

# 定西一中

## 校报

### DINGXISHI DIYIZHONGXUE XIAOBAO

定西市第一中学 主办 准印证号:甘新出 46 字总 18 号(2016)4 号

编委主任 杨继柏

主编 王爱民

学校网址: <http://www.dxyz.gs.edu.cn>

2017 年  
9 月 20 日  
星期二  
第 6 期  
总第 159 期



校长杨继柏在部队领导陪同下检阅军训新生

## 市委书记唐晓明教师节莅临我校慰问教师



市委书记唐晓明教师节莅临我校慰问教师

九月金秋丹桂香,教师佳节今又来。9月8日下午5:00,在第33个教师节来临前夕,市委书记唐晓明在市委常委、常务副市长黄爱菊,市委常委、市委秘书长陈国栋,市教育局党组书记、局长盛淑兰陪同下来我校慰问一线教师。

校长杨继柏向唐书记一行汇报了我校近年来的教育教学管理和建设发展情况。他说,近年来,学校办学规模不断扩大,给学校教育教学工作带来了巨大压力,师资力量和教育经费短缺,使学校的发展面临诸多困难;但我校德育工作卓有成效,校风优良,教师兢兢业业工作,精心育人,教育教学质量稳步提高,2017年高考取得辉煌成绩,没有辜负市委、市政府和社会各界的期望。学校以后要继续发扬优良传

统,学习先进教育理念,借鉴名校先进经验,为定西培养更多高素质的人才,为定西的发展贡献自己的力量。

唐书记慰问了我校教师黄丽荣,和她进行亲切交谈,询问她在工作学习生活中的困难和问题,并发放了慰问金。唐书记代表市委、市政府向老师们致以节日的问候,对教职工的辛勤工作表示敬意,对我校的教育教学给予了充分肯定。他说,近几年来,定西一中取得了很大的成绩,教育教学质量在定西处于领跑地位,为定西教育增添了光彩,为社会培养了大批人才,特别是今年,学校更是取得了辉煌的办学业绩,这是学校狠抓管理、强

化责任落实的体现,也是老师们辛勤工作的结果。唐书记要求学校提高教师业务水平,加强教学教研工作,重视师德建设,营造尊师重教氛围,完善教育设施。教师要一如既往地发扬甘为人梯的奉献精神,进一步提升教育教学水平,扎根三尺讲台,以真情、真心、真诚教育影响学生,当好学生健康成长的指导者和引路人,让更多的孩子通过教育成长成才,努力把定西一中建成让学生成才,让家长放心,让社会满意的学校。

唐书记表示,市委、市政府将一如既往地支持定西一中,为学校的建设发展创造良好环境,提供政策和资金保障,积极创造条件,不断推动学校又好又快地向发展。(办公室)

## 我校隆重举行新学年开学典礼

8月28日下午五时,我校在田径运动场隆重举行2017—2018学年度开学典礼。典礼由学校党委书记张东锐主持,校长、党委副书记杨继柏,副校长魏崑、刘兴宇、刘顺义,党委副书记赵惠琴,工会主席吴海和和学校各处室领导在主席台就座,全校3000多名师生参加了开学典礼。大会举行了隆重的升国旗仪式。

张书记介绍了参加开学典礼的学校领导、各处室负责人以及年级主任。副校长刘顺义宣读了《定西市第一中学关于表彰2016—2017学年度先进班集体、三好学生、优秀学生干部的决定》和《定西市第一中学团委关于表彰2016—2017学年度优秀团干部、优秀团员的决定》。学校领导为获奖班级和学生颁奖。

高一年级珍珠班的桂章雨阳同学代表新生发言,表示要尽快适应高中的学习生活,养成良好的行为习惯,努力为学校发展争光添彩。

校长杨继柏致辞。他代表学校向新学期来我校工作的新老师和来我校学习的新同学表示欢迎,并对在上一年度为学校发展做出贡献的教职工和为学校争光的全体

同学表示敬意和问候。

杨校长简要介绍了学校的发展历史和2017年所取得的辉煌成绩,表示在新的学期,学校将秉承“守真至善,博学致远”的校训精神,进一步强化管理机制,改善办学条件,为全体师生提供更加优良的工作、学习环境。他希望老师们埋头苦干,关心并爱护每一个学生,为同学们的多元发展和终身幸福搭建平台,为学校的快速发展献计献策、做出贡献。他要求同学们肩负起身为一中人的责任,要有远大理想,刻苦学习,自尊自爱,养成良好的行为习惯和学习习惯,努力取得优异的成绩。杨校长最后说,我们选择了勤勉与奋斗,也就选择了希望与收获;选择了拼搏与超越,也就选择了成功与辉煌,希望全体师生都能以饱满的精神、昂扬的斗志,投入到新学年的工作学习中,拼搏进取、顽强奋战,共同创造定西一中更加辉煌的明天。

张书记在总结讲话中要求老师们博学善导,修身垂范,关爱每位学生,做学生生活中的知心人,争当名师,做一名有理想、有追求的老师,以高尚的道德品质、振奋的精神面貌、渊博的知识做学生的表率,以独特的人格魅力、负责任的工作态度、精湛的教育教学水平影响学生,教育学生。并祝愿全体同学勤奋学习,放飞梦想,收获成功。(办公室)

8月14日至23日,由学校政教处牵头组织,学校多个部门全力配合,高一年级900多名新生和班主任积极参与的我校2017级高一新生入学教育和军训工作圆满结束。

14日上午,新生入学教育暨军训动员大会在启智楼报告厅举行,大会由党委书记张东锐主持。会上,原校长盛淑兰对900多名新生表示欢迎,并对全体新生提出了希望和要求。她说,近年来我校办学成绩显著,为清华、北大等各大高校

## 深化教学管理 谋划全面发展

——我校召开年级主任、教研组长及备课组长会议

在新学期开始之际,为了更好地总结过去,谋划未来,我校于9月5日下午5点召开了新学年年级主任、教研组长及备课组长会议。校长杨继柏、副校长魏崑、各年级部主任、各学科教研组长及备课组长参加了会议。会议由副校长魏崑主持。

教务处主任王国仁解读了《2017—2018学年第一学期教务处工作计划》,他强调我校教学工作将继续推行“五环节”高效课堂,优化课堂教学,进一步规范常规管理,实现教学质量的稳步提升。教务处将充分发挥好科室职能,服务教师及学生,力求学校教育教学工作能上新台阶。教研处主任赵玉城就本学期学校教研工作做了部署,他要求全体教师,树立终身学习的意识,加强对新课程改革实施进程的调研,推动课题研究。他还强调教研处将在以后的工作中牵头做好新教师的培训,并组织好优质课的评选及学生竞

## 我校新生入学教育暨军训工作圆满结束

输送了大批人才,特别是今年的高考成绩再次刷新了我校的办学历史,赢得了良好的社会口碑和广泛赞誉。她希望新生今后在一中成长为理想环境中学会做人、学习,争取在三年以后创下更大的辉煌,并要求新生在军训中严格要求自己,克服困难,认真完成军训任务,上好高中的第一课。副校长魏崑全面总结了2017年的高考成绩,并给高一新生就高中学科的特点、学习方法等方面做了科学的指导和讲解。

