



城事开讲 温度PK台

茶楼

2026年3月15日 星期日 责编 吴大海 美编 张江 校对 黄文波

【教师】首先考虑授课效果

“小蜜蜂”戴起来其实没有那么舒服，肉嗓授课当然是每个老师的第一选择，但是再好的嗓子也扛不住高频使用。——广州某中学语文老师 江娜

【学生】小蜜蜂抵近影响听课

我的座位在前排，老师腰上的“小蜜蜂”就对着我耳朵讲。一节课下来，耳朵特别难受，真的会影响听课…… ——广州市某中学学生

【学校】会对使用进行规范引导

学校没有刚性规定是否使用“小蜜蜂”，但也会对老师做一些引导，如尽量降低音量、不影响其他课堂，在师生对话时不形成“师强生弱”的声音压力。许多老师天生声音小、每日授课的用嗓负担大，希望社会和家长们以理解和包容。 ——广州空港实验中学党委书记 韩斌

【医生】师生均需关注健康问题

教师应关注自身的听力健康与嗓音保健，例如掌握腹式发音等更科学的发声方式。同时，日常可多喝温水，少喝浓茶、咖啡。孩子如果不自觉地歪头、侧耳去听声音，或者回家看电视时把音量调得特别大，都可能是听力受损的早期信号。 ——广医二院耳鼻喉科副主任医师 廖礼兵



农庄吃鸡，用不锈钢盘更地道

“小蜜蜂”课室嗡嗡嗡 是护嗓利器还是隐形公害？

羊城晚报记者 郭子扬 朱嘉乐

林和是一名在广州拥有十余年教龄的资深教师。去年，他来到粤东一所县域高中支教，进校第一天就受到了冲击——全校百余名教师，几乎人手一个“小蜜蜂”等随身扩音器。上课铃响，微微失真、带着电流声的讲课声此起彼伏，响彻校园。从来不用“小蜜蜂”的林和发现，自己成了“少数派”。

是否使用“小蜜蜂”授课近来引发热议。羊城晚报记者走访发现，广州、东莞等地的部分学校提倡教师尽量用肉嗓授课，部分省市更曾出台相关意见规范“小蜜蜂”的使用。对此，林和提出了疑惑：教师是否应该主动放弃“肉嗓授课”的基本功？用“小蜜蜂”授课，对师生的听力、校园的声场环境，是否形成了一种隐形“公害”？

“小蜜蜂”何以成为标配？

需两三个小时与学生谈心、布置任务。在低龄学段的课堂上，维持纪律就已让教师不堪重负，不少新教师入职三五年便遭遇咽喉职业病。

“长时间用嗓，声带容易造成组织增生水肿，往往出现小结、息肉、慢性咽炎、慢性喉炎等问题。”广州医科大学附属第二医院耳鼻喉科副主任医师廖礼兵表示，门诊中的教师患者众多，有些教师因声带息肉不得不做手术。

也并非所有教师都习惯使用“小蜜蜂”。广州某中学的数学老师赵雪表示，自己工作第二年声带

就出现囊肿，去医院做过手术。术后第一个月，赵雪试用了一段时间“小蜜蜂”，但很快就放弃了，“拿着‘小蜜蜂’总感觉像个播音员，无法进入状态”。代价也很明显：赵雪的嗓子长年嘶哑，每周就靠着周末休息两天恢复。

广州某中学语文老师江娜则表示，自己天生嗓门大，懂得科学发声，多年来一直坚持不用“小蜜蜂”。但并非所有老师都会用嗓、懂发声，多位师范专业出身的教师告诉记者，并未受过专业的发声训练。

对身体到底有没有危害？

自行负责设备来源，保证音质清晰、不干扰学生，最关键的是要控制音量，避免影响隔壁班上课。

一些教师感受到了“小蜜蜂”的“副作用”。珠海的数学教师李兰记得，一次她走下讲台辅导学生，随口说了一句话，正对着“小蜜蜂”的学生猛地一哆嗦，显然被吓到了。

“教室前排的学生离‘小蜜蜂’可能只有一两米的距离。”廖礼兵介绍，“如果音量超过85分贝，尤其是在连续暴露8小时以上的情下，会造成内耳毛细胞的损伤，这种损伤往往是不可逆的。”此外，

专家建议优化教室声场环境

英中学校科技校区也普及了“无感扩音系统”：吊顶麦克风自动拾取讲台周围的声音，通过墙面音箱放大，教师无需佩戴设备。校方透露，这样一套系统，成本接近万元。

李兰就曾用过同一间装备先进的教室，后来换了教室，她又用回了“小蜜蜂”。对乡村学校而言，这类配置更是可遇不可求。（文中涉及教师均为化名）

广州人与鸡，不得不说的故事

傅在一旁炒菜，镬气十足。看架势就知道，差不了。

这家农庄做的是顺德菜，招牌桑拿鸡做法简单，味道极美。锅底是五指毛桃、切片姜、红枣，用剔了肉的鸡骨架慢熬，费时间，食客则亲自动手下菜，服务员太忙，半天喊不来。锅上放蒸架，水一开，就铺上切好的、大小匀称的鸡块，精工连着皮，佐以木耳和榨菜，盖上盖子蒸。

