

# 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(2019)4号

编委主任 杨继柏

主编 王爱民

学校网址: http://www.dxyz.gs.edu.cn

2019年  
3月14日  
星期四  
第1期  
总第174期



语文党支部会议现场

## 市教育局督查组检查我校开学工作

新学期,新气象,新开端,新征程。3月6日上午,市教育局开学工作督察组一行在市教育局副局长景履贞的带领下,先后深入我校教学区、运动区、生活区,就我校开学条件保障、校园安全、规范办学行为、教师队伍建设和高考备考等情况进行了详细了解 and 全面督查。我校领导陪同督查。

督察组通过查看门卫管理、校容校貌、师生精神面貌、宿舍管理,听取学校领导关于开学工作、师德教育活动安排情况、安全隐患排查、高考备考情况汇报,查阅学生报到、教师到岗及签到、安全隐患排查

台账、收费公示、计划制度、寒假安全值班安排,对我校开学时的各个方面进行全方位督查。

我校领导就开学初各项工作的开展情况,本学期工作的打算向督察组进行了汇报。督查组看到我校开学一切工作进入正轨,井然有序,师生精神风貌良好等情况后,对我校的工作给予充分认可,同时要求学校要进一步抓好安全管理,切实提高管理水平,强化队伍建设,有效推进课改,办出学校特色,进一步提高教育教学水平。

(办公室)

## 我校各党支部召开组织生活会暨民主评议党员大会

为了深入贯彻学习习近平新时代中国特色社会主义思想,严格执行党内组织生活制度,根据市委组织部、市教育党工委要求,按照学校党委统一安排,3月6日,各党支部召开组织生活会暨民主评议党员大会,会议由各党支部书记主持。

本次组织生活会以“提高政治站位,改进工作作风,在改革发展教育事业的勇于担当”为主题。各支部结合实际,采取不同方式组织党员学习、相互交流。为了保证本次会议顺利进行,各党支部强化责任意识,主动担当作为,按照2月28日党委扩大会议精神,提前精心安排部署,确保支部组织到位,工作到位,措施到位,确保党员学习到位,认识到位,行动到位。会前各党支部委员之间、党支部委员与党员之间、党员相互之间,普遍进行了一次谈心谈话。各支部班子和党员认真撰写对照检查材料和发言提纲,深入查找存在的突出问题及思想根源,为开好本次大会奠定了良好的基础。

会上,各党支部书记代表班子围绕中心主题,坚持问题导向,结合思想和工作实际,重点从思想政治、精神状态、工作作风等三个方面进行自我检查,党性分析,认真查找了自身存在的突出问题。支部班子成员和党员逐个发言,围绕会议主题,都能结合自身实际,把自己摆进去,把职责摆进去,把工作摆进去,把承诺践诺情况摆进去,认真查找不足。互评中,大家积极发言,坦诚直率,直截了当指出不足和问题,并诚恳提出改进意见。会上,各支部严格按照程序,进行了民主测评,党委委员参加了所在党支部组织生活会并进行点评讲话。

会议要求,对班子和党员查摆出来的问题进行再梳理,建立问题清单,整改清单,责任清单,推动新老问题一同解决。每位党员同志要以本次组织生活会为契机,牢固树立“四个意识”,不断增强“四个自信”,坚决做到“四个服从”,进一步提高政治站位,更加坚定地维护以习近平同志为核心的党中央权威和集中统一领导,更加自觉地在思想上、政治上、行动上同以习近平同志为核心的党中央保持高度一致,率先垂范,身体力行,争当楷模,为学校的发展做出自己的贡献。

(党委)

## 学校领导慰问生活困难党员、老党员和老干部

为切实加强对我校生活困难党员、老党员和老干部的关怀照顾,按照《中共定西市委组织部关于在元旦春节期间开展走访慰问生活困难党员、老党员和老干部的通知》,根据学校实际,2019年春节前夕,学校党政领导对高良宗、方振元、董万福、李迎春、王茹林、张国强、苏玉等7名老党员和老干部进行走访慰问,切实把党的关怀带到生活困难党

员、老党员和老干部的生活中,共同营造欢乐、祥和、安宁的节日气氛,形成关心帮助生活困难党员、尊爱护老党员、老干部的良好传统。

老党员、老干部们对学校2018年的工作给予高度评价,认为学校发展速度快,后劲足,形势喜人,表示以后将更加关心、支持学校的发展,多提意见和建议,为学校的建设和发展发挥余热,多做贡献。(党委)

## 严密部署教学工作 全力提升教学质量

——我校召开年级主任、教研组长及备课组长会议

为保证教育教学工作有序进行,我校于2月26日下午在办公楼三楼会议室召开本学期第一次教育教学工作会议。会议由副校长魏颀主持,教务处、教研处、年级部负责人及教研组长、各学科组长参加会议。

会上,教务处主任王国仁解读了《2018—2019学年第二学期教学工作计划》,他说,常规教学是整个教学的基石,每位教师都应规范教学行为,在常规教学中求规范、求落实,课堂教学过程应不断优化,备课实效,练习有效,施策精准,要坚持以“五环节”高效课堂教学模式为基础,积极思考,不断创新,充分调动学生的积极性,力争我校教育教学质量稳步提升。

教研处主任赵玉城对本学期教研工作作了详细安排。他说,每一位教师都是教研主体,教研处将尽力为大家搭建平台,通过各种形式鼓励教师进行教学研究,总结高效教学方法,以教研促教学。教研活动需要各备课组积极筹划并落实,教研处将继续加强学生辅导、教学比武、教师培训等工作的推进,并做好服务工作。

魏校长回顾总结我校2018年高考取得优异成绩的原因,并对本学期教育教学教研工作提出新的要求。他希望大家要明确职责,摆正心态,重视常规工作,狠抓落实,要注重实效,保证学校教育教学工作高效顺利开展,力争2019年高考取得更加辉煌的成绩。(教务处)

## 立德树人化春风 凝心聚力再启航

——我校召开新学期班主任工作会议

为了更好地落实立德树人的根本任务,做好新学期学校教育教学管理工作,进一步提升学校整体班级管理,2月27日下午,我校在办公楼三楼会议室召开了新学期班主任工作会议。校长杨继柏、副校长刘兴宇、刘顺义及全体班主

任参加了会议。会上,政教处副主任陈晓东安排了本学期学校德育工作。副校长刘兴宇就校园安全和卫生工作作了详细安排和要求。刘校长说,国家对校园安全问题十分重视,大家要在思想上提高认识,做好安全宣传和教育工作,特别是交通安全;要排查班级内部和宿舍的安全隐患,重视学生心理健康教育,杜绝校园欺凌事件的发生;做好校园卫生打扫的检查和督促,努力保持校园卫生干净整洁,创造良好的学习环境。