在三天的教育活动中,各处室和备课组的老师分别从学校的理念文化和办学历史,校纪校规基本要求,高中课程的学习方法,如何规划高中阶段学习生活,心理健康教育,“五环节高效课堂”的具体实施过程,及如何组建高效课堂等方面作了全面的介绍和详细的指导。身残志坚、自强不息的我校2017届优秀学生代表魏祥同学与新生面对面交流,分享了自己的成长经历和成功经验。保卫处对学生进行了安全方面的培训,并组织了防灾紧急疏散演练活动。同时,学校还聘请了市疾控中心 and 安定区交警宣传部门的专家分别作了“艾滋病流行现状与防治对策”和道路交通安全法规常识的报告,取得了良好的效果。

23日上午九点,高一新生军训会操表演在运动操场举行,全体高一新生参加了会操表演。新任校长杨继柏,副校长魏崑、刘顺义,党委副书记赵惠琴,工会主席吴海以及武警定西支队的领导观看了会操表演并为各班评比打分。会操表演由副校长魏崑主持。

军训总结大会举行了阅兵式,杨校长在部队领导的陪同下检阅了军训学生。检阅结束后,900名参阅新生伴随着教官宏亮、浑厚的指挥口令依次从主席台前走过,学生们整齐的动作、嘹亮的口号和良好的精神风貌不时赢得领导和师生们的阵阵掌声。

会操表演结束后,武警支队参训教官进行了军事动作表演,教官们精彩的表演赢得了师生们的阵阵喝彩,学校领导为教官们赠送了纪念品。

大会表彰了在军训会操表演中获奖的班集体,高一(20)班、(16)班获得一等奖,高一(15)班、(10)班、(9)班、(19)班获得二等奖,高一(13)班、(14)班、(1)班、(8)班、(11)班、(18)班、(17)班、(7)班获得三等奖,高一(2)班、(12)班、(4)班、(3)班、(6)班、(5)班获得优秀奖,校领导为各个获奖班级颁发了奖状。

副校长刘顺义作了总结讲话。他首先代表学校感谢定西武警支队对我校军训工作的大力支持,希望全体同学珍惜这次军训经历,铭记所学到的知识和做人的道理,珍惜高中三年的学习生活,努力拼搏、奋发进取,不断磨练自己,提高综合素质,完善知识结构,勉励同学们在今后的学习和生活中要继续巩固军训成果,把训练场上的严格规范、勤学苦练的训练要诀作为获取知识的法宝。

在为期十天的新生入学教育暨军训活动中,学校对高一新生进行了扎实且富有成效的入学教育,召开了新生家长会,并就新生如何教育对家长提出了科学建议。军训期间,同学们以坚强的意志经受了考验,除学习了军训的基本动作和队列队形外,还学习了内务整理等内容,出色地完成了军训任务,展现出了我校新生坚忍不拔、迎难而上的良好精神风貌。

通过此次活动,进一步加强了学校精细化管理,培养了学生吃苦耐劳、严明守纪的优良作风,增强了国防意识,训练和提高了学生在队列队形、内务整理等方面的能力,规范了学生的言行举止,培养了学生良好的学习生活习惯,推动了校园精神文明建设和学生整体素质的提高。(政教处)

## 成长语录

1. 这个世界并不是掌握在那些嘲笑者的手中,而恰恰掌握在能够经受得住嘲笑与批评仍不断往前走的人手中。
2. 不是你比别人差,只是付出不够多而已。
3. 太阳每天都是新的,你是否每天都在努力。
4. 自然界没有风风雨雨,大地就不会春华秋实。
5. 没有一颗珍珠的闪光,是靠别人涂抹上去的。



# 以仁爱之心工作 以勤奋之态读书

——在新学年开学典礼上的讲话  
校长 杨继柏

老师们、同学们：

我们怀揣梦想，满怀信心地站在新学年的起跑线上。今天，我们隆重举行2017—2018学年度开学典礼，总结过去，展望未来，接受新任务，开始新征程。

在此，我谨代表学校，向新学期来我校工作的新老师和新学期来我校学习的新同学再次表示热烈的欢迎！同时，向在上一学年度辛勤工作、乐于奉献，为学校发展做出贡献的全体教职员工致以崇高的敬意！向努力学习、奋发向上，为学校争光添彩的全体同学表示亲切的问候！

老师们，同学们，我校始建于1941年，这里人杰地灵，文化底蕴深厚。1955年学校被确定为“甘肃省重点中学”，2004年被命名为“甘肃省示范性普通高中”，2009年被确定为“甘肃省普通高中课改实验样板校”，2016年被确定为“甘肃省普通高中特色实验学校”。建校70多年来，学校以其敢为人先的顽强意志和追求卓越的崇高精神，培养了数以万计的德才兼备的优秀人才，为社会发展做出了杰出的贡献，赢得了学生、家长、社会的普遍认可和广泛赞誉。定西市第一中学是名副其实的莘莘学子求知知识的殿堂，更是有志青年成就梦想的摇篮，她会永远为你发展个性、展示风采提供广阔的舞台。

老师们，同学们，刚刚过去的一年，是不平凡的一年。在过去的一年里，学校在改革中求发展，在发展中求创新，大力弘扬“刚毅奋进，追求卓越”的学校精神，取得了可喜可贺的办学成绩，谱写了一中教育的新篇章。2017年，我校高考再次取得历

史性突破，文化课考生一本上线623人，二本以上上线982人，一本、二本以上上线率均居全市第一，有31名同学取得了600分以上的好成绩，7名同学被清华大学和北京大学录取。同时，学校男、女排球队和男子篮球队代表我省参加了2017年全国第十七届中学生运动会，展现了我校体育艺术工作的新高度，为学校赢得了殊荣。

老师们，同学们，成绩催人奋进，但它只能说明过去。在新的学期，学校将秉承“守真至善，博学致远”的校训精神，进一步强化管理机制，改善办学条件，为全体师生提供更加优良的工作、学习环境。希望老师们、同学们能够凝心聚力，为学校的持续健康发展而砥砺前行。我也坚信在大家的共同努力下，学校的教育教学质量将继续保持强劲的发展势头，一中的面貌一定会日新月异！

老师们，我们的工作关系着学生、家庭和民族的未来，我们只有用无私的奉献精神 and 博大宽容的仁爱之心投入工作，才能无愧于我们的光荣职业。过去的一年，我们用信念铸就师魂，恪尽职守，为同学们的发展殚精竭虑，赢得了良好的社会声誉。在新的学年里，我们要一如既往，埋头苦干，关心并爱护每一个学生，为同学们的多元发展和终身幸福搭建平台，为学校的快速发展献计献策、做出贡献。

同学们，当你踏进一中的校园，从这一刻起，你必须肩负起身为一中人的责任，更要有承载祖国未来的伟大理想。而伟大理想的实现，要靠优秀的基础作为支撑。无论是谁，只有自己足够优秀，才有资格和福气般

配其他的优秀。借此机会，我就围绕如何成为一个优秀的学生向同学们讲些建议和要求。

作为学生，学习是我们的天职，学习成绩是我们的立足之本。如果没有好的学习成绩，你就会显得缺乏自尊。也就是说，当你身无长物，居无片瓦，你谈自由潇洒往往会贻笑大方。我们追求成功，想成为优秀，首先就要踏实学习，否则成功、优秀就会与你擦肩而过。今天流连于闲花野草，明天一定会流落于市井瓦巷。一纸高考试卷，检测的不仅是你的智力，更重要的是你的判断力、专注力、控制力与承受力，面对高中读书的单调与辛苦，如果你选择了不作为，你未来的工作和生活，就会有数不清的冷眼、孤独、拒绝，甚至是惨败。今天的你不作为，我凭什么相信将来的你有作为？

