

王世根：讲台书丹心，壮心启后学

马克思主义学院党总支

王世根，1933年出生，教授，上海市中共党史学会主要创始人之一，我校原社科部主任，享受国务院政府特殊津贴。他1963年毕业于复旦大学历史系，后留校任教，1974年转入上海中医药学院（我校前身），直至1997年退休。他曾获上海中医药学院教书育人二等奖（1987年度）、上海中医药学院最佳教师（1989年度）、上海市中共党史学会优秀学术成果著作奖（1997—2001年度）、首届上海市马克思主义理论教学研究“终身荣誉奖”，主编出版多部教材，参与编写的《中国共产党历史讲义》作为党校、高校和军校的教材，是教育部向全国推荐使用的教材之一。

从游击队员到复旦学子

王世根出生于浙江天台。1949年中国共产党的游击队打到了浙江天台，自小亲眼目睹国民党政府腐败无能的王世根毫不犹豫地选择加入中国共产党游击队。不久，人民解放军185团到达天台，王世根根据组织要求，发动群众，组织、建立农会。此后，他又负责组建民兵队伍，配合解放军剿匪和征粮。

1951年，为响应农村土地改革运动，初中学历的王世根白天教村民们语文和地理，晚上搞“土改”。随着工作的深入，他深感自己知识欠缺，迫切希望进入大学深造。

1958年上半年，经组织推荐，王世根进入复旦大学工农兵补习班，进行为期三个月的学习。深知学习机会来之不易，他勤勉刻苦，后以优异成绩直接被复旦大学历史系录取，终于实现

了大学梦。当时为王世根授课的都是学界著名教授，如胡绳武、金冲及、余子道等，老师们渊博的学识、严肃的教学态度、清晰的授课思路、稳健的执教风格令王世根毕生难忘。

大学毕业后，王世根便留在复旦大学历史系任教，一待就是18年。后因举家搬迁至徐汇，王世根申请调离复旦大学，开始了他在上海中医药学院的教书育人生涯。

教书育人，著书立说

1978年，上海中医药学院成立马列主义教研室，王世根负责党史课程的教学，后任马列主义教研室副主任。在马列主义教研室成为社科部后，王世根又先后担任社科部副主任、主任。

王世根反复强调，思想政治理论课如何成为学生爱听的课程，是值得研究的问题。教学绝不能照本宣科，而是要启发学生，激发学生的兴趣，运用提问法、自由讨论法等，让学生从被动接受到主动求知，使课堂氛围活跃。课堂教学之外，王世根还广开讲座，和学生们分享党史人物传记、近代史故事等，深受大家好评。此外，他关注和重视学生的思想动态，曾逐一上门家访所带班级学生百余名。直至今日，王世根的学生有的年近古稀，却依旧与其保持联系，可谓师生情谊深厚绵长。

“三尺讲台教书育人，一支铁笔著书立说。”教学之外，王世根先后编写《中共党史自学题集》《中共党史自学指南》《中共党史自学考试纲要》等教学用书，丰富思想政治理论课的教

学资源，促进学生更好地学习党史相关知识。为体现时代特点，反映党史领域的新材料、新观点，加强党史学科的学术性和权威性，王世根融汇各家新思想，领衔编写《中共党史新论》，在当年以党史资料增刊的形式出版发行，颇受读者欢迎。值得一提的是，王世根还参与了党史专题的研究和编纂，如参与编写《中国共产党建设史》《中共历史事件人物录》《中国共产党八十年》等。

王世根始终坚持教学与研究相互促进。2012年，他编著出了《学思录》，该书中反映了他几十年来教学与科研的丰硕成

疫情期间的居家运动

体育部

每个人都是自己健康的第一责任人，疫情防控关键时期，增强体质和心理调适尤为重要。体育锻炼不仅能增强体质、提升免疫力，而且对促进心理健康有显著作用。居家运动要以中等强度规律运动为主，根据实际情况控制好运动强度和运动量。

