

师者

耿云冬：做“好老师”，更做“好朋友”

通讯员 许桓玮

“我认为，学思践悟教育家精神的一个有效路径就是积极构建好师生学习共同体。通过发起研究生‘读书会’、推进‘有爱的学霸班级’建设、全过程指导本科生国创项目等实际行动，我一直坚持教学相长的育人理念，努力做好学生的引路人，引领他们先成长后成才。”回顾入职以来的从教旅程，耿云冬老师这样说。

做传道授业解惑的“宝藏老师”

爱岗敬业，是大家对耿云冬老师的共同印象。自2020年9月入职华农以来，他建设并新开课程6门，这些课程的开设，既具有课程体系更新建设之需，也有个人主动申请开设之意。在他看来，新时代背景之下，在讲授好传统的专业基础课程之外，外语专业教师还应注重依托课程建设充实外语学科知识体系，培养“知世界、讲中国”的时代新人，助力中国更好走向世界，让世界更好地了解中国。

“耿老师是我们眼中的宝藏老师。”同办公室的袁谦老师如此评价道。“他学识渊博、涉猎广泛，在教育教学方面，他的加入为我们整个语言学课题组带来了生机活力；而在指导学生方面，耿老师总是愿意牺牲自己的休息时间，因材施教，用耐心和爱心对不同层次的学生给予悉心指导。”

他将大量的时间与精力投入到了育人事业中，乐于为同学们解决在学习和生活中遇

到的问题。当他发现研究生存在学业繁重、无暇读书的现状时，他发起成立了“碎读书会”，寄寓“事冗书将零碎读，时来花自整齐开”之意，希望同学们在碎片化阅读时代利用好日常零散的时间，坚持阅读学术文献。他相信，长此以往，同学们终将有所收获。据悉，“碎读书会”已成功举办6期，师生同读一本书，互相交流读书感悟，融乐同行。

为学风优良班级“双向奔赴”

入职以来，耿云冬一直担任着英语2003班的班主任。他外看重这一职责，悉心陪伴25位学生的成长之路。他格外重视班级氛围建设，大一第一次班会提出了明确的班级奋斗目标：建设有爱的学霸班级，希望同学们互帮互爱，良性竞争，追求卓越。耿老师对班级里的每一位同学都关怀备至，无论是在学业上还是生活里，都努力为同学们提供尽可能的帮助。

英语2003班的刘晓庆同学分享了她与老师之间印象最为深刻的一件事：“有天晚上，我在复习时，突然感觉手脚麻痺，呼吸不畅，被送进了医院急诊室。当时已是深夜，第二天一早还有考试。正当心急如焚之时，我想到了联系耿老师。在安慰我之后，向我询问了考试的科目和任课教师，替我写了缓考申请，并在与教务老师及时沟通，为我办好了缓考手续，让我安心住院治疗。之后，耿老师也一

直关心我的身体状况，直到我完全康复。耿老师真的是一位非常认真负责、关心学生身心健康的好老师。”

正是在耿云冬无微不至的关怀与引导下，英语2003班的同学踔厉奋发、勇毅前行，在班风和学风建设中屡创佳绩，连续三年获评校级“学风建设先进班集体”。在得知班级获得2023年“学风建设先进班集体”后，耿老师第一时间在班群里与大家分享喜悦，并激励大家在大四学年继续秉持“人人为我，我为人人”的观念，无论保研、考研、留学还是工作，互帮互爱，共同奔赴未来。

“他是同学们心中的‘好朋友’”

“第一次上耿老师的课时，我就认定这位老师不仅会是一位好老师，更会成为我们的好朋友。老师对英语专业的热爱让我无比敬佩，而他风趣而又幽默的话语中，洋溢着对我们的喜爱。”大一新生外文2304班的杨卫宾同学在谈及对耿老师的初印象时说道。