学习靠的是习惯。同样是上课，习惯差的同学就会走神，上课的时间完全浪费，课后以加倍的时间、更低的效率想着弥补，往往造成时间的严重亏损。习惯好的同学上课就会聚精会神，事半功倍。学习不只是积累学习的速度。越学习，越适应学习，越学习，越善于学习。我们有时感叹天赋不如人，其实更大的，可能是学习习惯不如人、努力不如人！

老师们，同学们，选择了勤勉与奋斗，也就选择了希望与收获；选择了拼搏与超越，也就选择了成功与辉煌！我们有理由相信，只要我们努力同行，希望就会与我们同在！2018，让我们带着希望，仰望星空，脚踏实地，整装出发！

我衷心地希望我们全体师生都能以饱满的精神、昂扬的斗志，投入到新学年的工作学习中，拼搏进取、顽强奋战，共同创造定西一中更加辉煌的明天！  
谢谢大家！

# 饮水思源，师恩难忘

尊敬的各位老师，亲爱的同学们：

大家好！今天我演讲的题目是“饮水思源，师恩难忘”。

在这秋高气爽的九月，我们迎来了第33个教师节。在此，让我们向每一位辛勤工作的老师，致以节日的问候：老师，您辛苦了！

教师，不仅是一份职业，更是一份奉献；对社会、对未来的奉献。三尺讲台，四季耕耘，引领一代代年轻人走上成功的道路。一个人，无论地位有多高，成就有多大，他都不会忘记老师在自己成长的道路上所花费的心血。有人说：父母之爱，让我们感受到养育的艰辛；朋友之爱，让我们体会到互助的温暖。那么，教师之爱，让我们享受到了不求回报无私关爱的博大！古语有云：“一日为师，终生为父”，老师给我们人生的影响，丝毫不亚于父母亲人。每个人都有自己的事业，都有自己独特的的人生之路。有的人，在平凡中默默地实现着人生的价值；有的人，轰轰烈烈成就卓著，做出了显赫的业

绩。然而，当我们回顾所走过的人生之路，追寻我们事业发展的源头之时，很多人都会不约而同地想到一个人，那就是我们的老师。

尊师重道，并不是苦等一个教师节，送上大把的节日祝福。正相反，遇见老师的微笑问候，进办公室的一声报告，上课时的积极发言，对老师而言，这些，就是最好的尊敬。当然，最让老师惊喜的，还是我们品德的优秀，成绩的提高。每位父母望子成龙、望女成凤，老师又何尝不是如此啊！

同学们，也许你经过努力，可成绩依然不理想。你可以掌握不好一个公式、某个定理，但我们不能以此为借口，自暴自弃，故意违反纪律，对着老师撒气，丧失最基本的良知。作为一名新时代的高中生，我们已经摆脱了幼稚，已然懂事。在这个物欲横流的时代，不要忘了有一群人还在坚守这一片理想家园，默默无闻为我们的健康成长保驾护航。成长，从尊重做起，从行动开始，从认真上好每一堂课做起。同学们，师恩难忘，难忘师恩。就让我们努力学习，成人成才，用最好的成绩回报我们的老师；让我们成为老师的骄傲！

我的演讲完毕，谢谢大家！  
高二(8)班团支部  
2017年9月11日

国旗下讲话

# 欣欣向荣新气象 步步为营新征程

——新生代表在开学典礼上的发言  
桂章雨阳

尊敬的各位领导、老师，亲爱的同学们：

大家好！我是高一(19)班的桂章雨阳。很荣幸，今天能够作为高一新生代表在这里发言。首先，请允许我代表全体高一新生向即将辛勤培育我们的全体老师表示深深的敬意，向高年级的学长们表示诚挚的祝福！

步入高中，意味着我们在人生之路上已经成功迈出了第一步。初中三年一晃而过，我们从一个个懵懂少年锤炼成为焕发青春气息的高中生。高中时期是我们走向成熟，走向独立的阶段，它是一个新的开始，一个新的起点。今天坐在这里的同学们都曾有着辉煌的成就，但这一切，在我们踏进高中的大门之后，都已成为过去！

过去的成绩只是鞭策我们前进的动力！创业不易，守业更难！逆水行舟，不进则退！高中的生活远没有我们想象中的那般轻松。也许在开始时我们会无措，无措于我们该如何尽快进入高中状态；我们会恐慌，恐慌于如何在高中的学习中充分释放自己的力量；我们会彷徨，彷徨于如何在新的学习生活中找到自己的角色！

但是，无论出现了哪种不适应新生活的情况，我们一定要知道，我们的身上有无限的潜力，等待着我们去开发；我们的大脑中有无穷的智慧，等待着我们去挖掘！只要不丢掉自信，我们将会从容地穿过成长中的风风雨雨！何况

我们身后有着无私奉献，爱生如子的老师们，还有一个办学悠久，硕果累累的定西中学默默支持着。

定西中学是一所历史名校，有着70多年厚重的文化积淀，是我们所有定西学子梦寐以求的学习殿堂。今天，我们带着光荣与自豪从各个县区来此相聚，成为同窗好友。但真正地践行定西中学精神，融入定西中学文化，还需要一个长期的过程。做一个学生不容易，做一个优秀的学生更不容易！现在，我们微笑着走进这里，今后，我们还要微笑着带着定西中学特有的面貌走出去，把定西中学“刚毅奋进，追求卓越”的精神发扬光大。

良好的习惯是成功的前提。作为一名定西中学学生，行为规范是一项我们要用三年时间认真学习的必修课。自尊自爱，注重仪表，诚实守信，礼貌待人；遵规守纪，勤奋学习，勤劳俭朴，孝敬父母；严于律己，遵守公德。看似简单的几项规范，却需要我们比铁杵成针更久长的坚持，比滴水穿石更坚定的意志，把它们当作我们今后为人处世的准则，日常生活的一部分。对自己负责，对家庭负责，对学校负责，对社会负责！

诗人在一首诗中这样写道：“人的一生分为三天：昨天，今天和明天。”昨天已经过去，今天在我们脚下，明天是未来，是希望，是召唤，更是挑战。同学们，我们风华正茂，让我们坚定地挥手与昨日告别，牢记“善思明礼，笃行如一”的警句，不忘“千里之行，始于足下”的格言，坚实地迈出千里之行的第一步！

请各位同学记住：今天，我们以定西中学为荣；明天，定西中学为我们骄傲！

# 我校召开庆祝教师节暨表彰大会

在第33个教师节来临之际，我校于9月7日下午5:00时隆重召开庆祝教师节暨表彰大会。校长杨继柏，党委书记张东锐，副校长魏崑，刘兴宇、刘顺义，党委副书记赵惠琴以及全体教职工参加表彰大会。大会由张书记主持。

副校长魏崑宣读了中共定西市委、市政府，安定区委、区政府和定西市第一中学关于表彰先进集体和个人的决定。党政办公室、教务处获得“先进处室”，语文教研组、历史教研组获得“先进教研组”，高一年级物理备课组等9个备课组获得年度“先进备课组”。有27名班主任获得“优秀班主任”，34名教师获得“优秀教师”，6名处室人员获得“优秀教育工作者”荣誉称号。学校领导为受到表彰的先进集体和先进个人颁奖。