居家运动方式

居家运动方式推荐有助于静心养神的传统运动方法，如太极拳、八段锦、五禽戏等。除此之外还可以进行台阶踏步、高抬腿、开合跳、原地蹬地跑、俯卧撑、仰卧起坐、平板支撑等体能锻炼，其中以全身有氧运动和大肌群参与的力量锻炼为优，而平衡锻炼和柔韧性锻炼有助于提高动作完成的舒适度、增强动作协调性，可有效预防和减少运动损伤的发生。

居家运动时间

居家健身不宜进行长时间大强度锻炼，因为过度剧烈运动导致免疫力下降。对于刚开始锻炼的人来说，每次运动时间可以从10—20分钟逐渐增加到30—40分钟，碎片化的运动也是有益的。开始阶段可以每周运动3天，其后逐渐增加到每周5天。

居家运动强度

身体素质较好和平常有良好体育锻炼习惯的成年人可以进行高强度间歇训练，不仅能够增强心脏功能、提高力量素质，还能在短时间内收获良好的锻炼效果。可以进行原地小步跑、俯卧撑、开合跳、波比跳等，每个动作做2—4组，每组10—15次。

青少年应当按照安全、科学、适度、多样化的原则进行锻炼，运动量要以中低强度为主，身体微微出汗为宜，运动后要注意休息。可以进行速度、小力量、心肺耐力等练习，如左右两点跑、振臂跳、原地踏步、开合跳、高抬腿、波比跳、仰卧起坐等。建议每天上午、下午和晚上各进行15—20分钟的居家锻炼。

王世根回顾自己的教学、研究经历，希望思想政治理论课教师不忘初心，不断求索，明白自己所从事的职业责任重大、使命光荣。他认为，思想政治理论课教师在开展马克思主义学科研究时，要坚定自信，学深悟透习近平总书记重要讲话中提出的重大思想、重大观点、重大论断，努力做到入脑入心，融会贯通。同时，思想政治理论课教师在教学实践中，要循循善诱，运用提问、讨论等教学方法启发学生，使学生自己产生兴趣。

王世根勉励首届马克思主义理论专业研究生新生学好课堂知识，学会做研究，尤其是深入研究习近平新时代中国特色社会主义思想；立足现实，立足当下，不畏艰苦，不负韶华，以苦为乐，努力成为有志气的人、有创造力的人、有社会价值的人。

一片丹心献热

王世根从教34年，兢兢业业，立德树人。1997年从上海中医药大学社科部（现马克思主义学院）退休后的20余年间，他始终关心和牵挂着马克思主义学院的发展，经常为学院教师在教学、科研方面提供无私指导，为传承红色文化发挥自己的余热，用一片丹心书写对教育事业的一腔赤忱。

岐黄逐梦人·寻访师道匠心

寧靜致遠

寧靜居家致遠以待

书法《宁静致远》李其忠



银杏苑

“杏”会三月

关尔 摄

春风化雨，贴心引路

——护理学院“春风化雨”导师团

导师：李玉霞

“春风化雨”一词来自《孟子》“有如时雨化之者”，意思是像及时的雨水滋润大地一样熏陶、教育学生。作为“春风化雨”导师团的一员，我一直在思考如何春风化雨润物无声地做一名称职的导师。在这条探索之路上且行且悟，我有了自己的答案。

以诚待人，立德树人。十年前，刚成为教师的我听见学生问：“老师好”时，心中的自豪感油然而生，为自己得到了学生的认可。然而当时除了课堂教学外，我鲜有与学生交流的机会。自从担任“春风化雨”导师团导师后，我有了更多机会关心和服务学生，在课堂上对学生多了一份包容和耐心，在导师团活动中给予学生肯定和信心，在坐班答疑时倾听学生的感受，与他们一起分享喜怒哀乐。导师团成为我和学生保持密切联系的重要纽带。当这些学生毕业前热情地找我合影时，我真正感受到教师职业的崇高，更体会到以德为先浇筑真情的真谛，心中雀跃不已。

