

“莲花”绽放 让教育更美好



校园里,师生迎着阳光奔跑。通讯员 供图

株洲日报全媒体记者/戴凇
通讯员/刘斌

金秋时节,又一批阳光少年走进株洲市二中莲花中学,开启逐梦之旅。作为天元区委、区政府倾力打造的一所高起点现代化公办初中,莲花中学是市二中教育集团成员校之一,共享二中优质教育资源。秉承“追求卓越”校训与“让每一位孩子都绽放精彩”的办学理念,扎根天元教育沃土,学校自开办以来稳步前行。目前,学校共有49个教学班,在校学生2590名,在岗教师190人。师资队伍中,包含湖南省“双名计划”名校长工作室主持人1人、株洲市新时代基础教育名校长1人、市学科基地主持人1人,市、区级学科带头人28人,高级教师21人。

学校以“六和”特色校园文化为根基,抓住立德树人根本,推动五育融合落地,紧跟新时代基础教育发展步伐。在积淀中生长,在创新中突破,如今的株洲市二中莲花中学,已经成长为一所活力盎然、特色鲜明的现代化初中,在天元教育版图上绽放出动人的育人光彩。

和悦高效课堂,聚焦思维成长

课堂是育人的主阵地。学校持续深化课堂改革,打磨形成“五学和悦”课堂模式:目标导学、新知探学、合作助学、拓展研学、当堂测学。五学联动、和悦共生,引导学生深度参与,让真实学习在课堂发生,持续推动课堂提质增效。依托课堂实践深耕教研,《初中“五学和悦”课堂教学行动研究》成功立项第三届湖南省基础教育教育教学改革研究项目。

为落实“双减”、减负提质,学校立足学生本位创新作业设计,围绕学生的学习需求搭建教学设计平台、创设学习情境、丰富课堂活动、营造学习氛围、优化评价方式。学校承担湖南省首批基础教育改革项目《“双减”背景下初中学生个性化作业设计的行动研究》,推行分层作业,根据学情因材施教,让不同层次的学生都学有所得;丰富多彩的特色作业跳出课本框架,让学生在实践体验中收获成长。

学校聚力打造高素质专业化教师队伍,一大批教师在省市区各级课堂竞赛、课题研究、集体备课展示、国家级示范课等活动中崭露头角。仅2025年,教师就获得省级及以上教研荣誉38项、市级荣誉102项、区级荣誉372项。师生同心耕耘之下,学校普高升学率稳步提升,多名学子凭借优异成绩考入株洲市二中自主招生与贯通班。

“六和”铸魂育人,五育协同发展

和美环境、和悦课堂、和乐课程、和雅学生、和进教师、和洽家校,六大维度共同构成莲花中学的“六和”文化体系,彼此支撑、协同联动,构建起全方位育人生态。

“出淤泥而不染,濯清涟而不妖。”学校以莲为喻,着力培育文雅、儒雅、博雅的少年君子。日常管理中注重行为养成,把“讲好价、上好课、扫好地、做好操、排好队”的“五好”行动融入校园日常。德育润物无声,学校借助系列主题活动涵养学生品格,引导学生明是非、知荣辱、修德行。班主任节、校园文化节、清荷跳蚤市场等活动轮番开展,校园里处处涌动着尊师向善的暖流。

成长路上,学校兼顾多元需求:推行个性化学业辅导,顺着学生的节奏助力稳步攀登;配齐专职心理教师,常态化开设心理课程,持续做好心理关怀,守护学生心理健康;依托校本课程与社团活动,搭建展示平台,发掘学生特长;畅通家校沟通渠道,家长开放日、家长学校、家长志愿者、“书记校长有约”等活动,架起双向沟通桥梁,凝聚家校育人合力。

四季盛会,每个孩子都有专属舞台

“让每一位学生绽放精彩”,是莲花中学始终不变的追求。办学四年,学校坚持五育并举,每年固定推出文化、科技、体育、艺术四大主题活动,面向全体学生敞开知识的大门。清荷大舞台上,歌声流转、舞步飞扬,小品、器乐轮番上演,少年的青春活力尽情舒展。

以美润心,厚植人文底蕴。经典诵读、书画展览、读书分享活动常态化开展,一年一度的艺术节汇集歌舞、戏剧、器乐汇演,集中展现艺术教育成果,让不同特长的孩子站上舞台、收获自信。学校2023年获评“株洲市民乐后备人才基地”。2025年,学子在“星火杯”株洲市建制班合唱比赛拿下市级二等奖、天元区一等奖;“至美杯”美术大赛、天元区艺术作品大赛中,斩获一等奖25人次、二等奖24人次;三独比赛收获市级一等奖1人、区级一等奖3人。

以科启智,点燃创新火花。通过开展机器人比拼、航模展演、科学实验展示,充分激发学生创新实践能力。已构建“课堂学科渗透——社团课程化——科技节品牌活动——科创竞赛——校外社会实践”的完整科技教育链条。作为“无人机教育基地校”“中小学人工智能教育基地”,学校配套完善科技教育硬件:拥有AI智慧操场、航空模型创新实践中心、理化生实验室、2个云计算机房、无人机教育训练室、学术报告厅、录播听课室;班级交互式纳米黑板,校园网络全覆盖,有力保障科技教育实施。