杨校长在讲话中首先代表学校向为学校发展做出贡献的先进集体和优秀个人表

示祝贺，向全体教职员工和离退休老教师表示节日的祝福，向关心支持学校建设发展的社会各界人士表示感谢。

杨校长简单回顾了学校本学期取得的辉煌的办学成绩。他说，新学期机遇与挑战并存，困难与希望同在，希望全体教职员发扬“刚毅奋进，追求卓越”的学校精神，以饱满的工作热情，高度负责的工作精神投入到工作中去，坚定信念，牢记责任，爱岗敬业，甘于奉献，廉洁从教，形成良好的师表风范和人格修养，用睿智和责任共同铸就学校的辉煌，办人民满意的学校，育国家需要的英才，以优异的办学业绩回报党和社会的关爱。

张书记在总结讲话中希望全体教职员以先进典型为榜样，增强责任意识和师德意识，秉承“守真至善，博学致远”的校训，开拓创新，求实进取，共同谱写学校更加辉煌的明天。  
(办公室)

# 荣誉升旗手风采



冯铂，2015级(13)班学生。他尊敬师长，热爱集体。在本学期高三第一次月考中，他取得了班级第一，年级42的好成绩。他曾获得“语文报杯”作文竞赛省一等奖和全国中学生生物联赛省二等奖。

他的座右铭是：“世间无所谓天才，只有刻苦加勤奋。”



杨晶莹，2016级(3)班学生。她尊敬师长，乐于助人。作为学习委员，她认真负责，尽心服务。入学时，她的成绩并不理想，但她并未气馁，她以积极向上的心态，经过刻苦拼搏，坚持不懈，在第一学年的期末考试中，她进步了300多个名次。

她的座右铭是：“全力奔跑，曙光就在前方你挥手。”

# 我校召开班主任工作会议

为了全面落实学校的各项工作任务 and 立德树人的育人目标，从严从细抓好班级管理，切实提高班级管理精细化水平，9月4日下午，我校在办公楼三楼会议室召开了新学期第一次班主任工作会议。校长杨继柏，副校长刘兴宇、刘顺义以及全校60多位班主任参加了本次会议。会议由副校长刘顺义主持。

政教处副主任陈晓东安排部署了本学期班主任工作，他围绕全面抓好学生行为规范教育的工作重点，对本期德育工作作了说明和要求。

副校长刘兴宇就涉及班级管理的卫生、行为习惯和安全等方面的工作提出了明确要求。刘校长指出，要做好各个时间段的卫生打扫工

作，培养学生良好的卫生习惯和节约意识，重视校外住宿学生的用电、用火安全以及交通安全等问题。

校长杨继柏立足学校发展实际，他在充分肯定我校近几年各项工作取得长足进展的同时，强调班主任要增强忧患意识，居安思危，认真细致地落实好会议安排的各项工作。杨校长重点从学生行为习惯养成教育、建设有特色的班级文化、如何科学高效管理等方面对班主任工作提出了明确要求。

最后，刘顺义副校长在总结讲话中要求各位班主任增强爱心和责任心，以实干高效的工作作风全面做好各项工作，促进学校学生管理工作的进一步发展。  
(政教处)



# 以知识为舟 以爱心为桨

——全国中小学班主任工作研讨会心得体会

地理教研组 巨文娟

2017年4月22日至23日,我有幸参加“名师之路”全国中小学班主任工作研讨会暨教育育人案例实操分享报告会,聆听了全国著名教育家李镇西以及其他两位名师的报告。他们的朴素、真诚、幽默、睿智,他们的教育理念以及对教育的热爱都让我深深感动。尤其是李镇西老师的讲座,使我完全陶醉在他那浓浓的师爱和浪漫的情怀之中,这对初任班主任的我来说,更是学习的绝佳机会。

结合自身的工作体会,我觉得要做好班主任工作必须做到以下几个方面:

## 一、要有童心、耐心和爱心

作为老师,我们教育的对象是学生,如果和学生沟通的时候总是把自己摆得高高在上,那么学生又怎么会和我们交心,学生又怎么会配合我们的工作呢?所以教师时刻不要忘了自己也曾是个孩子,班主任应该有这样的教育情怀,用学生的眼睛观察,用学生的耳朵去倾听,用学生的兴趣去探寻,用学生的情感去热爱。他认为,教育应该有浪漫的气息,老师一定要有耐心。对待学生的错误,我们要以理解的心态,这样学生才能够听得进我们的话。作为老师还要有爱心,多和孩子保持共同的爱好,就多了一条通往学生心灵的道路,这样才能拉近与学生的距离,成为孩子们最喜欢的朋友。

## 二、心存善念,给学生以尊严

李老师说:“理想与责任,体现于培养现代公民,给每一个人以尊严。”“尊严”是个比较严肃的词语,李老师在《做最好的老师》一书中写到:“教师的尊严是

学生给的。”作为教师,对学生的爱,不是居高临下的“平易近人”,而是发自肺腑的关爱。我也尝试着去做到更好,这需要一个心理认识过程,简单地讲就是需要一种品性:善良!我们教会学生向善的同时自己也要心存善念。心存善念,才会真心待人接物,也才能赢得别人的尊重,赢得自己的尊严。

## 三、真正的教育是熏陶

李老师说,作为教师,最好的管理莫过于示范,最好的教育莫过于感染。班内出现钱物被偷事件,李老师是这样处理的,先精心准备,在学生面前朗读了一篇小说,其中有一句话:“生活中,不同的人截取了不同的片段,你们截取了什么?”有的学生说截取了善良,有的学生说截取了真实,有的学生说截取了虚伪。那位偷钱的学生低下了头,非常羞愧,后来,情不自禁地把钱拿了出来,交给李老师。因为李老师抓住了学生心理的触动点,让学生纷纷展开讨论,明白了诚实无价的道理。针对班内发生的各种现象,他都能采取不同的教育方式,以情染情,开启学生的心灵之门。想到自己在教学的过程中,也是更多地关注学生对学习的热爱,与同学相处的谦让,对学习、生活有计划的合理安排,有一颗爱自己更爱父母的感恩之心。学生拥有了美好的情感,即使成绩不理想,也会有无限的内驱力,长大了会有积极的人生态度。

## 四、体味做教育“特别”的幸福

李老师说了一句让我深有感触的话:“教师应有一种特别的幸福感”。有很多同行说工作没有“幸福感”,主要是教师的工作太

忙,“繁重的非教学工作太多”,工作没有成就感等。我虽然做班主任时间不长,但也不时体验着作为教师特有的幸福。学生对教师的关心多种多样,教师更是为学生的每一点进步快乐着。课堂上讲了半天,学生知其然而不知其所以然。突然,一个灵光闪现,解决了这个难题,学生豁然开朗,那种感觉是多么让人欣慰。这也是一种幸福。教师特有的幸福来源于对学生的爱。付出了一颗真心,得到的是所有学生的真心,这难道不值得吗?只有当教师的有了幸福感,才会乐意去为之付出,为之努力。

## 五、勤学习,常反思

“带着思考的大脑从事每一天平凡的工作,不停地实践,不停的阅读,不停的思考,不停的写作。”这是李老师的工作状态。其实作为一名教师,尤其是年轻教师更需要不断地学习和反思,在学习中提升,在反思中成长。想到“要做到”,“做到”要“看到”,我边听边看边想自己:我有的想法还在人家之前,做法却落在人家之后,当然“看到”就更在天边了。“让学生因我的存在而感到幸福”,我对此真的是无比的汗颜,因此我反思自己,对自己说,对于困境,我们要做的不是去抱怨些什么,而是用自己的行动去改变些什么。

最后我想说:我不能预知明天,但我可以利用今天;我不能样样顺利,但我可以事事尽力。对我来说班主任的路也许还很长,但我知道这是一条充满激情的路。在这条路上需要我不断反思学习、不断提高进步,或许,这条路一走就是一生,但我会认真地走好每一步!