因材施教，合力育人。原以为教师只要对教学精益求精，满足学生知识需求即可，参加导师团工作后才发现提升自身教学能力固然重要，对学生因材施教更为重要，具体而言就是以学生为中心，从学生的实际情况、个别差异出发，有的放矢地进行差异化教学，使每名学生都能扬长避短，得到更好的发展。在课程中，除了关注学生知识和技

跨界协同育人创新
师生共话价值引领

本报地址：上海市蔡伦路1200号行政楼416室 电话：51322041 邮编：201203 E-mail:tcmxb408@aliyun.com 排印：上海宝联电脑印刷有限公司（上海市定西路1277号长峰大厦305室）

上海中医大报

SHANGHAI UNIVERSITY OF TRADITIONAL CHINESE MEDICINE AND PHARMACY BIWEEKLY

中共上海中医药大学委员会主管 主办 《上海中医大报》编辑部出版 主编：朱慧华

第424期(总第864期)

2022年3月30日

国内统一连续出版物号 CN31-0817/(G) 网址：<http://www.shutcm.edu.cn> 本期四版

我校获批国家特色服务出口基地（中医药）

本报讯 近日，由上海市商务委员会、上海市中医药管理局联合推荐，经商务部、国家中医药管理局评审评估程序，我校被认定为国家特色服务出口基地（中医药）。

国家特色服务出口基地（中医药）认定工作由商务部、国家中医药管理局联合开展，旨在落实《中共中央、国务院关于促进中医药传承创新发展的意见》和关于推动中医药“走出去”的决策部署，扩大中医药服务出口，加快推进中医药服务贸易实现高质量发展。

我校是新中国成立后首批建立的

亲爱的老师们：

展信佳！

2022年伊始，新冠肺炎疫情再次来袭。疫情就是命令，时间就是生命。面对严峻的疫情形势，学校深入贯彻落实习近平总书记重要讲话和指示批示精神，根据市委常委会疫情防控重点工作部署，在学校党政班子的全面领导下，团结带领全体医务人员及教职工全力以赴开展疫情防控工作，坚决打赢疫情防控保卫战。

大战大考面前，总有一种力量让人果敢，你们是义无反顾的“逆行者”。一声号响，学校系统、9所附属医院的无数医务人员主动请缨奔赴抗疫最前线。你们组建设各路抗疫服务队，不分昼夜奋战在大规模核酸采样、封控管控防范区卡口、重点场所等，全力遏制疫情扩散蔓延势头。完成这些工作后，你们又立即投入各自医疗护理岗位工作，为全力保障全市疫情防控和正常诊疗工作作出应有贡献。你们是最硬核的“白衣战士”，用血肉之躯共筑抗击疫情的“铜墙铁壁”，以实际行动彰显了上海医务工作者的力量、责任与担当。谢谢你们，你们辛苦了！

大战大考面前，总有一种坚守让人温暖，你们是校园的“守护者”。校园的每一个角落都有学校教职工、医务人员、教师志愿者忙碌的身影。为了这份守护，你们闻令而动、冲在一线，与学生们真情相伴、同甘共苦。为了这份守护，你们日夜值守、严把关口，喊哑了嗓子、熬红了双眼，用汗水诠释了为师者的责任与担当。为了这份守护，哪怕身在校外，身处小区被隔离封控，你们居家办公毫不懈怠，孜孜不倦地完善网课，继续传道授业。你们的坚定执着、敬业尽责，传遍了校园的每一个角落，激励着每一位莘莘学子。你们无私奉献、踔厉奋发，以真诚服务践行初心使命，充分彰显了教育工作者的大爱。谢谢你们，你们辛苦了！

当前，疫情防控到了最紧要、最吃劲、最关键时期，必须坚持、坚持、再坚持，咬紧牙关、奋战到底。学校是大家的坚强后盾，始终与大家并肩作战，共渡难关。我们坚信，众志成城，勠力同心，就一定能打赢这场疫情防控阻击战、歼灭战、保卫战。

