出汗。

中国医药工业信息中心采编

倪伟,主任医师,上海中医药大学附属龙华医院浦东分院内科主任