三分钟，计时器一响就开盖，用水汽蒸出来的鸡内，肉质紧实，皮是弹的，最要紧的是保留了鸡的原味，

带着五指毛桃蒸腾出来的香气，不加别的蘸料，就已经鲜嫩香美，充满鸡味。口味重一些的，蘸上蒜蓉、酱油、香油，再来两颗小米辣，又是另一番风味。我们讲吃鸡还得看鸡的生长环境，在市区难得吃上这么皮黄肉嫩的鸡，一问，果然是山上放养的土鸡。

鱼也可以蒸桑拿，同样剔去鱼刺，切成片，同样蒸三分钟，鱼肉由透明转白，筷子一夹，不生不老，入口嫩如豆腐，恰到好处。等到鸡肉鱼肉吃得尽兴，席间畅谈过后，五指毛桃鸡汤也好了，蒸架下是油黄色的汤，香

部分企业被处罚后在宣传语上“华丽转身”，问题产品随后卷土重来。当一种套路被曝光，它的市场并不会立刻消失，因此，“3·15”这天过去后如何持续维护好消费者权益，才是更重要的问题。

接着就是让消费者及时、全面地了解在各种消费领域中违法违规商家的新套路、潜在的权益受损风险和应对办法。一直以来，“3·15”成了消费者的吐槽日，如何让它成为日常保障，需要在相关权威信息的传播和反馈中建立规范性的机制。

李公明

每周涂

马年画马

十二生肖中，马可能是最入画的。马的样子，马跟人和环境的关系，还有马的寓意，都可以体现在同一个画面上，怎么画——无论抬头马还是低头马，站立马还是奔跑马——都可以找到恰当的说法，都可以题上“马到成功”。要是嫌这四个字不够特别，可以在带“马”字的成语里找，里面除了“马马虎虎”“牛头马面”，很难再有不中听的。甚至有些古怪一点的人士，就算画题“牛头马面”，总归是个说法，也当是应了年景。

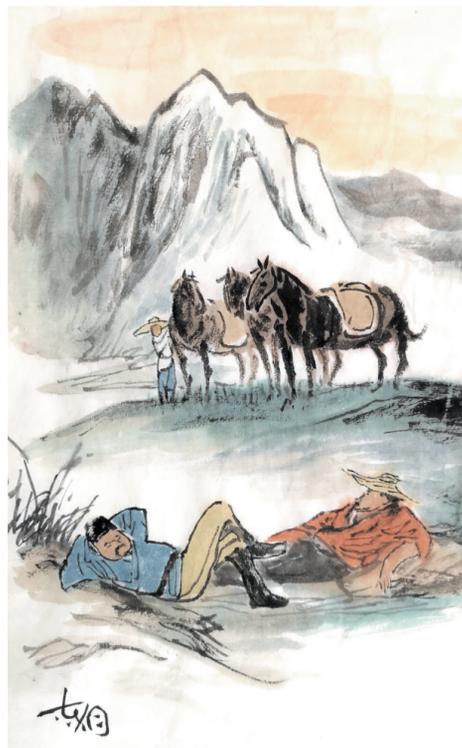
然而，马的意头虽好，画好却不容易，若不是对着真马认真观察过，画过马的千姿百态，单凭参考画马高手笔下的马，画出来当即就会被指出那样那样的毛病。尤其是马的四条腿，它跑动起来应该是怎样的，又如何画面上显得好看，这是对物理和画理能不能结合好的考验。像我这样连参考都懒得参考，单凭过往模糊印象就开笔的马马虎虎的画马，在艺术原则上已经站不住了，所以只能说是顺时景应的休闲。你想啊，年关将至，别人看不到你身上有半点年味，定要好心责怪几句，你拿什么回应？只能是画马了，也算是找了个不得不画马的理由。

第一幅马理所当然用于回应那些四面八方发来的新春祝福，这比挖空心思想句要简单得多。画面表现的是三匹马和

三个骑马的人，在一个荒无人烟的地方停歇下来，似疲惫又似要再度出发，就跟我们遇到年关的诸多感受一样，若不停下来歇一歇，想想今后的方向和道路，将来的日子注定就会过得一塌糊涂。画的寓意在此，现实的希望却是在画的背后：无论前途有多迷茫，道路有多崎岖，人和马总是要前行的；此地与彼处都是空间，何苦舍近求远？这是一个终极问题，而生活的真谛就在于不去想它，就算发问了也不求答案。

最后一幅马是“塞翁失马”，画面上只有一个像是塞翁的老人若有所思地看着远方，以及一根表示马已经跑掉了的缰绳。没想到这幅没有马的马画还挺受欢迎，大概喜欢的人都是冲故事的寓意去的吧！我们在生活中失去了多少，就会得到同样多的补偿，所以该执着的就是物或生命的体，而是其中富有的精神，即物或生命的灵魂，世俗观念中认为属于“虚”的部分。画作的意境也跟生活的道理一样，也是建立在“虚”——空白——的地方，但既然有“虚实相生”一说，所以“虚”又必须由“实”来衬托，画面上不能空无一物，而观画的人终究不能只看到可见的物，重点还是要去到画外或画的背后，“于无画处笔生花”。

陈侗



拍碎放入鸡块间。蒸的过程中，红葱的香气渗入鸡肉，又不会和肉抢味，反而把土鸡的鸡味“托举”出来。如果说桑拿鸡蒸的是鸡的本味，那红葱头蒸的是鸡的脂香，香气极其勾人。大块的鸡肉连着骨头，带有鸡油香，紧实而有嚼劲。

农庄遍地，鸡是永恒的主角。大家不辞辛苦，奔走一天，就为了一口久违的“鸡味”，广州人与鸡的感情，谁说纯粹呢。

张鑫