人吃五谷杂粮,没有不生病的;生了病,没有不看病的。但现实生活中,我们常看到或听到有了病不去治疗的。我总结了一下,不外乎三种情况。一种是如蔡桓公,不认为自己生病的,一种是我父辈般生了病没钱上医院者,还有一种,就是鲁迅笔下华老栓一类,看与不看,结果基本一样的。因为医学上,他们是已经判了死刑的患者。

记得我上高中时,当老师讲到华老栓让儿子华小栓吃人血馒头治病时,我和同学们都吃惊于华老栓的愚昧,震惊于他的麻木。

现在我从事高中语文教学十多前了,每当一次次给学生讲授华老栓用人血馒头给儿子治病时,我的看法也随着年龄的增长而改变,特别是女儿生病我亲身体会后,有了根本性的转变。

我问自己,如果我是华老栓,孩子得了痲病,也就是现在叫的肺结核怎么办?当然,现在患了这种疾病,由于医学水平的提高,完全有能力治好,可是在上个世纪初期,得了痲病,就相当于现在被诊断为癌症或者艾滋病。

我十分感动华老栓夫妇为了儿子的病,不因为传染而抛弃,不因为无药而放弃,时时精心呵护,处处打听办法,始终相信有奇迹会在儿子身上发生。

# 有一种愚昧叫爱

语文教学组 杨赛红

吃人血馒头是华老栓夫妇打听到的偏方,不管有没有作用,只要别人说有作用,我们不妨拿来一试,试就有希望,万一真的有奇效!我曾设想,如果小栓是我的孩子,当我打听到偏方吃人血馒头,即便我也受过高等教育,我看到书上说人血馒头不会缓解病痛,但我也会让儿子试着吃下去。因为儿子喝下去,就意味着还有一种好的可能,否则,只有等待时间。

今年五月二十一日,我女儿突然腹部剧疼,且很快伴有高烧,到了一所市级医院,进行了各种检查,五天内医生没确诊患了什么病。五天里孩子注射着大量的药剂,却丝毫没有遏制病疼。女儿朝着我的哥哥,哭着喊“大伯,大伯,快救救我,我爸爸不管我……”

病房里有位患者的亲属提醒我,医学上没有作用,你不能按照咱们地方的土俗试试?我明白,他说的土俗,就是讲讲迷信。但我不能说,吃药都没作用,哪儿还有那种事?但为了让女儿早点减轻那怕一丁点儿疼痛,别人说什么我都要试一试。我想,如果万一有作用……

这一学期,我又给学生讲鲁迅的作品《药》,我想给学生再补充一点,愚昧有时是一种爱,虽说爱得无助,爱得无奈!

# 别让泡面泡坏你的身体

生物教研组 水丽

随着学习生活节奏的加快,泡面因其方便越来越受到同学们的青睐,无论早中晚,凡在用餐时间都能看到一些同学吃泡面。

泡面也叫方便面,是一种在短时间内用热水煮熟煮熟的食用的面制食品,通过对切丝出来的面条进行蒸煮、油炸,让面条形状固定,使用以前用开水冲泡。早在方便面发明以前,在古代东西方就有人将煮熟的面条油炸后佐以汤汁作为料理。在中国已经有类似的面食称为“伊面”或“伊府面”。相传清朝伊秉绶在家为自己母亲祝寿,由于客人太多,厨师手忙脚乱误将煮熟的鸡蛋面放入沸腾的油锅中,只好捞起来佐以高汤上桌。由于宾客吃过赞不绝口,这道菜就流传下来了。1958年台湾裔日本人安藤百福,因为吃一碗面要排队排很长,所以在大阪府池田市发明了方便面。随后创办了日清食品公司,方便面因此广为流传。

然而,泡面除了为我们带来便捷,也给大家的健康带来了隐患。

一、加工过程会产生一些有害物质。方便面在高温油炸过程中会产生一种叫做丙烯酰胺的化学物质,这种物质是一种白色晶体化学物质,具有神经毒性作用,属于人们口中经常提到的“致癌物”。

二、属于高盐高脂的低矿物质食物。一包方便面含盐约6克,而一个人一天食盐的摄入量以6克为宜,所以方便面含盐量明显偏高。经常吃方便面会因摄入食盐过多而增加了肾负荷,易患高血压。泡面还含有一定的人造脂肪(反式脂肪酸),对心血管有相当大的负面影响。为了延长保质期,大多数品种的方便面都用油炸过,油脂经过氧化后变成氧化脂质。它积存于血管或其他器官中,形成老化现象,加速人的老化速度,引起动脉硬化,易导致脑溢血、心脏病、肾脏病等疾病。

三、营养物质无法满足人体需求。方便面多用精制面粉制成,本身少纤维素,油炸加工过程中还会破坏原本富含的维生素B。虽然一些所谓“好吃看得见”的方便面,加上了一小包干菜或肉末,但其所含营养仍十分单一,主要是碳水化合物和脂肪,只能提供人体活动所需的热量。如果长期吃这类食品,人体会因为缺乏纤维素和钙而易患上肠癌。由于吃得“过精”,现在患慢性便秘的人越来越多,粪便在大肠中滞留时间过长,也是诱发肠癌的重要因素之一。

四、各种添加剂影响健康。泡面含有防腐剂 and 香精,可能对肝脏等有潜在的不利影响,经常食用还会使人味觉迟钝,影响正常食欲。磷酸盐添加剂虽可以改善方便面的味道,但是人体摄磷太多会使体内的钙无法充分吸收、利用,容易引起骨折、牙齿脱落和骨骼变形。此外,方便面从制成到消费者,短时为一两月,长时竟达一两年,其中添加的抗氧化剂和其他化学药品因长期贮存,受环境影响,已经在慢慢变质,食后对人体有一定的害处。

五、容器暗藏危害。碗装方便面的容器多用聚苯乙烯。加热会变形,为了避免这种情况,厂商加入酸化防腐剂BHT作为安定剂。BHT是致癌物质之一,会引起肝脏肥大、染色体异常和降低繁殖几率。

建议爱面族最好选择添加物较少的白面条,直接水煮,加上蔬菜鸡蛋,这样才能保证营养和健康。如果在不得已的情况下非要吃方便面,那就要注意以下几点,尽量减少它对健康的危害。

首先在吃之前,留意方便面的新鲜度。方便面含有较多脂肪,容易因为脂肪氧化而变味酸败。消费者如果打开包后闻到面饼或料包有不新鲜气味,应当高度警惕脂肪氧化问题,最好不要食用。选择好泡面后便可以开始准备开吃了,不过要学会科学地吃。很多方便面表面都有蜡层,对身体不好,吃之前最好用温水泡一泡,再倒出水。其次泡面里更大的问题不是食品添加剂,而是过高的含盐量。吃泡面时,汤料包可酌情放入。一般来说,在桶装面里,有三种调味包——油包、蔬菜包、调料包,除了油包外,其他两种都是含有钠的。所以这三个料包最好不要全都倒入,每种倒三分之一或半包就可以了。