副校长刘顺义说,班级管理工作的成败关系到学校进一步发展的成败,本学期各班要认真落实立德树人的根本任务,做好以下几个方面的重点工作:一要在

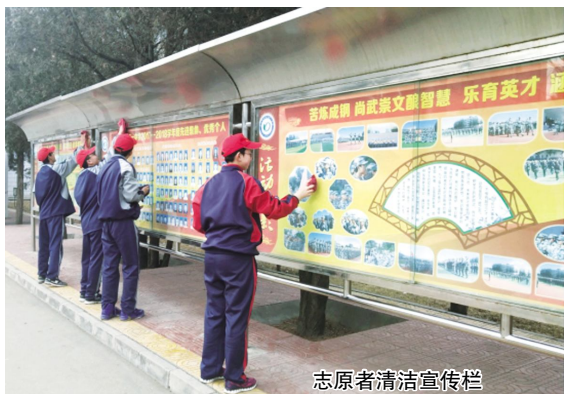
资助工作上有所突破,发挥资助育人的功能;二要开好主题班会,主题班会要能引起学生的共鸣,通过实践活动育人;三要重视“道德讲堂”活动,做好学生青春期和心理健康教育;四是抓好学生的行为习惯养成和文明礼仪教育。

校长杨继柏在讲话中就班级管理工作重点提了三点要求:首先,班主任要讲奉献,大家要通过人格魅力、辛勤劳动和科学方法做好班主任工作,切实做到“人要在一线,事要亲自主”,只有凝心聚力,才能集体前行;其次,班级管理要讲策略,心里要有底数,工作中要科学谋划,精准施策,要运用有效的方式方法,努力培养学生踏实的学风;第三,班主任要讲合作,大家要有集体主义观念,互相尊重,互相包容,互相配合,工作一定要务实。

立德树人是学校教育的根本任务。面对新形势和新挑战,德育工作要因事而化,因时而进,因势而新。长期以来,我校坚持把立德树人工作贯穿教育教学全过程,努力实现全程育人,全方位育人,引导学生勇于承担时代责任和历史使命,用中国梦激扬青春梦,激励广大学生自觉把个人的理想追求融入国家和民族的事业中,用青春抒写时代,用奋斗开创未来。

(政教处)

## 我校积极开展学雷锋志愿者活动



志愿者清洁宣传栏

阳春三月,春风送暖,在全国第56个学雷锋纪念日之际,为践行“奉献、友爱、互助、进步”的志愿服务精神,3月5日,我校开展青年志愿者学雷锋活动。在课外活动时间,同学们放弃了娱乐活动,自愿加入到志愿者的行列,为美化校园贡献出自己的力量。

活动中,志愿者小分队分为三

组,进行卫生大扫除、捡拾垃圾、清洁校园设施等活动。志愿者们擦洗学校宣传栏和垃圾桶,捡拾花园内的杂物、纸屑,清扫操场主席台。同学们认真地清扫每个角

落,将宣传栏擦洗的锃光瓦亮。大家热情高涨,争先恐后,互帮互助,校园面貌一新。

此次学雷锋志愿者活动由团委、学生会组织,展现了我校学生不怕脏、不怕苦、不怕累的精神风貌,提高了学生的团结精神和奉献精神,更好地发挥了共青团员的先锋模范作用。

(团委)

## 我校开展“开学第一课”主题教育活动

新学期伊始,我校积极开展“开学第一课”系列主题教育活动。在2月24日召开的党政联席会议、行政会议和全体教职工大会上,校长杨继柏、党委书记张东锐和分管副校长分别讲话,主要围绕狠抓教育教学质量、日常行为习惯养成、安全教育等方面的工作,对广大教师提出要求,并就开学初和本学期的重点工作进行安排。

学校要求各处室和年级部要勇于担当,狠抓管理,全体师生要凝心聚力、集体前行,全面提高教学质量,

争取高考新辉煌。班主任要通过召开“开学第一课”主题班会,强化学校安全教育,帮助学生树立安全意识,掌握安全知识,提高自我保护能力,确保学校的教育教学工作健康有序开展。

新学期,新气象。“开学第一课”是我校入学教育的重要环节,是对全体师生进行思想教育的良好契机,凝聚了人心,促进了新学期校园的安全与和谐。

(政教处)

# 和你一起坚持到底 陪你一道走向成功

——高三年级部主任王景龙代表全体高三教师庄严承诺

尊敬的领导、老师、亲爱的同学们：

大家好！冬去春来，万物复苏。在这春意盎然的季节，我们迎来了高考百日冲刺的日子。今天我很荣幸能和大家共度和分享这一重要时刻。首先我代表高三年级部向不辞劳苦、辛勤工作的全体高三教师表示深深的敬意和衷心的感谢！向孜孜以求，奋力拼搏的全体高三同学表示真诚的祝福和美好的祝愿！

老师们，同学们，光阴似箭，转眼间距高考仅剩一百天时间。高中三年，我们一路坎坷一路欢歌，一路相携一路相伴。柳青先生说过，人生道路虽然漫长，但紧要处往往只有几步。对同学们来说，高考是最关键的一步，走好了，我们今后的路会更加宽阔、平坦，我们会走得更加自信和从容！

勤奋的学习加上正确的方法等于成功。只要我们全力奋斗每一天，就一定会取得成功的。我们站在春光中，信心满怀地迎接盛夏的到来。十几年的寒窗苦读、辛勤劳作，为的就是这最后的冲刺，决战的时刻。这个春季是希望之春，胜利之春。我们的心在此飞翔，在和煦的春光中梦一般绽放。走过迷茫，走过彷徨，积蓄力量，充满自信，变得坚强。用快乐迎接高考，用沉着对待学习，用平常心对待成绩，用无畏

心对待困难。

同学们，作为老师，我们深刻理解教育工作的深刻和艰巨。“和你一起坚持到底，陪你一道走向成功”是我们每个高三教师自觉的行动，无声的承诺，也是我们自始至终的坚持。高三以来，我们的老师乐于奉献，甘为人梯，以自己的实际行动在大家面前树立起高高的人生标杆！我们的年级管理人员科学谋划，主动作为；我们的班主任老师早出晚归，兢兢业业；备课组长们刻苦钻研，设计考练；老师们团结协作，严谨治学。在冲刺的100天里，我们的老师一定会以满腔的爱心、持久的耐心，以及崇高的责任心全心全意的投入工作，会以饱满的激情感染和带动大家。他们，是大家众志成城的坚强后盾！他们，是大家自信应考的精神动力！让我们用热烈掌声对老师们的辛勤付出表示最诚挚地感谢！

同学们，百日后的考场上，你必定是一批决缰驰骋的黑马，是一只一飞冲天的雄鹰！世界那么大，我们要到最精彩的地方去看看！

人生需要奋斗，生命呼唤精彩。冲锋的号令已经发出，战斗的步伐正在挺进。让我们全体师生凝心聚力，集体前行。我坚信：2019年高考，我们必胜！

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家早上好！

时间的列车飞速向前，悄然把我们送到了高三，送到了冲刺高考的关键时刻。而高二的同学离高考也只剩一年零一百天，高一的同学还剩下两年零一百天。高中是美丽的、充实的、有趣的，对于正在奔向高考终点的我们而言，只有通过不懈的努力和顽强拼搏，才能走进理想大学的殿堂。同学们，天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨。今天站在这里，我代表高三全体同学作表态发言，在离2019年高考100天的关键阶段，我们将：