老师们，没有一个冬天不会过去，没有一个春天不会到来！愿以寸卫上海，且将岁月赠山河，让我们成为彼此前进的光芒，笃行不怠，不负时代，一起向未来！

校党委书记 蔡锡康
校长 徐建光
2022年3月29日

龙华医院中医外科第一党支部入选第三批“全国党建工作样板支部”培育创建单位

本报讯 日前，教育部办公厅公布第三批全国党建工作示范高校、标杆院系、样板支部培育创建单位名单，我校附属龙华医院中医外科第一党支部入选第三批“全国党建工作样板支部”培育创建单位。

中医外科第一党支部成立于2017年，涵盖国家级非物质文化遗产代表性项目中医针灸疗法（顾氏外科疗法）相关临床科室（肛肠科、中医外科、普外科）。支部配齐强班子员，5名支部委员由1名正高级、4名副高级职称人员组成。支部现有正式党员36人，其中高级以上职称人员19人，占53%，党员队伍政治素质过硬、专业水平精湛。支部强化政治引领，依托顾氏外科学科体系，始终秉持“一流党建引领一流学科发展”的新路子。

支部书记王琛作为上海市卫生系统优秀学科带头人、上海市中医药领军人才，充分发挥“头雁”作用。支部班子政治素养过硬，分工明确、团结协作，推动工作高效启动、高效对接，支部每年定期组织青年党员学习强国、新华网、央广网、中新网等平台报道。

“双带头”发挥引领作用
打造“德术双育”培养模式

支部书记王琛作为上海市卫生系统优秀学科带头人、

上海中医药博物馆与上海市教育学会宝山实验学校联合为该校五年级学生开设一堂主题为“神秘的东方力量”的云端校联动课。博物馆工作人员与我校师生协同讲学,通过多样化的师生、生生互动方式,让小学生们都领悟中医药文化的博大精深。

云端课程从刚刚落幕的冬奥会热词“神秘的东方力量”展开,引导学生从国际视角看中医。

博物馆科普教育部杨楠天通过视频直播讲解五禽戏的历史渊源,带领小学生亲身体验五禽戏,分别仿效虎之威猛、鹿之安详、熊之沉稳、猿之灵巧、鸟之轻捷,大家模仿得有模有样、不亦乐乎。

从春秋时期出现专

医医生和,

东汉华佗

创麻沸散、

张仲景总结八

纲辨证法、明季李时珍著《本草纲目》,到近代上海中西医汇通,博物馆馆长李巍带领我校学生依托博物馆藏品,在直播中将名医故事娓娓道来,学生们听得津津有味,并围绕中医药对人们日常生活起居的重要影响进行交流,进一步加深了对中医药的理解。

博物馆科普教育部

罗月琴讲解“时后备急方”里记载的青蒿用法,中国科学院屠呦呦从该书中获取灵感,成功提取到能够治疗疟疾的有效药物,获得诺贝尔奖。

最后,博物馆向参与互动的学生们赠送

馆方编写的小学生中医药传统文化教育系列书籍《投石问药》分册,鼓励大家做学习和传承优秀传统文化的心人。

此次馆校联动课是博物馆在信息化时代背景下打破时空限制,发挥场馆育人价值,贯通校园和公共场所教育资源,拓展学生学习场域的开端。未来,博物馆将打造更多馆校系列课程,构建时时可学、人人可学、处处可学的数字化终身学习场景。

(博物馆)

上海中医药博物馆与上海市教育学会宝山实验学校联合为该校五年级学生开设一堂主题为“神秘的东方力量”的云端校联动课。博物馆工作人员与我校师生协同讲学,通过多样化的师生、生生互动方式,让小学生们都领悟中医药文化的博大精深。

云端课程从刚刚落幕的冬奥会热词“神秘的东方力量”展开,引导学生从国际视角看中医。

博物馆科普教育部杨楠天通过视频直播讲解五禽戏的历史渊源,带领小学生亲身体验五禽戏,分别仿效虎之威猛、鹿之安详、熊之沉稳、猿之灵巧、鸟之轻捷,大家模仿得有模有样、不亦乐乎。

