

他的课生动有趣,学生都爱听

山东中医药高专师生为宋永刚老师点“赞”



本报记者 李楠楠

在山东中医药高等专科学校,有这样一位老师,他从教20多年来,一直活跃在教学一线,由于积累了丰富的临床经验,他的课生动有趣,犹如“故事会”,所以学生们都很爱听,上课也不会打瞌睡。这位老师就是该校中医系教师宋永刚,他还多次被评为最受学生欢迎的老师。

本报“寻找身边好老师”栏目推出以后,受到社会各界的普遍关注,许多家长和学生都纷纷联系本报记者,为自己身边的好老师点赞。另外,还有不少学校参与到为好老师点赞的行列中来。

“我们学校的中医系教师宋永刚从教20多年来,潜心教学,刻苦钻研,在教书育人和学术科研方面成果显著,先后出版4部专著,每年坚持下乡送医送药,年均课时量在300多小时以上,多次被评为最受学生欢迎的老师。”山东中医药高等专科学校宣传统战部部长方兆平告诉记者,宋老师是学校公认的好老师,他

上课学生都爱听,也不打瞌睡。

目前,宋老师一人担任两个年级的专业课,分别教大一《中药学》、《方剂学》和大二的《伤寒论》。

“中医也是一门技术,要想教好,打铁还需自身硬,一个要硬在理论,另一个就是要硬在临床。”宋永刚说,“中医教学离不开临床,这些年我就做了一件事,就是不断地积累临床经验,然后融入到教学中去,学生们为什么爱听我的课,主要就是课堂上不照本宣科,全部是身边的鲜活事例,就发生在自己身边,不枯燥,学生没有距离感。”

“有的人觉得中医很神秘,其实中医是有规律可循的,是科学的,我最讨厌那些故弄玄虚的人。”宋永刚说,“比如说龙口有个治疗面瘫很神的人,几百元一粒药,其实面瘫60%是可以自愈的,这位‘神医’看病前都会问患病多少天了,超过多少天他就不治了,其实那些治愈的病人本来就是可以自愈的。”

“宋老师还教我们职业规划课,上他的课轻松有趣又长知识,关键是能更了解社会,为以后的就业做好铺垫。”护理专业七班的大一新生张嘉惠也来为宋永刚点赞,她告诉记者,课堂上宋老师经常给他们举例子,还选一些比较励志的视频给学生看,像《赢在中国》之类的,她很喜欢。



宋永刚正在课堂上授课,他的课因为生动有趣很受学生欢迎。 本报记者 李楠楠 摄

再给老兄弟寄上10箱苹果



本报11月19日讯(记者 秦雪丽)“就要这种苹果,不错,我要订购10箱。”19日下午,市民李先生来到本报,在看完样品之后,决定为远在外地的老朋友邮寄点苹果。

作为本报的老读者,早在去年本报联合栖霞市政府推出“栖霞苹果红齐鲁”活动时,李先生便积极参与其中。“去年的时候,我就从你们这儿订购了10箱栖霞苹果,也是给我这位老兄弟买的。”李先生说,对方收到后非常高兴,对烟台栖霞苹果

赞不绝口。今年,李先生亲自到本报看样品,对于85(苹果直径在85mm)规格以上的样品,李先生很满意,他决定再给老兄弟邮寄10箱苹果。

活动苹果全部来自正宗产地栖霞,喝着山泉水长大,酸甜可口,皮薄肉脆,欢迎订购。

三种方式可预订

1.可拨打电话18769437330、18660568036订购;2.可登录淘宝网,搜索店铺“烟台农产品之家”(本报官方淘宝店网址<http://qlwb-jryt.taobao.com/>)网上购买;3.您也可以直接到报社订购,地址:烟台市芝罘区环山路3号润利大厦1603室。

好老师由你来推荐

欢迎广大读者继续推荐您身边的好老师,讲述他们在平凡岗位上不平凡的故事。只要是老师,不论年龄,不论学校,不论科目,都可推荐。

推荐方式:1.拨打电话或发送短信至15063815716;2.发送消息至QQ:245046737。推荐时请注明被推荐老师的姓名、学校、班级、所教科目,以及简短推荐理由。



一杯好红酒,冬日最养生

本报直供梅卡庄园红酒,为你送上一份冬日健康



本报11月19日讯(记者 齐金钊)要选出冬天最好的养生饮品,红酒肯定在列。在寒冷干燥的冬季,一杯醇香的红酒不仅能帮我们抵御严寒,还能有效预防一些心脑血管疾病。为了让市民能以实惠的价格喝到高品质的红酒,本报与烟台著名葡萄酒生产商梅卡庄园合作,将好红酒直供您的餐桌。

如今,红酒已成为人们的健康新宠。红酒之所以越来越受人青睐,并不仅仅是靠其迷人的色泽和蕴藏其中的情调,更重要的是它诸多的保健作用。《本草纲目》里记载:葡萄酒,暖腰身,驻颜色,治补血,耐寒,因此在冬日里饮用尤其适合。

冬天温度低,医院里总少不了因感冒挂吊瓶的人。如果您最近感觉免疫力下降,不妨在餐桌上适量喝点红酒试试。红葡萄酒富含多酚、维生素和微量元素等物质,能够起到抗病毒和提高免疫力的作用,有助于预防感冒。

其次,酒酸是葡萄酒的主要成分,酸度赋予葡萄酒清新、清爽的口感,能生津开胃,帮助消化食物,减

轻脾胃负担。

除了平时的养生保健,在冬天适量饮用红葡萄酒还能预防一些突发疾病。养生专家介绍,冬季气温下降,血管遇冷收缩,血压升高,这种情况很容易诱发心脏病、高血压等疾病,葡萄酒含有丰富的维生素及矿物质,可降低血液中的胆固醇,有效预防冠心病和高血压发生。

本报定制的这款赤霞珠干葡萄酒,是梅卡庄园集百年酿酒工艺,精心打造的一款旗舰产品,用生长在梅卡庄园新疆基地的赤霞珠酿制而成,酒精度达到了经典的13.5度,酒液呈宝石红色,澄清透明,具有幽雅、芬芳的果香,一定会让您饮后余味十足。梅卡庄园“齐鲁晚报独家定制”赤霞珠干红750ml装直供价格为108元。另外,我们还推出专项慈善活动,您每购买一瓶此款葡萄酒,即为贫困学生捐款一元。

订购方式如下:

1.电话订购
订购热线:1886650106
账号:
6217002190001601674
开户行:建行烟台分行
户名:尤丽
2.现场订购
地址:烟台市芝罘区环山路3号润利大厦1509室