那泡面泡多长时间最好呢?心理学家研究过:面对美食的时候,等上3分钟,香味刺激加上等待,会使人胃口大开,吃得更香。而且泡面3分钟也会更加爽滑好吃。其次还应注意食用后,不要喝汤。不少人有喝方便面汤的习惯,甚至吃完面后一饮而尽。对此,专家指出,方便面汤中的主要成分为食盐、白砂糖、甜蜜素、柠檬酸、肉类香精等多种食品添加剂,对人体健康并没好处,所以哪怕其味道鲜美,也不要多喝。吃完泡面后,最好再补充一点副食,比如蔬菜、水果等,此举可帮助你更好地调理身体。

顺便温馨提示一下大家:吃完泡面后应将剩余的汤汁合理倾倒入下水道后,再将泡面桶扔到垃圾桶里,降低垃圾清运的难度,而不是随手一扔不管不顾,与人方便就是与己方便。最后希望大家注意合理饮食,加强锻炼,拥有健康身体。

# 听李镇西老师报告心得

物理教研组 汪进

今年四月份,听了李镇西老师精彩的讲座,我感触颇深,思考了很多。看到李镇西老师将几十年前的老照片一张张呈现出来,将二十年前的教学资料还完完整整的保存着,看到上了大学的孩子们现在还在惦记着他们的李老师,我最大的感触是:教育是用心去做的,只有充满爱心,才是教育,教育也会因爱心而变得更加美好。

李老师的理念不同于风靡全国的衡中,把人机械化,那种魔鬼式的管理,学生过于功利化,学校被称为“高考加工厂”,学生自然是唯成绩论。而李老师的教育理念让我想起了我们学校的两句标语——润之以爱,育之以智。什么是教育?李老师说:教育是依恋,是理解,是尊重,是浪漫,是责任,是智慧,是让孩子每天有收获,很快乐,这就是教育。李老师的理念,要管理一个学校,还要完成语文教学任务,可他却还能去关爱学生,找学生谈心,聊天,和孩子交朋友,一起趴在操场学狗叫,并且觉得这才是自己的“正事”。为什么他能做到?答案只有一个:他爱学生,他爱他所从事的教育事业,他觉得这样做的人是幸福的。

李老师说他任教以来每天坚持写教育日记,把每一个学生作为研究对象,研究他的行为习惯,心理世界,想办法走进他的内心然后一点一点改变他。是啊,“用真情培育真情,用人格影响人格,用爱心感染爱心,用心灵照亮心灵”的这种“以情育情”教育风格,是我学习的标杆;“让人们因我的存在而感到幸福”的教育理念,是我前进的动力。我要脚踏实地地走好每一步,时刻向前辈学习,吸取经验,少走弯路。能站在巨人的肩膀上去实践学习,对我们而言,那是一种幸运。做为教师,永远拥有童心、爱心、责任心,并

有名师为伴,以敬业乐业为境界,教学相长,定会享受到幸福快乐浪漫的教育人生,也会让人们因我的存在而感到幸福。

我听完李老师的讲座最大的感触有两点:

首先,老师要有出色的专业素质和超强的业务能力。李老师不止一遍的强调,出色的专业素质是前提,他还说青年教师应该在这方面苦下功夫。我认为,这是我们教师的立身之本。做教师不同于做劳工,不是靠力气大,或靠蛮干就能致胜。教学是一门学问,是一门艺术,必须要有过硬的基本功,出色的专业素质和超强的业务能力才能开展起来。如果我们没有最最基本的业务能力,在学生眼中,我们只能是一个无能的好人,一个好心的“废物”,一切教学工作只能夭折在摇篮当中。所以,我们每一位老师,不管原来自己的教学基本功如何,都要活到老,学到老,时时刻刻不要忘记磨练磨练再磨练自己的教学基本功和业务能力。

其次,好的老师要有心,有进取心,要专心,要有思考反思之心。

具备了出色的专业素质和超强的业务能力,只能说我们入了门,能进行基本的教学,能开展起最起码的工作了,或者说能立身了。这时,我们只能说,我们已经是教学方面的将才,已经具备了必需的外在的东西,但这还是初级阶段,还没有掌握教学工作更深层次的东西,离把教学工作做大,做强,做精,还有很长的路要走。要成为运筹帷幄的帅才,还有很多东西需要学习。

总之,通过聆听这次报告,我受益匪浅,将来,我会在自己的教学工作中努力学习,努力实践,做用心的、专心的、优秀的老师。

# 高三,久仰大名

高三(6)班 石娇阳

亲爱的自己:  
猝不及防,它伴着浅夏的细雨而来,不如传说中的轰轰烈烈,却装点了承载你未来的短暂时光。高三君,久仰大名!

又是自习偷闲的时光,我摊开一张纸开始了与你的对话:

累吗?快乐吗?尽心了吗?是我每天问你的问题。高中的学习战线很长,你是否还能应付得来家庭的纷扰,是否还会为了周围称不上复杂但很烦心的人际关系而终日费心,是否还会因为一个知心朋友的突然离开而惧怕与同龄人交往,是否还会害怕老师们整天唠唠叨叨的高考。一学期以来,你的情绪一直起伏不定,你疲于应付家长老师所谓的谆谆教诲,一直把最坏的脾气带给最亲的人。一向活泼好动的你变得不怎么爱说话,也不像从前爱跟挚友掏心掏肺。你和从前并不一样,但希望未来的你,会更好。

你经常告诉我你有点累但是很开心,你还是怀念离去的旧友你面对学习一直尽心尽力。加油姑娘,未来的一年,希望你你可以做到这些。

亲爱的自己,面对学习,请你投入。一个人是不是真的努力,是为了慰藉自己空虚的内心而滥竽充数,还是真的充满活力地去去做一件事情并坚持到底。这一过程中,外人其实是看不清楚的,恐怕这中间的滋味只有你自己心里最清楚。如果你拿战术上的勤奋去掩盖战略上的懒惰,那么不管你外表多么努力,最终的成绩,也会给你一记响亮的巴掌。高三,既已无法回避,何不死磕到底。

亲爱的自己,面对梦想,请你踏实。成长从来不是一件容易的

事,这个道理随着年岁的增长逐渐加深凸显。那无数个日日夜夜的坚持和无数个与自己斗争的日子,是每一个奋斗过的年轻人对青春最深刻的回忆。将一件事情做成功,哪里有旁人看着那么容易。时间不能改变一切,能改变一切的是只有你自己。从来都不会有“等到十年之后我也能拥有这些”的奇迹,那些最终得到了自己想要的东西的人,都是踏踏实实努力奋斗的人。

亲爱的自己,面对挚友,请你携行。经历过太多的离别,你明白友情在生命中的价值。高三,和挚友一起上路吧,注定是风雨兼程的旅途,你要对得起那些跟你选择一条船,陪你旅行的人。

亲爱的自己,面对过往,请你释怀。他并没有成为你回忆里的风景,他站立的地方仍是一片尴尬感情的泥沼地。时间可以让过去变成两种美好,一种美好是只记得温暖的画面,另一种美好是让人更为确认,没有什么比离开他更为明智的决定。