### 一、明确理想，拼搏奋斗

树立一个明确而现实的目标，是成功的开端，更是成功的一半。正确的目标，就像灯塔之于航海者，地图之于探索者，为之照亮前方，指明方向。真正的成功源于强者在灯黄青卷下的信念，更源于不积跬步无以至千里，不积小流无以成江海的执着。所以，我们将明确自己的理想，使之照亮实现理想的征途。

### 二、严于律己，争分夺秒

“蓬生麻中，不扶则直，白沙在涅，与之俱黑”选择了纪律与约束，也就选择了理智与自由。只有遵守学校各项规章制度，按时到校，争分夺秒，营造一个严肃活泼的学习环境，我们才能全神贯注地投入到艰苦的学习中去。

### 三、掌控时间，合理分配

“一寸光阴一寸金，寸金难买寸光阴。”

## 破釜沉舟竞风流

对于离2019年只剩一百天的我们，时间更是无比珍贵。利用课余时间多做一两道题，早起五分钟多记几个单词，睡前回忆一遍当天的复习内容……这些挤出来的琐碎时间，积少成多，量变引发质变，这都将成为我们高考得分的利器，而仔细科学地规划大块时间，让每一分钟都学有所用，这是对时间的尊重，更是对自己的负责。坚持不懈的学习积累都将变成高考后自信的微笑。

### 四、查漏补缺，构建体系

真正的学习并不是我们做了多少题，而是我们将多少题内化成自己的东西。在这一百天，我们要边做题边总结，掌握题目的核心考点，建立自己的知识体系，力求会做的题不扣分，不会的题多得分。

同学们，为了心中的理想，心甘情愿以苦为乐，在失败与拼搏中成长，为了胸中的理想，宁愿伤痕累累，也不怕困难阻挡。

同学们，高考的战鼓已经擂响，到了我们为理想奋斗一搏的时刻。从现在起，我们将倍加珍惜剩下的每一天，坚定信心、讲方法、拼时间、搏效率、调心态、争成绩。

同学们，做好每一道题，走好脚下的每一条路，让我们携起手来，调动起全部智慧，凝聚起全部热情，为高考冲刺。

卧薪尝胆志满跨，破釜沉舟竞风流，让我们乘风破浪，再创2019一中高考辉煌。

高三宏志班团支部

2019年2月25日

## 2018年我校参加学科竞赛成绩

多年来，我校一直组织学生参加全国高中数学联赛，全国高中化学、物理、生物竞赛。2018年，高一高二共有1060人参加数理化学四学科兴趣辅导培训课，并参加预赛；80人获得省级决赛资格；39人获得省级以上奖励，其中4人获国家级二等奖，6人获国家级三等奖，2人获省级一等奖，10人获省级二等奖，17人获省级三等奖。

学科	主办单位	获奖学生(年级、班级)	级别	辅导教师
数学	甘肃省数学会	王凯(高二16班)	省一等奖	陈慧泽
		马立德(高二16班)	省二等奖	
		李金旗(高二19班)	省三等奖	
		莫少鑫(高二16班)	省三等奖	
		杨洋(高二20班)	省二等奖	郜力
		何家盛(高二20班)	省三等奖	
		任克强(高二20班)	省三等奖	
		王晨光(高二20班)	省二等奖	王继红
		王青玮(高二20班)	省二等奖	
		王晨(高二19班)	省二等奖	景雪艳
		张雪(高二19班)	省三等奖	
		李世军(高二19班)	省二等奖	杨富强
		陈嘉欣(高二19班)	省三等奖	
		常康瑞(高二17班)	省二等奖	张耀军
李权平(高二17班)	省三等奖			
张鹏举(高二17班)	省三等奖			
		谈谦月(高二15班)	省三等奖	李世忠
物理	中国物理学会	陈嘉欣(高二19班)	省一等奖	宋威
		王晨光(高二20班)	省三等奖	
		谢师东(高二20班)	省三等奖	
		杨洋(高二20班)	省二等奖	闫明
		刘明川(高二20班)	省二等奖	刘定发
		董琨(高二15班)	省二等奖	张安平
化学	甘肃省化学会	罗歆炜(高二16班)	省三等奖	刘一泽
		谢师东(高二20班)	省二等奖	孙小健
生物	甘肃省五项学科竞赛管理委员会	陈嘉欣(高二19班)	省二等奖	杨丽丽
		董琨(高二15班)	省二等奖	
		刘明川(高二20班)	省三等奖	
		王亦楷(高二15班)	省二等奖	
		张惠(高二15班)	省三等奖	张东锐
		杨洋(高二20班)	省三等奖	
		王晨光(高二20班)	省三等奖	
		杨丹(高二19班)	省三等奖	陈玉琴
		杨亦婷(高二19班)	省三等奖	
		郭康欣(高二19班)	省三等奖	
		李金泽(高二19班)	省三等奖	马建华

## 喜讯

1. 在2018年度全市科教文体系统先进典型评选中，定西市第一中学被中共定西市委、定西市人民政府授予“定西市教育质量振兴奖”。获奖的个人有：

★杨继柏校长被定西市人民政府表彰为“甘肃省第十四届运动会先进个人”；

★李爱玲被甘肃省人社厅、甘肃省总工会授予“甘肃省‘五一’巾帼奖”称号；

★何涛被中共定西市委、定西市人民政府授予“优秀班主任”荣誉称号；

★王景龙被中共定西市委、定西市人民政府授予“教育工作先进个人”荣誉称号；

★张择锋被中共定西市委、定西市人民政府授予“劳动模范”荣誉称号。

2. 据《今日定西》报道，我校周炜、张小军被定西市人民政府表彰为“甘肃省第十四届运动会优秀教练员”。

3. 在中央电化教育馆举办的“一师一优课、一课一名师”教学技能大赛中，我校教师朱万亮荣获省级二等奖；路建宁、李林谦、董正武、赵亮、孙丹丹荣获市级一等奖；宋洁荣获市级二等奖；燕鹤龄荣获市级三等奖。

(王爱民)

## 2018年我校通过鉴定的课题

负责人	参与成员	课题名称	课题来源	级别
魏崑		高中教学的继承与超越	甘肃省基础教育教学成果奖	省级一等
盛淑兰	魏崑 赵玉城 王爱民 李爱军 杨天顺 董立顺 邢芳	构建多元课程促进优质发展		省级
孙小建		化学“错题本”在高一学生学习过程中的应用研究		
张择锋	张东锐 黄茂全 马双双 邢芳	有效问题设计在高中政治课教学中应用研究	规划课题	
安常胜	冯旭霞 刘兴宇 杨富强 魏亚军 姚海军 郭建基 景雪艳	“单元教学设计”促课堂高效性的研究		
朱万亮	燕鹤龄 张胜林	微课在中学数学教学中高效运用的案例研究		
丁亚丽	韩春芳 祁雯娟 汪晓萍 王苗苗 赵亮 王雯黎 孙丹丹 张瑞明	高中英语词汇教学问题占用率对策研究	市级一般课题	市级

## 荣誉升旗手风采



他以为书友。

他的座右铭是：“有志者自有千方百计，无志者只感千难万难。”

王怡臻，高一(15)班学生。他尊师守纪，团结同学，乐于助人。他从外县考入宏宇班时为年级370多名，但经过刻苦努力，在上学期历次考试中他已进入全级50多名。现在，他把学习视为乐趣，从学习中发现与探索新的天地，他深知知识能改变命运。闲暇时间，



