

撷英

精彩的龙舟节表演

安康市第一小学六年级(2)班 张睿熙

我的家乡安康,每年端午节都要举办龙舟节。这一天,来自全市各县区、单位的龙舟队将在这里进行激烈、精彩的龙舟水上竞技活动。

龙舟节那天一大早,参赛选手们早早来到岸边做着赛前的准备工作。不光是汉江龙舟文化园的观众席上早已坐满了观众,就连江北、江南两岸的道路旁,都挤满了观众。这些观众当中,有本地的居民,也有来自全国各地的游客,还有来安康考察的投资者。汉江龙舟文化园披上了节日的盛装,平日里宁静的江面,也在这一天骤然热闹非凡。

大桥头的南岸,泊着十余只龙舟,高昂的龙头,船身两侧的鱼鳞纹或水波纹,十分神气,也独具韵味。龙舟上,参赛队员们统一着装,个个精神抖擞,蓄势待发。

随着指挥的一声令下,十余只龙舟在鼓声、呐喊声、号子声中像一支乘风破浪的箭逆水而上,选手们在船头指挥的鼓点节奏中奋力划桨击水。江两岸的观众也沸腾起来,加油声、呐喊声、鼓声交织在一起,奏成了一支群情激昂的赛龙舟交响曲。

如果说,赛龙舟体现的是我们安康人团结协作的团队精神的话,那么,赛事中的“抢鸭子”活动,则更能体现我们安康人奋力拼搏的精神风貌。

放鸭船将鸭子投入江中,选手们凭借着自己高超的游泳技术、过人的胆识以及强健的体魄,在江中奋力抢捉鸭子。当选手捉住了鸭子,他们就会高举着自己的战利品,向观众们挥手致意。此时,两岸的观众再一次爆发出排山倒海般的掌声和欢呼声。

安康的龙舟节因其独特的魅力,先后获得过许多殊荣。作为一个安康娃,我为我的家乡骄傲! (指导老师:李森)

我学会了游泳

安康高新一小四年级(4)班 刘君悦

去年暑假,我学会了游泳。

尽管我对水情有独钟,但是,作为一个“旱鸭子”,当我要置身于水池碧水时,内心还是很恐惧的。

第一次学游泳那天,我换好泳衣,跟随教练来到泳池边,看着大大的泳池,看着池水里清澈的清水,还有池水里像大鱼一样自由自在的泳者,我是既兴奋,又紧张。兴奋的是,我恨不得立刻跳进水里畅游,紧张的是,我根本就不会游泳,万一呛水了该怎么办?

一开始,教练耐心地教我在岸上做下水前的热身运动。接着,教练要带我下水了。我按照教练指导的方法,顺着梯子往泳池下。由于是第一次下水,我心里很紧张,不觉失手掉进水里,还呛了好几口水,顿时感觉眼睛、鼻子、嗓子都火辣辣刺痛,感觉脑袋里面像是灌进了辣子水似的。

尽管首次下水受挫,但因为我爱水了,渴望学游泳的热情一点也没减退,我格外用心地跟教练先学憋气。我抿着嘴,把头钻进水中,屏住呼吸,一秒、二秒、三秒……如此重复。在水里我可闲不住,一会儿吐气泡,一会儿摇摇头,一会儿左顾右盼,像一条顽皮的大鱼。但我毕竟不是鱼,头在水里憋气还是需要硬功夫的。每当我憋不住时,就会猛地把头抬起来,大口大口地喘着粗气。

真正的游泳,绝不是在水里瞎扑腾,还必须掌握双脚拨水、配合双手划水等技巧。为了早一天学会游泳,我专心致志跟教练学习每一个动作、每一个技巧。在经历了多次的呛水后,终于,在第七次的游泳课上,我能正确、规范地在水里畅游啦,而且还能把仰泳、蛙泳交替进行。

为期十天的游泳课程结束了。当我捧着金光闪闪的结业证书时,心里充满了自豪感和成就感。从一只“旱鸭子”到一条“大鱼”的经历,也让我懂得“功夫不负有心人”这句名言的真正含义。

(指导老师:朱海丽)

难忘的小学生活

安康市第一小学六年级(2)班 刘怡宁

了,丁老师也很失望,但还是在鼓励我们,我暗下决心,下次一定要表演得更好,一定要拿奖。

六年级的啦啦操比赛,我加了更多基本功,花了更多时间来训练。我们所有队员挥洒汗水,一遍一遍地调整动作、刻苦训练、重复训练、力求精进。有时我连晚上睡觉时也在想动作编排。每一次排练我们都用尽全力。表演时,我们收获了全场最热烈的掌声,但很遗憾,我们没有进入前三名。我们都很沮丧,但校报小记者来采访并刊登了我们啦啦操队的文章,也给了我们很多安慰,因为我们的努力还是得到了学校的认可。