亲爱的自己,面对失败,请你勇敢。你的确实失败过,但这并不意味着你就是一个失败者,与之相反的是,你比一些人更为强大,因为你经历过失败,所以无惧失败。勇敢地朝着梦想的方向自信地走下去,只要路是对的,就不要害怕是短暂还是遥远,因为你终究会到达。

亲爱的自己,只有你自己最清楚,过去的分分秒秒你付出了多少,浪费了多少,收获了多少。最后的一年里,希望你内心平静,即便自己不是绝顶聪明,也要相信勤能补拙。

亲爱的自己,请你控制好你那些时常泛滥的情绪。不管你是

否经历过,或者还在计较些什么,请你不要继续挣扎,你知道自己曾经输在哪里,所以不可以再摔倒一次。

亲爱的自己,虽然以后的日日夜夜你要早起晚睡,你要改变自己的很多习惯,你要忍受寂寞,但是还请你记得对自己好一点,记得每天喝一杯牛奶,即使不喜欢也要坚持;记得经常锻炼身体,保持身心健康;记得不可以暴饮暴食;记得阴天的时候奖励自己一个大大的微笑,并带上雨伞;记得濒临崩溃的时候抱紧自己,告诉自己这一切就快结束了,千万不能放弃……

亲爱的自己,你知道自己没有显赫的背景,没有人能为你铺好一条康庄大道,你也没有其他选择。对你而言,通往未来的路只有一座叫“高考”的独木桥,而这一路只能靠你自己披荆斩棘。你要知道你身上背负的不仅仅是你一个人的命运,还有为了你日夜操劳的父母,在你背后默默支持你的朋友,对你满怀期盼的老师,他们都是你必须偿还的债,你没有理由也没有时间不努力。

亲爱的自己,高三会一路漫长,有冷眼和嘲笑,有险滩和荆棘,但你一定要带着奋斗的不屈和赤子的骄傲奋力向前。汗水不断洒落,信念始终不变,因为每一次的泪水和欢笑,终会被时光铭记。翻山越岭的跋涉后,你一定会身披铠甲,胜券在握。

亲爱的自己,愿你押上所有的骄傲和勇气,去赌一个让你不后悔的结果。

祝贺你,终于把12年熬成了12个月。高考,你要对自己负责!

6月22日,北半球昼最长,太阳高度角最大。刚刚看到学长们的成绩,心中久久无法平静。愿未来的今日,你心中的太阳也升在最高处。

推荐教师:党彩娟

傍晚归家的路上,几根嫩绿牵住了我的脚步,扯出了尘封的记忆……

不记得第一次见到狗尾草是在什么样的年纪了,在农村,这只是一种极其常见的草,几乎有土的地方都有它。

没有人在意过它是什么时候从地缝里冒出来的,也没有人愿意采它一把插在精致的花瓶里,甚至没有人好奇过它为什么被叫做“狗尾草”,这样的一种草,仿佛它天生就该叫这样俗气的名字,天生就该拥有这样平庸的生命,天生就失去生在温室或长在花盆中的机会,它所拥有的只是漫天的尘土和留下的风。

不是的,它确实是太不起眼,太单调,太没有色彩了。而它似乎从来就不在乎这些,依旧低调地生,默默地长,在天边,在地角,在山丘,在溪边……在四季不同的色彩里,它总以另一种成熟的姿态从容走来,悠闲自在,淡泊超然。暮霭晨曦,它挺直了脊梁,沾挂着空气里未散尽的水汽;秋风徐来,它纤细的身子晃动着那胖乎乎、毛茸茸的穗子,向初照大地的光芒问好。

儿时,老屋后就有这样的一片坡地,每到春天,便是狗尾草苏醒的季节,它长得很快,草地足以与我的腿齐。和小伙伴们在坡上追逐、叫喊,让清脆的童音一波波传向天边,或消失在坡的那边。我们有时捉迷藏,小小的我躲在高高的草甸里,极少能有人找出,玩累了索性就地一躺,仰望天上的白云或踌躇不前或走走停停,似走还留。鼻尖萦绕着独特的草味夹杂泥土的芬芳,眼角盛满和煦的阳光,任凭它在掌心、在脸颊、在颈间轻轻地撩拨,痒酥酥的,令人感到安宁、踏实。

此时的我穿梭在钢筋和混凝土建造

的城市中,这些是家乡带有露水的清晨或飘雪的长夜不曾觅得的。过去的那份美丽在我心里如此的突兀,以至后来的缤纷岁月都无法将其隐没或冰释。

秋天的狗尾草可使多年前小小的我若隐若现,可它却再也藏不住现在的我,它与许多年前一样高,而我却越来越高,我们之间的距离也越来越远。秋日的凉意、落日的余晖和那风中的狗尾草是最容易让人在这样的黄昏里惆怅的,也最易拨动人们心底最柔软的那根弦。风儿轻拂,泛起青黄的浪,与其说草儿在起伏,不如说是我的心情在摇曳。面对前方漫漫长路,我期望上下而求索,却不舍过去往事。

望着天空,云儿再也不会踌躇,实际上在城市的上空也没有什么云,它是去了、去往我无可追逐的地方。枯黄的草地、稀稀零零的狗尾草,使我心中感慨万分。是啊,人永远不能预知未来,不能捉住过去,更不会拥有所谓的永恒。其实更多的时候,世间的繁华三千与狗尾草无关。

狗尾草依旧沉默地生在田边,它静静地生,默默地枯。春来,为大地增一份绿意;秋至,为大地呈现一片金黄。平凡的我们,更多的不也像它们一样吗?静静地耕耘,默默地收获。该绿时就绿,该黄时就黄,虽平凡、普通却真实。虽没有轰轰烈烈,却朴素得有着自己的风格,有着自己的特色。

草儿的青黄枯荣、大自然的四季变更,无一不是生命的本质,那些遥远或咫尺的美好,都是我今生所愿意用心感受和铭记的。

推荐教师:李林谦

# 那片草地

高二(1)班 陈亮

去山上给他送些食物给他说说最近山下发生的事。有一次说到村子奔小康的时候,老王不爱听了,开始赶人,“社会是好了,钱多了,但是你看看,山秃了,水污了,空气都有味儿了!”侄子只得悻悻下山了。

毁林容易造林难。老王刚到山上,就忙个不停,今天张罗水,明天又去张罗树苗,还要找几个帮忙的,树苗运到山上还需要车,水也要送……劳动量堪比年轻人了,但老王就是乐意呀,跑得气喘吁吁都不叫唤累,还要亲力亲为,村里人都纳

里乐滋滋的,守林也更有干劲了。几个月来儿子打过好多电话,想接老王去城里养老,都被他给掐断了,最后把手机电池给抠了下来,儿子自然打不进来电话了。

但老王毕竟上了年纪,身体禁不住长期劳苦了,老王病了。腿疼得不行,加上山上潮湿,更是疼得厉害,有人把这事告诉了老王儿子,当天他就从城里赶了回来,这次是说什么也要接他走,老王说什么也不同意,父子俩一个比一个犟,对峙着。有人跟老王说,你腿要是治不好,还怎么照看林子呀,你先去城里把腿治好,你想回来就回来呗,这段时间林子我先帮你守着,你放心……老王最后还是跟儿子去了城里。

城里的医疗条件到底比乡下好,不到一个月,老王的腿疾就治好了,但心病却越来越重了,闷在家里不说话,也不逗弄可爱的小孙子了,整日眉头不展的,经常站在窗户旁凝视老家的方向,接着就又病倒了。医生也束手无策,说老人家是心病,自然需要心药医,无奈之下,儿子又将老王送回了老家,送到山上的小屋里。

令所有人想不通的是,回到山上几天之后,老王的病就不治而愈了。他说,才一段时间不见,他就感觉跟这些树分开了几年似的,他还挺想它们的,觉着它们又长高了不少,老眼一红,愣是掉了两行泪。他儿子就不明白了,他老爹怎么就这么爱这片林子呢?连亲儿子亲孙子都不管了。有一回,老王终于说出了实情。老王跟他老伴儿就是在这座山的林子里认识的,那时候日子苦,但人们却知道保护环境,山绿葱葱的,多好呀。现在日子是好了,意识却淡薄了,看着光秃秃的山和阴沉的天,他就想趁着自己还有些力气,还能给养育了自己的这一方水土干点啥,就琢磨着为自己贡献些力量,让山重新绿起来,老伴儿看见也会开心的呀。这下误解老王的人明白了:老王哪是贪财呀,是无私奉献啊!