自己承担的每一份工作。

他的座右铭是：“穷且益坚，不坠青云之志。”

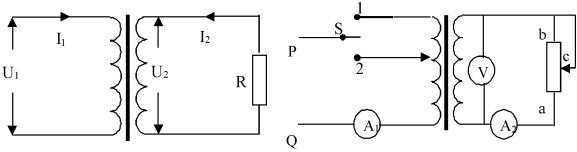
于睿，高二(9)班学生。他尊师守纪，团结同学，集体观念强。学习上，他锐意进取，刻苦钻研，物理学科尤为突出。入学时，他的年级名次只列400多名，经过一年半的不懈努力，他的成绩步步攀升，在本学期开学考试中取得了年级60名的好成绩。生活中，他兴趣广泛，擅长书法。作为一名学校国旗仪仗队队员，他尽职尽责，不畏严寒酷暑，风雨无阻，认真做好

# 一个有用的公式

物理教研组 宋威

## 一、结论

图一所示为一理想变压器，原、副线圈匝数分别为  $n_1, n_2$ ，原线圈两端输入的交流电的电压为  $U_1$ ，通过的电流为  $I_1$ ，负载电阻阻值为  $R$ ，副线圈两端输出电压为  $U_2$ ，通过的电流为  $I_2$ ，则有：

$$\frac{U_1}{I_1} = \left(\frac{n_1}{n_2}\right)^2 \times R \quad (1)$$


图一

## 二、证明：

在图一中，由理想变压器的特点有：

$$\frac{U_1}{U_2} = \frac{n_1}{n_2} \quad (2)$$

$$\frac{I_1}{I_2} = \frac{n_2}{n_1} \quad (3)$$

由(2),(3)两式得：

$$\frac{U_1}{I_1} = \left(\frac{n_1}{n_2}\right)^2 \times \frac{U_2}{I_2} = \left(\frac{n_1}{n_2}\right)^2 \times R$$

## 三、应用：

(1)式虽然是由(2),(3)式导出的公式，但在求解有关理想变压器的问题中有时直接应用(1)式可提高解题速度，收到事半功倍之功效。

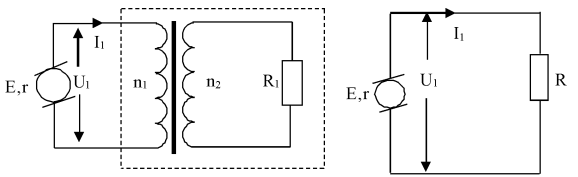
例一：如图二所示，理想变压器输入端 PQ 接稳定的交流电源，通过单刀双掷开关 S 可改变变压器原线圈匝数(图中电压表及电流表均为理想电表)，则下列说法正确的是：

- A.当滑片 c 向 b 端移动时，变压器的输入功率增大
- B.当滑片 c 向 a 端移动时，电流表 A1 的示数将减小，电压表 V 的示数不变
- C.当滑片 c 向 b 端移动时，电流表 A2 和电压表 V 的示数

将均增大  
D.滑片 c 不动，将单刀双掷开关 S 由 1 掷向 2 时，三个电表  $A_1, A_2, V$  的示数都增大  
解析：当滑片 c 向 b 端移动时，R 连入电路的电阻阻值增大，在  $U_1, n_1, n_2$  都不变的情况下，由(1)式可知， $I_1$  减小，由(3)式可知  $I_2$  也减小，C 选项错误。由  $P=U_1 \times I_1$  可知选项 A 也错误。同理由(1),(2)两式可知 B 选项错误。滑片 c 不动，将单刀双掷开关由 1 掷向 2 时， $U_1, n_2, R$  都不变，由(1),(2),(3)三式可知 D 选项正确。

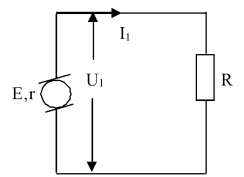
例二：如图三所示，一理想变压器的原线圈接在电动势为 E，内阻为 r 的交流电源上，副线圈两端接上阻值为  $R_1$  的电阻，要使  $R_1$  上获得最大功率，原、副线圈匝数之比  $\frac{n_1}{n_2}$  应为( )：

- A.  $\frac{r}{R_1}$
- B.  $\frac{R_1}{r}$
- C.  $\sqrt{\frac{r}{R_1}}$
- D.  $\sqrt{\frac{R_1}{r}}$



图三

解析：设变压器的原线圈两端的电压及通过原线圈的电流分别为  $U_1, I_1$ ，若将图三电路等效成图四所示电路(其中 R 为图三中虚线内部的等效电阻，即  $R = \frac{U_1}{I_1} = \left(\frac{n_1}{n_2}\right)^2 \times R_1$ )，则在图四所示电路中，R 消耗的功率  $P = \left(\frac{E}{R+r}\right)^2 \times R = \frac{E^2}{\frac{(R-r)^2}{R} + 4r}$ 。可知当  $R = r$ ，即  $\left(\frac{n_1}{n_2}\right)^2 \times R_1 = r$ ，亦即  $\frac{n_1}{n_2} = \sqrt{\frac{r}{R_1}}$  时 R 消耗的功率最大。在图三中，变压器为理想变压器，所以图三中的  $R_1$  及图四中的 R 消耗功率相等，均等于电源的输出功率，即当  $\frac{n_1}{n_2} = \sqrt{\frac{r}{R_1}}$  时  $R_1$  上消耗的功率最大故 C 选项正确。



图四

种美景：月色和雪色，满月当空，皓影铺地。新雪初霁，亮银流转。在很多文人的眼中，月光，白雪都是极为动人的，月色是洁白的美，雪色是晶莹的美，然而，这洁白的和晶莹的都比不上那个款款走来的和雪用言语形容的美。他并不是歌咏月和雪，而是咏人，我们知道往往是丑女的衬托成就了美女的动人，而余光中是拿最美好的事物去映衬美人，如诗歌里所说：你带着笑向我走来，你是第三种绝色。

我一直认为，诗歌是美的文学。诗人表达美，传递美，读者欣赏美，感受美。而贺铸的《浣溪沙》便是非常有美感的一首词。

楼角初消一绺霞，淡黄杨柳绿栖鸦，玉人和月摘梅花。

笑捻粉香归洞户，更垂帘幕护窗纱，东风寒似夜来些。

诗人写了初春傍晚的一个场景，一位美人出门摘下一朵梅花，回屋放下窗纱。整个诗歌选用了一些美好的意象，营造出非常朦胧优美的意境。

表面上看，作者是在写景。月光，杨柳，晚霞，梅花，都是古诗词中常见的非常受人欢迎的吟咏对象，然而作者的终极目的却是写“玉人”。在此之前，他先为我们渲染一种美丽的环境：夕阳慢慢隐去，月上枝头，淡黄的杨柳映在月光里，这样的景物已经足够美好，而更美的是趁着月色款款而来摘梅花的人。整个意境极为清雅，玉人在月色和梅花的映衬下更加美丽。此情此景，引人遐想，韵味无穷。