在学生眼里，耿云冬老师的课堂既洋溢着欢声笑语，师生之间谈笑风生，又处处闪烁着智慧的光芒，充满了思维的碰撞。“书香阵阵沁人心，欢声笑语学不停”，耿云冬从不拘泥于条条框框，总是致力于寓教于乐，在学生创造轻松有趣而又生动的学习气氛的同时，将课堂安排得尽可能的充实。“让学生满心欢喜走进教室，满载而归离开课堂”是他一

以贯之的教学理念。

在课堂教学之余，耿云冬对带领本科生申报SRF项目，坚持有问必答、负责到底的态度。英语2003班的曲纹磊同学这样回忆道：“负责和耐心是耿老师的关键词，老师为我们改了六遍项目申报书，每次反馈的文档上满是密密麻麻的批注，老师不辞辛劳地为我们改稿到凌晨。跟着耿老师做项目，学到的不仅是学术方面的知识，更是对细节的把控与对工作精益求精的态度。”最终，在他的悉心指导下，曲纹磊同学所在的SRF团队不负众望，成功获批国家级大学生创新训练项目。

耿云冬的学生满稼岐如今已是外国语学院辅导员，提起耿老师，满稼岐说：“作为学生时，耿老师的课堂总是幽默风趣、深入浅出，将我们引进学术殿堂；作为同事时，时常在课堂外见到耿老师的身影，与学生交流谈心、指导学生开展研究、积极参与学院招生宣传工作……他总是繁忙而又充满热情，在无形中带动着我们不断向前。”

采访的最后，被问及在狮子山下的工作状态时，他笑答：“累并快乐着”。华农校园风景宜人，是读书治学的好地方，他很感谢学校和学院提供的良好氛围，与同事们相处十分愉快，与同学们相处亦十分幸福。他表示，作为普通教师，他会一直尽力做好自己的本职工作，坚持为党育人、为国育才的初心使命，认真领悟并积极践行习近平总书记提出的教育家精神，努力为学校“双一流”建设事业添砖加瓦。

新闻眼

见义勇为！她们勇救生命垂危女孩

通讯员 周楠

3月31日，华中农业大学文法学院法学2201班代婧文同学和法学2302班王祖安同学外出游玩，途经江汉路时，发现一群人围在一个十几岁女孩旁，大声呼喊她的名字。

“刚开始我们以为是拍小短剧，并没有那么在意，可当我们看到女孩手部青筋暴起，脸色发紫，就感觉到事情不太对劲。”王祖安学过心肺复苏，她想起了课堂上学习的内容，于是立即着手心肺复苏。

通过女孩朋友们的描述，王祖安初步判断她可能是气管被堵住了，于是，又通过海姆立克急救法施救，帮助女孩排出了气管异物。

与此同时，代婧文立马拨通了120，并对她王祖安的施救过程进行了记录。由于救护车只能容纳两人，王祖安陪伴女孩去了医院，并垫付了医药费。

回想当时的情景，王祖安内心仍然无法平静，“当时来不及想事情的后果，只是觉得人命关天，总不可能看着一个活生生的人在自己眼前消失吧”。代婧文表示，为了方便医护人员了解情况，所以对施救过程进行了全程记录。

“心肺复苏后，听见了女孩的哭声，我感受到了生命不是虚无飘渺的，而是真正有重

量的。”王祖安说。

代婧文表示，“在当时那种情况下，在场并没有几个成年人，我们作为当时为数不多的成年人，应该要承担起自己的责任。”

两名女生见义勇为的行为并非偶然。王祖安多次参与华中农业大学红杜鹃爱心社组织的志愿活动，同时担任法律协会志愿者，积极参与普法活动，她还在校院两级心理健康教育学生组织从事志愿服务工作。

代婧文是文法学院党建工作办公室志愿者，同时也是一名入党积极分子，多次

创作党建工作漫画并在学院新媒体平台发表。“我的父母都是党员，父亲是军人，曾经参与98年武汉抗洪获得三等功，他们经常教育我要帮助有需要的人。”代婧文说。

文法学院辅导员邓黄杰表示，两位同学平时富有爱心，遇事也比较沉着冷静。在两位同学身上，我们看到了危难之时，挺身而出勇气和担当。当今社会很多质疑见义勇为是否会给自己带来不必要的困扰，但总有人在危难中挺身而出，弘扬正义，希望同学们向她们学习，见义勇为，奉献社会。