从春秋时期出现专

医医生和,

东汉华佗

创麻沸散、

张仲景总结八

纲辨证法、明季李时珍著《本草纲目》,到近代上海中西医汇通,博物馆馆长李巍带领我校学生依托博物馆藏品,在直播中将名医故事娓娓道来,学生们听得津津有味,并围绕中医药对人们日常生活起居的重要影响进行交流,进一步加深了对中医药的理解。

博物馆科普教育部

罗月琴讲解“时后备急方”里记载的青蒿用法,中国科学院屠呦呦从该书中获取灵感,成功提取到能够治疗疟疾的有效药物,获得诺贝尔奖。

最后,博物馆向参与互动的学生们赠送

馆方编写的小学生中医药传统文化教育系列书籍《投石问药》分册,鼓励大家做学习和传承优秀传统文化的心人。

此次馆校联动课是博物馆在信息化时代背景下打破时空限制,发挥场馆育人价值,贯通校园和公共场所教育资源,拓展学生学习场域的开端。未来,博物馆将打造更多馆校系列课程,构建时时可学、人人可学、处处可学的数字化终身学习场景。

(博物馆)

“挑战杯”全国大学生课外学术作品竞赛赛前动员会召开

本报讯 第十七届“挑战杯”全国大学生课

教学实验中心副主任、指导教师丁越介绍

学子的精神风貌。

朱惠蓉作动员讲话,

希望在当前疫情防控形势十分严峻的情况下,学校各职能部门和参赛团队密切配合,通力合作,积极保障答辩场地和网络的使用,参赛团队保持自信,以更加饱满

的热情投入比赛,充分展示我校学子的风采,同

时把握好参赛机遇,增进与其他高校参赛团队之间的学习和交流。

(团委)

退休党委召开视频会议

本报讯 3月26日上午,我校退休党委召

开线上视频会议,十位退休党委委员出席会

议,离退休工作处魏晓雯、孔英信参加会议。

会议由退休党委书记顾家柱主持。

会议传达市委组织部、老干部局和学校党

委会议精神,参会委员就如何在疫情防控期间发挥好作用和退休党员的先锋模范作用进行充分研究。会议还布置了退休

党组织近期工作要点,一是加强党员政治意识,引导党员将信金融入行动;二是坚持“三会一课”

制度,抓好党员日常教育管理;三是主动关怀重

点人群,将组织温暖带给党员和群众;四是遵守

疫情防控要求,弘扬社会正能量。

(退休党委)

本报讯 为贯彻落实今年学校“统战工作质量提升年”的建设目标,加强党外知识分子思想引领,发挥统一战线建言资政力量,3月

22日下午,由学校党委统战部主办、九三学社上海中医药大学委员会承办的“统战杏语”讲

座线上举行。

本次讲座聚焦“如何写好社情民意信息”主题,邀请龙华医院中医传统治疗部

主任医师、九三学社上海市委参政议政师库讲师沈含冰主讲,学校各民主党派成员五十余人参加。

沈含冰从社情民意的内涵定义、内容定位、撰写效用、撰写实用方法四个方面作详细阐述,并结合个人撰写经历和典型社情民意信息案例进行生动教学。他表示,加强政治理论学习是写好社情

统战智慧与力量。

(统战部)

本报讯 为贯彻落实今年学校“统战工作质量提升年”的建设目标,加强党外知识分子思想引领,发挥统一战线建言资政力量,3月

22日下午,由学校党委统战部主办、九三学社

上海中医药大学委员会承办的“统战杏语”讲

座线上举行。

本次讲座聚

焦“如何写好社情民意信息”主题,邀请龙华医院中医传统治疗部

主任医师、九三学社上海市委参政议政师库

讲师沈含冰主讲,学校各民主党派成员五十余人参加。

沈含冰从社情民意的内涵定义、内容定位、

撰写效用、撰写实用方法四个方面作详细阐述,并结合个人撰写经历和典型社情民意信息案例进行

生动教学。

他表示,加强政治理论学习是写好社情

统战智慧与力量。

(统战部)