这让我想起余光中的诗歌《绝色》。

若逢新雪初霁，满月当空  
下面平铺着皓影  
上面流转着亮银  
而你带笑地向我走来  
月色与雪色之间  
你是第三种绝色

《绝色》只有短短六句话，开头描写两

种美景：月色和雪色，满月当空，皓影铺地。新雪初霁，亮银流转。在很多文人的眼中，月光，白雪都是极为动人的，月色是洁白的美，雪色是晶莹的美，然而，这洁白的和晶莹的都比不上那个款款走来的和雪用言语形容的美。他并不是歌咏月和雪，而是咏人，我们知道往往是丑女的衬托成就了美女的动人，而余光中是拿最美好的事物去映衬美人，如诗歌里所说：你带着笑向我走来，你是第三种绝色。

这样的映衬比反衬在表达效果上更胜一筹。纯美的世界里，人的美掩映在月光雪色中，实在惊艳。他也为人们表达出一个浑然一体的美好的世界。而我觉得这首诗在意境上和贺铸《浣溪沙》有着异曲同工之妙，是描写“美人”的诗歌中非常具有感染力的作品。

# 这些年，我眼里的你

高一(12)班 李晶

那年花开月正圆，我们一家人坐在院里聊天，虽然只是些邻里琐事，但你的声音里却透着一股清凉。现在仍是明月当空，我们却很少坐在一起，即使打电话也是三言两语，我想问你好不好，却被匆匆挂断电话。

下了自习，偶尔望见点点繁星，我会很自然地想，你在异乡的夜里，会冷吗？

小学的时候，每次放寒假，你总是在太阳刚跳出地平线的时候带我去爬山，告诉我身体是革命的本钱，每一次爬坡下坡对我来说真的是幸福得冒泡，因为你总是讲奇闻异事，总是举望远镜教我观世界。我总是望着跑着闹着，而你跟在后面喊着“小心摔倒”，我从不放慢脚步，因为我知道无论跑多远你都会永远在我身后。偶尔冷风袭来，你会脱下皮夹克给我，那个时候的你那是那样的温柔……

你给我买的那把 24k 黄金手枪，我把它锁在了柜子里，那是什么场景呢？我仅仅

说我想要把手枪，你什么都没说，只是在回来时拿着我梦寐以求的东西。你开始陪着我射靶，纸箱代替的靶台，我们却玩的不亦乐乎。手枪没多长时间就坏了，你看着我懊恼不知所措的样子，拿出螺丝刀说，没事，修一修就好了，你知道吗？那一刻你真像个大英雄！

可是不知从什么时候起，我意识到你不再年轻，那个笑得格外明朗，臂膀格外温暖的你悄悄走失了。你开始愁眉苦脸，仿佛对社会充满了怨恨，开始不停的抱怨，不停的叹气，你和妈妈坏情绪常常波及到我。我真的好讨厌你，讨厌你一遍又一遍的问我成绩怎么样，讨厌你不相信我的能力。可无论我如何任性，你都只会说，哎，娃娃你还小，不懂。仿佛在你眼里，我永远都是小时候那个怕天怕地怕妖怪的小女孩。可是时间它不

停地走，当岁月为你带来白发和皱纹时，也终于为我披上了懂事的铠甲。

我不再叛逆，开始踏踏实实地学习，也开始懂得你一次又一次的欲言又止，蕴含了多少担忧；明白你一次又一次的叹息，藏着多少无助与无奈；那一张张纸票上，有你多少的汗水。很感谢时光，让我开始懂得。

你知道吗？偶尔看到穿着夹克衫的瘦高个，我会自然地想到你，继而自嘲的笑笑，总是想起我趴在你背上的那些日子。每次听到你让我吃好开开心心上学之类的话，我会很自然地想起那份有馍没有肉的煮排骨，每次看到你不断变得宽大的衣服，我的心就像刀割一样。你知道吗？我曾在夜里想起你咧嘴笑的样子，就那么落了泪。爸爸，你有多久没有轻松地笑过了？

我真的好想你能为自己而活，可是天总不遂人愿，你只能为了这个家风餐露宿着，只能为了儿女起早贪黑着，你只能在这个社会的最底层不能言语的拼搏着……

爸爸，对不起！原谅我不是那个最优秀的女儿；原谅我，看着你的身体越来越差却无能为力；原谅我，不能让你骄傲的在别人面前提起；爸爸，请原谅这个平凡到尘埃里的我。

所幸，一切都还来得及。我记得曾经跟你说，等我有钱了，我就买三套房子，一套住着，一套看着，一套放着。我还答应过你，带你去北京看天安门，带你去杭州看西湖。所以即使失望，迷茫，我都会努力变成最好的自己，拥有足够的力量兑现我的诺言。

爸爸，总有一天，你会笑得跟孩子一样，请相信你的女儿。

推荐单位：雨萌文学社

# 16岁的女孩说

曹高君

编者按：

曹高君，2000年考入我校，2002年高二即考入中国政法大学。获中国政法大学硕士、德国汉堡大学博士研究生学位。目前供职于德国汉堡某律师事务所。中学时就喜欢阅读写作，有多篇习作在校报发表。

“姐姐，你不觉得，人真的很奇妙呢。”16岁的少女慢慢地晃着，一边吸溜着奶茶，一边这样对我说。

小城的车水马龙正从我们身边流过。我和她走在16年前我无数次走过，如今她也无数次走着的通往一中的路。

16是她现在的年纪，也是我离开故乡的年纪。记得好像也是在刷着高考真题的间歇里，听说邻居家的阿姨又生了个小妹妹，转眼就长到了我的肩膀。

“是啊，想想看，那么大的恐龙都灭绝了，这么没用的人类却活了下来。人真的很奇妙呢。”我笑着答她。

“姐姐，我跟妈妈说我以后想学心理学，他们都很不理解。他们说你为什么还要给精神病看病？”

少女的脸上有一脸很精彩的不屑。向前的脚步却晃悠得依然很轻快。

“但是那又怎么样，他们又不懂。我也懒得解释。我自己知道我要干什么不就行了。”

我很努力不动声色地掩饰着马上就要暴露的嫉妒。毕竟比你大一倍，为什么你这么早就拥有我挣扎了许久才逐渐获得的勇气？

“姐姐，你知道吗，前些天职中那边有个学生出事了。ta好像挨了老师的骂，然后可能不服气，就忽然把ta的两个同学——”

她的语调仍然是平淡的，并没有过于强烈的情绪表现。我猜想，这个消息可能已经在小城流传了很久。像我16岁时也眉眼无奇地听说的所有故事一样：高三的那谁跟那谁都动刀子；旁边中学有个谁谁忽然疯掉了；那个中学有个女生好像在树林被人“欺负”了……

16岁时谈论着这些明明就是事故的故事，好像只能用一种浅淡又无知的好奇。全然不知那些字里行间被议论的，是一些可能被彻底碾压粉碎的人生。

可是能够责怪16岁的旁观者什么呢，那种不自知的好奇与漠然难道不是身而为人的天性吗？好奇着，听闻着，传播着，惊讶着，遗忘着。

昨晚，已经是从16年前叛逆的高二学生，变成如今家乡中学高三班主任的闺蜜跟我讲起，班上那个明明抑郁倾向很明显的孩子，却总被家长疏于照顾，以“ta又不是精神病”为由，一次次拒绝了ta提出的就诊建议。身为班主任的她只能如履薄冰地观察照顾着这个孩子，生怕孩子出些意外。