不过,老王想靠自己的力量守林怕是不行啦!因为好多人都上山帮他了呀。老王哼着小曲儿,想着自己百年以后就埋在这儿,绿油油的山,大片的树林,多好呀……

推荐教师:付俊

# 心中的那片林

高三(19)班 张媛

了闷了,但老王什么都不说,有人猜测老王可能是给自己的儿子留了条财路,现在木材市场景气了。也有人猜测老王是圆梦,至于什么梦,那就不得而知了。

忙活了大半月,栽树苗的日子要到了,儿子却打来了电话:“爹,我这边都安顿好了,过几天就去接你……”“你别来,城里我不去,城里有啥的,有树林吗?乌烟瘴气的。”“城里这两天可热闹了……”“哪……哪……”,老王扔下手机,坐在小房子门口的一颗石头上,抽着烟,想着:我也没有多少年可活了,走之前一定要让林子重新长起来啊!

栽树苗的前一天晚上,老五辗转反侧,一晚都没睡,第二天顶着两个黑眼圈,哼着小曲儿,乐滋滋地栽树苗去了。在村里人的帮助下,树苗很快栽好了,但照顾树苗的担子可就落在了老王一个人的肩上。老王虽说上了年纪,但照顾起树来可是一丝不苟,几个月后,树争气地长长了,山也隐隐约约绿了。树的长势越来越好,有一回老王上山给手机充电,听见村里几个人议论说自打树长绿后,空气清新了不少,老王听了心

# 做最美的自己

高三(12)班 牛海丽

有人羡慕你,有人讨厌你,有人嫉妒你,有人看不起你。没关系,他们都是外人。生活就是这样,你所做的一切不能让每个人都满意,不要为了讨好任何人而失去自己的本性。因为每个人都有原则,别人嘴里的你,不是真实的你。

我们为别人的成功而欢呼,可为什么一定要做别人的翻版呢?成为别人的第二呢?鲜花是艳丽的,大树是挺拔的。小草没有鲜花的艳丽,却有自己的清新;没有大树的挺拔,却有自己的柔韧。小草不羡慕花的艳丽,不学大树的挺拔,绿满天涯,装点大地。

当别人说你变了,是因为你没有按照他们的想法活罢了。别人怎么看你并不重要,重要的是你不讨厌自己,活得安心,活得快乐,做真实的自己就好。生活总是让我们遍体鳞伤,但到后来,那些受伤的地方一定会变成我们最强壮的地方。永远要记住,无论我们做什么,人生从来就没有失败,唯一的失败就是自己放弃。强者能在冷嘲热讽面前坦然面对,然后一笑泯恩仇,化忧伤为动力,继续走自己的路。

儿时的自己,不知愁滋味,不用担责备,不会为别人伤心,不会知人生苦累。可经历了一些挫折才发现,自己原来多么没心没肺。其实天真,孩子气也没什么不好。人总有一天会长大,何必成熟太早,昨天的痛苦,明天想来,不过是浮云罢了。世界没有哪里是不存在烦恼的,不要念念感伤,何况我还有那么多爱我的老师与同学。不管我有多差,在这个世界上,就一个我,一个独一无二的我。在这个世界上,人总是违背着自己的意愿,做着自己不喜欢的,过着自己不想要的生活。与其充当别人的配角,不如精彩做自己。

也许世界因你而美丽,就像闻不到香味的野花一样,在山间竞相开放,展示着自己的色彩,即使没有人去喝彩,即使没有人去观赏,它们依旧开得那么灿烂。我们也一样,千万不要自卑,不要在意有没有人关注你,不要在意是不是受到重视,要做最美的自己。

我没有如花的容貌,也没有过人的才华,茫茫人海里,我只是一朵极其普通的浪花。但是,我告诉自己,每一朵浪花都是独一无二的,都是一道美丽的风景,我要做的就是勇敢做最好的自己,让自己成为别人闪亮的前景。

老王退休好多年了,眼望着家乡原本郁郁葱葱的山变得光秃秃的,老王的心就凉凉瓦凉的。终于有一天,老王下定决心搬到了山上,想在剩下的岁月里陪着这座山,养育更多的树,守望心中的那片林。

家人自然不同意——说是家人,其实就是几个同姓的侄子。老王老伴儿走得早,没过上几天好日子,儿子有出息了,工作忙,好几天才打一个电话。侄子们自然劝不动牛脾气的老王,就帮他张罗好了住的地方,搬了进去,隔几天



《背负青天以如歌》 高二(8)班 李彤 指导老师:陈胜利

## 征稿启事

为了培养我校学生的文学兴趣，提高写作水平，校报“魁星阁”栏目面向全校学生征稿。

### 一、稿件内容：

叙写花样年华的花开花谢，青春岁月的潮起潮落，真诚告白自己在生活、成长中的感悟体会。

### 二、稿件形式：

散文、小小说、诗词、短评、戏剧小品。

### 三、稿件字数：

1000 字左右。

### 四、来稿要求：

1.稿件送办公楼二楼 204 室教研处。欢迎电子稿件。电子稿件用 Word 文档，以附件方式发送到以下邮箱 290391407@qq.com 征文格式为“题目+班级+姓名+正文”。

2.稿件一定是作者的原创作品，拒绝抄袭、套作。

### 五、说明：

欢迎读者对征文真伪监督、举报。举报内容一旦属实，将在下期校报“举报箱”公布，并对举报者给予一定奖励。

## 责任编辑

一版 杨天顺

二版 孙燕琼

三版 党彩娟

四版 马 娟

## 中学生礼仪常规

1. 参加升旗仪式，衣着整洁，队列整齐，行队礼或注目礼；唱国歌要严肃、准确、声音响亮。

2. 穿校服，佩戴校徽，坐正立直，行走稳健，谈吐举止文明。

3. 使用好礼貌用语：请、您、您好、谢谢、对不起、没关系、再见。

4. 使用好体态用语：微笑、握手、招手、鼓掌、右行礼让、回答问题起立。

5. 进校第一次见到老师，立定问好；上下课，起立向教师行注目礼；课上，发言先举手；课余，进老师办公室或居室打报告或轻敲门，经允许后再进入。

6. 在家中吃饭请长辈先就座离家或归家向父母打招呼。

7. 对待客人或外宾，主动问候，微笑致意，起立欢迎，招手送别。