图书馆(杂志社)开展学习和工作推进会

本报讯 3月14日上午,图书馆(杂志社)线上开展学习和工作推进会,学习贯彻中共上海中医药大学第八届委员会第九次全体(扩大)会议和学校关于新冠疫情防控制会议精神,部署本年度工作任务。(馆)领导张怀琪、倪力强、石德响、党总支委员、各党支部书记及各科室负责人等参会。会议由石德响主持。

石德响传达校党委书记曹锡康和校党委副

书记、校长徐建光在会上的讲话精神,要求各

党支部认真组织学习,把全会精神落实到具体

工作中。

石德响还传达了学校关于新冠疫情防

控会议精神,要求各科室负责人向全体教职工

做好宣传,严格执行各项管控要求;各党支部认

真贯彻党内外结对制度,对困难职工做好排摸、

建档和帮扶。

各科室负责人汇报今年各项工作安排。

倪力强回顾去年工作,部署今年重点工作。

他指出,2022年图书馆(杂志社)要把握新契机,

持续推进“一门式”改造和文化上墙、全国古籍

重点单位复核、文献资源建设的制度建设、公共

服务等工作。

张怀琪指出,图书馆(杂志社)各级负责人要

认真贯彻落实校领导的讲话精神和新冠疫情

防控要求,在学校准封闭状态下,毫不懈怠持续

推进学校和图书馆(杂志社)各项工作,以更高

站位创新工作,为学校发展作贡献;各科室要关

心好教工教,及时掌握信息,帮助相关人解决

实际困难。

[图书馆(杂志社)]

本报讯 疫情就是命令,防控就是责任,3月13日学校启动封闭管理,我校机关各基层党支部充分发挥战斗堡垒作用,广大党员“疫”不容辞,奔赴战场,守牢校园安全底线,守护师生健康安全,让党旗在疫情防控第一线高高飘扬。

后勤保障党支部:辨识施策,贴心服务

面对突如其来的战斗,后勤保障党支部以“蒲公英精神”为引领,秉持“精于业务、乐于奉献、勤于服务,敢担当、勇于创新”的工作理念,各司其职,坚守岗位,辨识症结,精准服务,确保特殊

时期校园餐饮、物资、医养、运输等后勤工作。在多部门配合下,支部党员通宵达旦、有条不紊地完成全员核酸检测工作,加强对重点人群的健康管理,为校区、园区内所有人员提供医疗救护服务。

产业发展党支部:强基固元,有力保障

根据张江学生生活园区联防联控实施方案,

资产管理党支部

高效部署

学生社区网格化

管理,迅速组

建一支20人

的社区辅导员队伍

坚守校门

。党支部密切联系

学生,做好疫情防控协防,每日处理上万条系

统数据;积极利用中医教育资源,打造“澄心防疫

、安心抗疫”

、暖心送餐

、暖心送物

、暖心送医

、暖心送药

、暖心送暖

”六心服务

。

学工部党支部:强基固元,有力保障

根据张江学生生活园区联防联控实施方案,资

产管理党支部与园区内各相关高校实时对

接,第一时间排摸封控学生人数,动态掌握各

高校师生

情况,协助完

成园区近10000

人次的核酸检

测。期间,党支部协助解决园区师生配餐、垃圾

转运等生活需求问题,同时全力保障校园生活

防疫物资的供应。在优先保障隔离学生及一线工

人员后,优先保障

学生及一线工

人员的生活需

求,全力保障

学生及一线工

人员的防疫需

求。

。

学工部党支部:强基固元,有力保障

根据张江学生生活园区联防联控实施方案,资

产管理党支部与园区内各相关高校实时对

接,第一时间排摸封控学生人数,动态掌握各

高校师生

情况,协助完

成园区近10000

人次的核酸检

测。期间,党支部协助解决园区师生配餐、垃圾

转运等生活需求问题,同时全力保障校园生活

防疫物资的供应。在优先保障隔离学生及一线工

人员后,优先保障

学生及一线工

人员的生活需

求,全力保障

学生及一线工

人员的防疫需

求