“姐姐，我觉得，那个杀人的学生，ta可能一开始也不是那么坏的。ta应该也是难受了很久，都没有被人注意到。”

16岁的妹妹还在讲述着刚才提起的话头，眼神浅浅，看不出什么深刻的波动。我心中却好似受了重重的一击。

惶惶的人生路上，那些无法被听清的呼喊，那些无法被注视的悲伤，那些无法被拥抱的孤独。乃至最终，那些终无法被改变的结局。某一个瞬间举目望去，只觉得这茫茫天地，竟找不到几个真正完整而无损的灵魂。行走世间，不过各自心口插一把隐形的剑，忍痛而已。

然而又有时，如飘渺江上的艰难行舟，原只需谁的竹竿给上轻轻一撑，好些个湍流漩涡或许就能避过，本不至于撞到粉身碎骨啊。

“你一定难过了很久吧，其实我也一样。”有时虚妄地想象着，在漆黑的平行宇宙里，有人俯下身来，对那些抱着膝盖蹲在黑暗角落的受伤孩子这样说。

“姐姐，其实我最好的朋友就是同性恋。好多人说他们就是精神病，要治病才行。但我知道不是的。我觉得他们特别特别可爱，说他们的人才有病。”

妹妹的奶茶要喝完了。下午三点一刻，紫外线强烈的甘肃太阳，像16年前我熟悉的那样在这个时辰晒得一切都滚烫滚烫，微微焉。考场上擅长数学的孩子，这个时候选择题应该已经做完了吧？我想。

职中出事的学生，同性恋的好朋友，想学心理学的心愿，16岁的太阳。此刻的我逐渐地从她有一搭没一搭的言语片段中，寻找到地或许自己都未必看清的逻辑。

是因为16岁吗？或者是因为16年过去了，时代到底艰难地上升了一点点的温度？看着坚定又带着稚气的少女，想着那个叫做“赤子之心”的词，有点暖暖的。

只是，妹妹，想要拥有且守护你坚信的一切，仅有温暖是不够的。我希望我不用老气横秋的讲这没用的大道理。然而若这比你多走的十余年旅程曾认真教会我什么，那就是，务必，成为，一个温暖而有力的人。

缺一不可。温暖，而有力。

16岁的少女，请你要有耐心。

毕竟，那么多的残缺埋藏在大地，那么多的悲伤漂浮在天空，然而你说了，“人真的很奇妙呢。” (有删改)

# 第三种绝色

语文教研组 党彩娟

已然三月，天气依然很冷。一切都还是萧瑟沉寂的样子，春雪留下的残冰还

# 莫负好时光

高三(13)班 马晨宸

未消融。定西的春天带着冬天的影子，丝毫看不见万物复苏的迹象。严格来说，定西是一个四季分明的城市，但春冬两季的界限，好像被人拿手蹭过一样，模糊不明。

早上我从校园中穿过，寒风吹过脸颊，楼上的数字已经变成了两位数，教学楼里灯火通明，真是“莫道君行早，更有早行人”，顿时觉出时不我待的况味。

对于我来说，自己的青春时代，一如定西的四季，大体分明，细节模糊。没有轰轰烈烈，也没有张扬肆意。它就那么一闪而过，让人猝不及防，仿佛昨天才拿到高中录取通知书，今天就已临近毕业，到了今日忽然发现自己已成年，正是青春还没有来得及被狗咬，就已经要过去了。到这个时候，忽然生出了一丝不舍，好像对过去的时光还带着些眷恋，回想自己的高中生涯，有过放纵，有过奋斗，有过迷茫，有过无望，也有过诸如担心自己因为埋头学习，发际线退潮的滑稽想象。从前总觉得时光太慢，总觉得未来遥不可及，总觉

得毕业遥遥无期。而今，我与未来只有三个月的距离。我可以用脚步丈量

出家到学校的距离，却无法测算出平庸与灿烂的差值。尽管如此，我还是执着地憧憬着未来，固执地期待着绽放时的灿烂。

如今，面对日渐临近的高考，我不再沉浸在发际线的担忧中，少了些对未知的恐惧，多了些对梦想的坚定。看着过去的时光，或黯淡或鲜明，我这才反应过来青春年少是我正在拥有的绚丽风景，尽管它终将变成过去，变成模糊但美好的回忆。

严歌苓说：“每个人都有青春，但不一定每个人都有芳华。有理想的青春才叫芳华。”三年，一千多个日夜，我们承受着艰辛，也经历着成长，一切都是为了能带着胜利者的荣耀走下那决胜的战场。我们从少年走到青年，也必将从星星走向太阳。

高考在即，胜利在望。愿过去的时光都被珍藏，未来，都不负众望。愿你我芳华正好，莫负好时光！

推荐教师：孙燕琼

# 竞争要有人情味

高一(20)班 刘美好

在当下的社会，竞争是每个人生活中必然存在的，给人们带来不小的压力。在这压力之下，有些人逐渐变得冷漠，只去关注输赢成败，殊不知，有人情味的竞争，才算是成功的竞争。

里约奥运会上，女子500米预赛中出现了一个插曲：新西兰选手汉布琳在不慎摔倒后，绊倒了来自美国的迪阿蒂斯蒂诺。迪阿蒂斯蒂诺因跌倒复发，无法马上回到场上。

对汉布琳来说，她可以立即追赶，或许还能追回名次。

但她没有。

汉布琳立即停止比赛，用简单的治疗帮助迪阿蒂斯蒂诺，随后一起重回比赛。虽然最终二人分别在小组赛垫底，未能晋级，但

她们互相拥抱，因为她们获得了比奖牌更有价值的东西。

从成败上讲，她们都失去了晋级的机会，但正是她们在竞争中表现出的高尚品质，为她们赢得了全场喝彩，也为这场拥有人情味的竞争画上一个美丽的句号；组委会商议后决定将二人纳入决赛名单。

而如果一场竞争失去人情，会发生什么？

秦朝著名丞相李斯曾与韩非子共同师从荀子。秦王嬴政读了韩非的文章，发出“能见到此人死而无憾”的感慨。于是发兵攻韩，韩国国君便派韩非出使秦国。

韩非见到秦王后，表现愿尽自己毕生学识为秦国建功立业，

就在秦王思虑给韩非授予何职时，李斯却向秦王进言道：“韩非毕竟是韩国公子，大王您要一统天下，势必灭韩。韩非会舍弃韩国效忠于您吗？从情理上看，这是不可能的。如果大王您不用他，放他回去，等于是放虎归山，还不如杀了他，以绝后患。”