以体育志,锤炼强健体魄。学校设置综合运动会、班级球类联赛、团体特色展演,锤炼学生坚韧拼搏的意志。学校获评株洲市篮球后备人才基地、足球后备人才基地,多次斩获市、区级奖杯,如女子足球获得“天元区中小学女子足球比赛”四连冠,男子篮球队夺得株洲市首届青少年篮球联赛冠军,多次代表株洲市参加国家级、省级比赛,为株洲市体育事业添砖加瓦。

学校负责人表示,站在新的起点,学校将继续深耕美好教育,朝着更高质量的办学方向稳步前行,用心培育能够担当时代重任的新时代青少年。

渌口区五中:主题团日“走新”更“走心”



部分学生创作的作品。记者孙晓静 摄

株洲日报讯(全媒体记者/孙晓静 通讯员/莫岑曦) 近期,渌口区第五中学开展“礼赞祖国,青春向党”主题团日系列活动。高一、高二全体学生通过国旗下演讲、主题微团课、社会实践、文化墙展示和主题作品展等形式,砥砺青春担当,践行爱国之志。

启动仪式上,该校学生回望祖国发展历程,畅谈青年责任担当,发出“强国有我”的青春誓言。主

青春告白。

在“礼赞祖国,青春向党”主题作品展中,高一学生创作爱国手抄报,一笔一画书写赤诚;高二学生挥毫泼彩,以丹青寓寄心声。

该校相关负责人表示,此次系列活动旨在引导学生厚植爱国情怀,把个人成长与祖国命运紧密相连,勤学笃行、不负韶华,争做担当民族复兴大任的新时代青年。

碧波绽放“水中芭蕾”

全国水中健身操锦标赛 市二中附小勇夺团体第一



10月23日至25日,第15届全国水中健身操锦标赛在江西赣州举行,来自全国各地的21支队伍,300余名选手同场竞技。株洲市二中附属小学的小选手们在水中以整齐的编排与富有张力的动作,将游泳、体操与舞蹈融为一体。经过激烈角逐,该校一举摘得4枚金牌,并以绝对优势斩获小学组团体总分第一名。这是该校在该项赛事中首次登上全国小学组团体总分最高领奖台。

株洲日报全媒体记者/孙晓静 摄

生命·周刊

责任编辑:王建设

99岁老人腹中“拆弹”记

株洲日报全媒体记者/董介
通讯员/谭盼盼 王媛

监护仪的滴答声里,99岁的周爷爷被推进了手术室。家属站在门外,手是抖的。诊断书上那串字,每一行都像一道关卡:急性肠套叠并发肠梗阻、合并高血压、冠心病、心肌梗死病史、支气管扩张……做手术,老人脆弱的心脏可能挺不过麻醉关;不做手术,肠坏死穿孔随时会夺走生命。

近日,湖南省直中医医院胃肠外科团队迎难而上,两个多小时,成功拆除老人腹中的“定时炸弹”,老人转危为安。

突发腹痛,九旬老人命悬一线

周爷爷入院时,腹部持续胀痛已3天。家属焦急地告诉医生,老人此前曾接受输液治疗,病情未见好转,反而出现恶心想吐、精神萎靡。

“肠套叠在婴幼儿中多见,但在老年人中一旦发生,往往预示着严重的器质性疾病,且极易导致肠管缺血坏死。”接诊的胃肠外科雷医生介绍。

更棘手的是,周爷爷并非普通患者。年近百岁的他,还患有多种严重基础疾病。高龄、多种致命基础病、急性肠梗阻——这三个词叠加在一起,意味着手术和麻醉风险高。

时间就是生命。胃肠外科团队迅速启动多学科会

诊,麻醉科、心血管内科、呼吸与危重症医学科、重症医学科等科室共同参与。专家们围坐在一起,围绕病变评估、手术方式、麻醉风险、术后监护、呼吸管理、营养支持及应急预案逐一讨论,为老人量身定制了个性化诊疗方案。最终,团队拍板:立即实施急诊剖腹探查手术。

两个多小时,拆掉腹中“定时炸弹”

无影灯下,麻醉科专家密切配合,主任医师邓军山主刀,为老人实施“开腹探查+左半结肠切除术+横结肠造口术”。手术团队沉着冷静,精准切除病变肠段,顺利完成造口。整套手术历时两个多小时,过程顺利。术后,周爷爷生命体征平稳。

手术成功只是闯过了第一关。由于老人心肺功能差,术后极易出现肺部感染等并发症。此时,医院“中西医结合”的护理优势发挥了重要作用。在常规抗感染、营养支持等西医治疗基础上,胃肠外科护理团队为周爷爷辅以中医特色护理:针灸足三里、中脘等穴位,疏通经络、促进胃肠蠕动恢复;中药穴位贴敷,调理脾胃、预防术后肠麻痹;针对支气管扩张病史,辅以中药雾化吸入帮助排痰、预防肺部感染;个性化饮食和情志调护同步跟上,像一双双温柔的手,托着老人一步步往回走。