特别关注

“狮山健康食谱”亮相校园

学通社记者 陈雨欣 汤子婕 张岑

4月7日中午，世界卫生日主题活动在荟园食堂一楼和竹苑食堂二楼拉开帷幕。华中农大版“地中海饮食”——狮山健康食谱套餐首次亮相校园。

校党委书记高翊，中国科学院院士张启发，校党委副书记、副校长姚江林，副校长郭刚奇和师生一起来到活动现场，参观健康促进科普展，品尝此次特别推出的华农版“地中海”饮食——狮山健康食谱套餐。

“精美白面会引起胰岛素抵抗”“红酒还是要喝一点的”“为了未来的健康，现在就要行动起来”，师生讨论着荟园食堂与竹苑食堂门口摆放的健康促进科普展架。展览详细介绍了地中海饮食的优点并推出饮食、睡眠和运动健康建议，同学们还了解到徒手心肺复苏、预防HPV感染相关知识，守护身体健康。来自商务英语2101班的王倩说：“之前没怎么了解过‘地中海’饮食，也没怎么了解过卫生健康问题，通过今天的活动我知道了健康的重要性，以后也会多多关注卫生健康问

题。”

本次活动依据“地中海”食谱（全谷、蔬菜、水果、豆类、坚果、高不饱和脂肪酸油、适量的鱼禽、少量红肉，无加工肉、精制白面、添加糖类等），探索华农本土化搭配，在荟园食堂一楼与竹苑食堂二楼推出简单清淡健康的“狮山健康食谱套餐”。据后保部副总经理张春英介绍，健康套餐以黑米饭为主食，三个主荤套餐，每个套餐含主食、肉类（鸡胸肉、鱼肉、牛肉等）、蔬菜、杂粮、其他菜肴（豆制品、玉米粒等）、水果六类，每类核定重量，调整搭配。

高翊、张启发来到活动现场体验营养套餐，并与师生交流。高翊表示：“狮山健康食谱套餐的推出是建立健康饮食习惯的有益尝试，健康要从现在做起，从自己做起。”彭少兵、谭文峰、徐强等老师和治未病行动志愿者陆续加入到套餐体验队伍之中。彭少兵说，龙利鱼健康套餐“性价比”很高，“十分值得品鉴”！

“是个新体验”“挺好吃的”“色香味俱全”……营养套餐受到师生好评。来自生物医学与健康学院的志愿者石秀娟老师介绍道：“此次活动目的就是为了推出一款以‘地中海’饮食为基础、采用本土化的烹饪方式做出的健康套餐。”博士后王磊也分享了他的感受：“这个营养套餐很不错，在普遍营养过剩的当下，为大家提供了一个清淡健康的选择。”

生物医学与健康学院常务副院长金安江介绍，开展健康科普宣传、推出营养健康套餐也是治未病行动计划的阶段性成果，相关项目将在本次尝试和优化后继续向校外合作单位推广。

活动当日，主办单位还在荟园食堂一楼与竹苑食堂二楼开展主题为“未来的健康，现在的行动”世界卫生日主题活动。活动主要包括健康促进科普展览、狮山健康食谱推荐、“我的健康行动”征集活动三个部分。

世界卫生日的宗旨是希望引起世界各国对卫生问题的重视，并动员世界各国人民普



狮山健康食谱套餐（学通社记者 司欣然 摄）

遍关心和改善当前的卫生状况，提高人类健康水平。本次活动旨在科普“基因组精准营养治未病”的科学知识，推广公共健康医疗服务，提升师生“预防疾病、促进健康”意识，帮助师生养成健康、文明、科学的生活方式。

本次活动由学校文化建设的办公室牵头策划，生物医学与健康学院、生命科学学院、食品科学技术学院、校医院等联合学校资产管理与后勤保障部共同举办。活动从4月7日持续至12日。