之后韩非的下场众人皆知，下狱后被李斯害死，一代天骄就此陨落。而一生猜忌他人的李斯，也终遭帝王猜忌，未能善终。

竞争，并不意味着你死我活，即使在自己失败时，也要为对手送上真挚的祝福，万万不能被嫉妒蒙蔽双眼，落得个损人害己的下场。

人情是厚重的土壤，竞争是甘甜的泉水，泉水离了土壤，便狂暴躁动，土壤失去了泉水，便干枯开裂，只有两者结合在一起才能催生出美丽的花朵，才能长出丰硕的果实！

推荐教师：付俊

# 从心所欲不逾矩

高三(4)班 韩乐

子曰：“吾十有五而志于学，三十而立，四十而不惑，五十而知天命，六十而耳顺，七十而从心所欲，不逾矩。”人生天地间，不若一颗水滴，化雨润物，化江济洋，化海纳百川。不拘泥于行役，乃为四海游流，最终仍为一滴水，在水的规则下获得自由。但愿你我再踏征途时，画心为方圆，得逍遥自在，以理为矩尺，显正气浩然。

红日初升，第一缕晨曦映入王畿的图书馆，老者悠然地整理着落满尘埃的典籍，那模样，仿佛让人们忘记了他已至耄耋之年。“道可道，非常道，名可名，非常名……”他轻声地吟诵着自己的禅语，沉浸在“朝闻道，夕死可矣”的境地中，一阵叩门声，打断了他的思索，一名素衣蕴袍的年轻男子站立门外，恭敬行礼，开口问道：“何为至道？”老者看了看他，布满皱纹的脸颊上露出笑容，在男子的手心写下一个“水”字。“上善若水”，以天下之至柔，驰骋天下之至坚。男子眼眸泛起一丝波澜，静静地站在那里，等到回过眼神，老者已不知去向，只留下一枚带钩，刻有“李耳”字样。老子奉行无为而治，强调遵从自然本心。在那个风起云涌的时代，诸子百家逐鹿华夏，只有老子一人平静地看着这一切。在田野间悟道，在溪流旁休憩，与儒法并列，光耀青史。这大概正是“江河所以为百谷王者，其等下之”的自信了吧。

北风怒号，崇山峻岭间隐约现出一座古寺，王守仁踏步入去，与当地最出众的禅师论道。然而，半晌谈话过后，禅师的回答与过往的大师并无二致，沉默片刻，王守仁问道：“想家吗？”一句再平常不过的问候勾起了禅师的回忆，泪滴划过脸颊，“怎能不想？”随即起身，打点行李，踏上归途。自



《国画》高二(17)班 罗沂

此，王守仁似乎明白了，何需存天理而灭人欲？天理即是人欲。心学由此而生，人们不再拘束于封建的严格礼教，在原本包裹得严丝合缝的束缚下，找到了一丝光明，寻出了一份自由。程朱理学在明代遇到了陆王心学。两种相互矛盾又相互影响的学说发生了激烈的碰撞，没有人说得清孰是孰非。大明王朝，文人的风骨义气，丹心流淌，古今称赞。纵使愁苦，诚然不屈，这是中华民族血脉中的气节，是理心两学不朽的光芒。

“冠者五六人，童子六七人，浴乎沂，风乎舞雩，咏而归。”这大概就是身处浮世的人们最向往的生活了吧。有友人相与游乐，有童真回首往昔，有风景绝美如斯，有歌谣清唱随行，不羁于心，不役于形。

木心说：“从前的日子变得慢，车马，邮件都慢，一生只够爱一个人。”现在的车马快了起来，风驰电掣，但日子依旧缓慢，一生依然可以只爱一个人。爱心中那个人，爱这可爱的世界，怀着一份初心，一份坚持，像孩子一般纯真，像老人一样安静，无需追名逐利，不过从心所欲，不逾矩，而已。推荐教师：王亚丽

# 孟氏好游

高三(2)班 岳博诚

河南有孟氏，字乐山，好游者也。其所览之名山不计其数，路出名山奇水，未尝不尽兴焉。

其邻人十旬休假，乃访风景于崇阿，时而观山，时而探水，终不得尽兴。后偶遇孟氏，乃询其游山之秘。

孟氏曰：“吾初游也，见山是山，见水是水，所见之景莫非山水；十年之后，见山非山，见水非水，所见之景非实景，所见之物亦如此。常以溪为南溟，以山为蓬莱，以石为巨熊，以树为怪鸟。方今之时，吾方堪破世景，却依然见山是山，见水是水。众人之游，必定归期，期至必归，若有延期，亦心神不定；吾之游也，亦可一日而归，亦可三日不返，每至山水之间，全然忘我，身之所受，心之所感，亦不过山水之乐也。众人之游，在乎游山玩水，所至之处，大肆观赏，反劳形伤神。吾之游也，在乎怡情忘我，所至之处，亦可玩赏片刻，亦可以石为铺，以草蔽身，遇庙则住，与夜同宿。览物之情，皆为心动，故所见无非自然之美，所闻无非自然之音，所想无不随心所欲，所感无不顺其自然，乐也。”

邻人闻之曰：“善哉，听君一席言，得事理也。”推荐单位：雨萌文学社

# 词三首

高三(17)班 李全平

## 长相思

风声喧，鸟声喧，一遍寒鸦老少年，夜长人少言。晨山前，晚山前，楼尽黄昏知晓寒，去年心已阑。

## 清平乐

才觉春懒，却又青梢满。绿破僵枝芽嫩软，千兆桃花嗅乱。笑言枝里蜂群，依稀应记枯荣。是否苏小恨断？倏忽梦里黄昏。

## 忆秦娥

东风掠，红黄漫地慵容卸。慵容卸，丁香倦睡，海棠西斜。半袭花色留人拈，人花两去枝残缺。枝残缺，年年应恨，此番离别。

晴朗的夜空，地上还有一洼洼的积水，野草疯长，池子里的两只青蛙聊着天，像两个老头在不住地咳嗽。一轮明月嵌在高而远的天空，这于我是一种幸福与欢喜。

是啊，我怀念那一轮明月。

随着天边最后一朵火烧云燃尽，夜色向天空袭来，黑夜重又扯上墨色的背景，天神们慌慌张张地离去，临了不忘记撒下一把碎金。星星闪烁，像是火星子跳到了黑布上，它们探头探脑地彼此张望着。忽的，星星停止了跃动，野草望着远处的山顶——月亮出来了！

青山不情愿地吐出一枚滚圆的鸭蛋，杏黄色的光华泻在山顶，使群山多了几分肃穆。接着，月亮继续上升，升至半空，像是一个浑圆的玉盘。她不是太阳，没有太阳的热烈，她只愿散发出微弱但坚定的光彩。须臾，杏黄色的光华流淌到地面，乡间的小路化作蜿蜒的河道，月光盈满小路，仿佛河水般静静流淌，浸润着每一场梦。在沙地上，月光又像在其上穿行的深海鱼群，闪着银色的鳞光，蜂涌而过，让远处的群山乱了章法。尽管四时之景不同，春之野花，秋之山草，夏之绿波，冬之瑞雪，月光从不缺席，又各自有各自

碧辉煌的大殿，他眼神空洞，眼底没有丝毫波澜。这个让无数人人为之生、为之死、为之癫狂的宝座，在他眼里一文不值。

## 情须问天

高一(3)班 汪洋

李煜一生中两位挚爱之人，便是历史上有名的大小周后。同为乱世皇帝，陈叔宝有着与其惊人的相似之处：同样的才华横溢，同样的亡国之君。不记得听谁说过：他只有王爷的相，却生了皇帝的命。两位帝王皆爱美入胜于江山，李煜有大小周后，陈叔宝有绝代双骄。但命运是扑朔的，无论陈后主还是李后主，均未善终。让人不禁怀疑，两人前世今生该是有关联的吧？凝神以往，似乎两位才子隔着百年时空相视而笑。