在医护人员精心照护下,周爷爷顺利度过危险期,未出现并发症,各项指标稳步恢复。看着老人一天

天好起来,家属悬了几天的心终于放下,对医护团队竖起了大拇指。

老人腹痛,别总以为是“吃坏了”

很多人对婴幼儿肠套叠很熟悉,却不知道成年人,特别是老年人,也可能发生。且成人肠套叠往往不是独立疾病,而是继发于肠道肿瘤、息肉、炎症等病变。约90%为继发性,最常见的原因是肠道肿瘤。像周爷爷这样,正是因为横结肠长了肿块,才诱发了肠套叠。

简单来说,肠套叠就是一段肠管像“望远镜”一样套入了相邻的另一段肠管内。肠管受压、缺血,进而引发肠梗阻,甚至肠坏死、穿孔。

肠套叠的典型症状有哪些?腹痛,多为突发性的持续性胀痛或阵发性绞痛,老人可能表述不清,家属需留意其是否频繁揉肚子、呻吟;呕吐,早期为反射性呕吐,后期因肠梗阻加重而频繁呕吐,甚至吐出粪样物;腹部包块,腹部可摸到腊肠样、有压痛的包块;排便异常,可能出现果酱样大便,或者停止排气排便。

医生提醒,老年人若出现不明原因的腹痛、腹胀、呕吐及排便习惯改变,切勿盲目自行服药或拖延,应尽早到正规医院就诊。建议50岁以上人群定期进行胃肠镜检查,及早发现并处理肠道息肉、肿瘤等隐患。特别是本身有肠道肿瘤病史或腹部手术史的患者,一旦出现上述症状,更应提高警惕。

炎陵县自然资源局组织无偿献血活动

株洲日报讯(全媒体记者/董介 通讯员/曾蓓 刘伊婷) 近日,炎陵县自然资源局组织干部职工参与无偿献血公益活动,一袋袋热血传递着干部职工热心公益、无私奉献的正能量。

活动现场暖意融融。张奕是本次献血队伍里的巾帼力量,这是她第7次参与无偿献血,累计献血2100毫升。多年来,她始终坚持献血,只要身体条件允许,便积极报名。她说:“一袋血可以挽救一条生命,能尽自己微薄之力帮助有需要的人,是一件很有意义的事。”她用持之以恒的坚守,诠释着平凡人的善意,为身边同事树立了榜样。

今年59岁的尹湘俊,迎来了自己最后一次无偿献血。这是他第9次献血,多年来他一直坚持袖袖奉献,用热血践行初心。受年龄限制,这次献血后,他将告别献血队伍。尹湘俊表示,能在符合条

件的年纪持续为生命助力,十分光荣。虽然以后不能再献血,但他会持续宣传无偿献血知识,带动更多人加入爱心队伍,把这份爱心接力传递下去。

“这是我第一次献血,心里有点紧张,但更多的是激动。”江祥志首次献血,完成全部流程后,他拿着献血证,心中满是成就感。捐献热血的体验,让他真切感受到无偿献血的价值。他表示,以后只要身体达标,会继续参与,将这份爱心坚持下去。

此次无偿献血活动,充分展现炎陵县自然资源局干部职工热心公益、乐于奉献的良好精神风貌。一人献血百次,不如百人献血一次。希望更多爱心群众积极加入无偿献血队伍,伸出手臂、奉献热血,用点滴爱心守护生命,共同传递温暖向上的社会正能量。



张奕正在献血。通讯员 供图

网红眼药水越滴眼越干?

医生:别让护眼“神器”伤了眼

株洲日报讯(全媒体记者/何春林 通讯员/谢文 郭艺红) “眼睛又干又涩,眼药水滴了怎么反而越滴越干?”入秋以来,在株洲仁和眼科医院中医眼科门诊,不少市民揉着干涩的眼睛前来就诊。

26岁的刘女士每天使用电脑、手机超10小时。入秋后眼睛干涩发痒,她网购了一款网红眼药水,一天最多滴十多次。刚滴时清凉舒适,两周后却刺痛难忍、且分泌物呈拉丝黏条状。

刘女士入院后确诊为干眼症,该院中医眼科副主任医师刘炯科室采用中

医辨证内调搭配中药熏蒸、穴位按摩、睑板腺疏通等特色治疗。一个疗程后刘女士症状明显缓解,不再依赖眼药水。

刘炯提醒,干眼不只是“缺水”,盲目滴眼药水大多治标不治本。不少网红眼药水含防腐剂、血管收缩剂,只能短暂麻痹眼表神经,长期使用会破坏泪膜、损害睑板腺功能。

秋季护眼建议:每天热毛巾热敷眼10分钟;多吃枸杞、桑葚、银耳、百合等滋阴润燥食物;杜绝熬夜;干涩不适及时就医,选用无防腐剂人工泪液,切勿自行用药。