## 痴梦终醒

梦再深也会有清醒的时候，在毒酒下咽的那一刻，李煜才从他的痴痴梦境中挣扎出来。回首自己这短暂的一生，有些许对先祖的惭愧，但更多的是一种解脱和释然。纵观李煜的一生，大抵可分为登基前、登基后以及亡国后三个阶段。登基前的生活无疑是其一生中最快乐的时光，那段时间，他仅仅是一个皇子，一个文人墨客，可以尽情追求理想和信仰。登基后，他每日活在无尽的烦恼中，虽有大小周后陪伴，但当初的那种情怀已荡然无存。直到亡国的那一刻，听到城被攻破的那一刻，他颓然间瘫坐在宝座上，不知是解脱还是悲哀。

他的生命早在公元978年就戛然而止，但后人的猜想却从未止步。数种对历史想象的补白带给一代词帝更多的神秘与浪漫色彩。真可谓斯人已逝，芳华犹存！

推荐处：雨萌文学社

# 明明如月

高三(5)班 谢德

的动人。

满月寓意圆满，可遇而不可求。还有一种月，叫上弦月，它是月亮最常见的妆容，也正如生活中的大多数时候，虽不圆满却最真实。她一声不吭地现身，未待察觉，已升至空中。比于满月，她的光亮实在不很温暖。她斜着瘦弱的身躯，自顾自地亮着。这样的月亮最

是能勾起相思。“情人怨遥夜，竟夕起相思”，于相爱的人而言，想念的那个人便是心中的一轮明月。她圆眸的杏眼是温柔醉人的满月，笑起来的眼眉是俏皮弯弯的月牙，身旁有她便如披了一身的月光，那夜的月色实在是很美，一对影子也被拉得好长。

月是故乡明，游子仰观月亮，他看到的大抵不是满月，倘是满月，便也不会觉得异乡的月比不得故园的月明，认真说来，他是有点无理取闹，月是同一轮月，却要嗟叹不足。情动于衷，乡愁是轻云，在心中沤了多年，悲酸感慨，凝结在心，都交付给明月，乘着轻风，送至故园。

“明明如月，何时可掇？”在这人间，月亮是不会黯淡的，我这样想着，不觉间对着山头的明月微微一笑。

推荐教师：孙燕琼

## 春季传染性疾病的防控

春季是疾病特别是传染性疾病的多发季节，由于天气多变，时暖时寒，气候仍然寒冷、干燥，当春季来临时，人体内环境很难一下子与外界环境相适应，人体的免疫力相对低下，病菌、病毒等致病微生物趁机而入、侵袭人体，特别容易引起流感、流脑、流腮等呼吸道传染病，这些传染病可通过空气、短距离飞沫或接触呼吸道分泌物等途径传播。学校人员比较密集，一旦容易出现比较容易传播，会对广大师生的工作学习带来较大的影响，因此向全校师生宣传学习有关传染病的防治知识。

### 一、春季常见传染病

#### 1. 流感（流行性感冒）

流行性感冒简称流感，由流感病毒引起的急性呼吸道传染病，具有很强的传染性，其发病率高占传染病之首位。潜伏期1—3日，主要症状为发热、头痛、流涕、咽痛、干咳，全身肌肉、关节酸痛不适等，发热一般持续3—4天，也有表现为较重的肺炎或胃肠型流感。传染源主要是病人和隐性感染者，传染期为1周。传播途径以空气飞沫直接传播为主，也可通过被病毒污染的物品间接传播。人群对流感普遍易感。

#### 2. 流脑（流行性脑脊髓膜炎）

流行性脑脊髓膜炎简称流脑，它是由脑膜炎双球菌引起的急性呼吸道传染病，传染性较强。流脑发病初期类似感冒，流鼻涕、咳嗽、头痛、发热等。病菌进入脑脊液后，症状加重。感染源主要病人或带菌者，传播途径以空气飞沫直接传播为主，潜伏期一般为2—3天，最长的为一周。人群普遍易感，好发于小年龄段儿童。

#### 3. 麻疹

麻疹是由麻疹病毒引起的急性传染病，潜伏期8—12日，一般10天左右可治愈。前驱期3天：出疹前3天出现38度左右的中等度发热，伴有咳嗽、流涕、流泪、畏光，口腔颊粘膜出现

(下转第二、三版中缝)

## 责任编辑

- 一版 杨天顺
- 二版 朝彩虹
- 三版 党彩娟
- 四版 孙燕琼

(上接第一、四版中缝)

灰白色小点（这是特点）；出疹期3天：病程第4—5天体温升高达40度左右，红色斑丘疹从头而始渐及躯干、上肢、下肢；恢复期3天：出疹3—4天后，体温逐渐恢复正常，皮疹开始消退，皮肤留有糖麸状脱屑及棕色色素沉着。麻疹是通过呼吸道飞沫途径传播，病人是唯一的传染源。患病后可获得持久免疫力，第二次发病者极少见。未患过麻疹又未接种过麻疹疫苗者普遍具有易感性，尤其是6个月~5岁幼儿发病率最高（占90%）。

#### 4. 水痘

水痘是传染性很强的疾病，由水痘——带状疱疹病毒引起的。水痘的典型临床表现是中低等发热，很快成批出现红色斑丘疹。病原体传播的主要途径有：空气传播，水传播，饮食传播，接触传播，生物媒介传播等。

#### 5. 结核病

结核病是由结核杆菌主要经呼吸道传播引起的全身性慢性传染病，其中以肺结核最为常见，也可侵犯其它器官。传播途径：活动期的排菌（也就是痰涂片阳性或者痰培养阳性）肺结核病人是主要的传染源；结核病的传播途径有呼吸道、消化道和皮肤黏膜接触，但主要通过呼吸道传播。主要症状：结核病多为缓慢起病，长期伴有疲倦、午后低热、夜间盗汗、食欲不振、体重减轻、女性有月经紊乱等症状。肺结核病人往往伴有咳嗽、咳痰，痰中可带血丝。结核杆菌侵犯脑膜、肠道、肾脏、骨头、卵巢、子宫等器官，可有头痛、呕吐、意识障碍、消瘦、腹泻与便秘交替，还可有血尿、脓尿、脾大、贫血以及妇科疾病的症状等。

#### 6. 流行性腮腺炎

流行性腮腺炎是由腮腺炎病毒引起的急性呼吸道传染病。多见于儿童及青少年。大多数起病较急，有发热、畏寒、头痛、咽痛等全身不适症状。以腮腺肿大、疼痛为主要临床特征，肿块以耳垂为中心，边缘界限不清。表面发热，手压时有弹性感和压痛4—5天逐渐消退。脑膜脑炎、急性胰腺炎、睾丸炎为常见合并症。本病潜伏期约14~21天，隔离期：自患者腮腺肿大前7天至肿大后9天。

(未完待续)