镜头又定格在了篮球场。篮球比赛中男生们奋力拼搏,女生们呐喊助威,齐心协力为班级争光的场景让我的记忆深刻。通过篮球比赛,我知道了我处在一个团结向上的班集体中。平时男生和女生经常打闹不和,让我以为我们班人心分散。没想到在真正为班集体争光时,大家都会摒弃前嫌、齐心协力。男生在篮球场上与对方激烈比拼,运球、传球、投篮、抢篮板,拼尽全力,而女生们则在场边大声地为他们加油喝彩、陪伴鼓励。每场比赛结束,基本上每个人的嗓子都哑了,但大家都很高兴,也不觉得累,因为我们都在全心投入,为集体荣誉而战。那些发丝飞扬、汗水挥洒,但笑容明媚的场景让那个炎热的夏天都变得可爱而温馨起来。

回首望去,不管是精彩的啦啦操还是激烈的篮球赛,都常常浮现在我的眼前,而当我想去抓住它们时,他们却又如同一团薄雾般消散了。小学的生活是多么有趣美好啊,可终将成为我人生历程中的一段记忆,留在时间的长河中,我也终将离开这个记录着我六年美好回忆的校园,继续踏步向前。

(指导老师:丁琴花)

再见了,母校

汉滨小学六年级(5)班 龙宇航

光阴似箭,日月如梭。六年的时光转瞬即逝,毕业季即将到来,我将要和同学告别、老师告别、母校告别,想到这里,我内心充满了不舍与留恋。回首小学的六年时光,承载着许许多多美好的回忆,我还有许多话想对大家说……

亲爱的同学们,我们从稚嫩的孩子成长为翩翩少年,从胆小害羞变得自信大方,从意志脆弱到坚强勇敢,在这六年里,我们一起学习、一起玩耍,一起成长、一起进步,有笑声、有泪水,我们经历了许多,既有成功的喜悦,也有失败的沮丧,一张张熟悉的面孔,一件件有趣的往事,仿佛就在昨天。还记得五年级那次春季运动会吗?我们班一名运动员在接力赛中不小心将接力棒弄掉了,一下子被甩了好远好远,可我们并没有因此而气馁,场外的啦啦队使劲呐喊着,接棒运动员们拼尽了全力,奋起直追,最终反超了对手,取得了年级第二的好成绩,这是团结拼搏的结果,不抛弃、不放弃的这种精神将永远激励着我。在这离别之际,我的眼前又浮现了我们在的日子:教室里晨读的琅琅书声,操场上你追我赶的身影,课间时有趣开心的游戏……再见了,同学!

敬爱的老师们,在这六年里,您为我们付出了太多太多,您如一根蜡烛燃烧自己,奉献给我们;您如一盏明灯,照亮了我们前行的路;您如一场春雨,滋润着我们幼小的心灵。和蔼可亲的罗老师,您用幽默的语言,让枯燥的课堂变得妙趣横生,您对我无微不至的关爱,我永远记在心中。还记得那次我在体育课上,不小心被蜜蜂蜇了,你显得格外着急,替我买药为我喷洒伤口,并联系家长,当我被妈妈接走时,您目送我走出了校门时,亲切的目光让我感到十分温暖;英俊帅气的汪老师,您用独特的教学方法开拓了我的数学思维,也锻炼了我的逻辑分析、思考推理能力;美丽温柔的王老师,您用那简简单单的26个字母,让我充满了好奇与期待,对英语产生了浓厚的兴趣。老师们,我心中对你们充满了万分的不舍,不舍你们对我的谆谆教诲。再见了,老师!

亲爱的母校,您见证了我的成长进步,这一路走来,每一次经历都会化作美好的回忆,珍藏在我的心中。每当我跨进母校的大门,一眼看到既醒目又催人奋进——“本固、博发”的校训。年轻的母校、年幼的我也正如那一根根小小翠竹,吮吸着方方面面营养,把根基扎得更深一些、更牢一些,日积月累,慢慢积蓄着力量,总有一天会长成挺立的劲竹。我也将永远铭记母校的嘱托,铭记老师的教诲,满载着希望和对美好未来的憧憬,踏出母校的大门,用奋进的脚步、奋斗的青春、奋力向前奔跑,托起明天的太阳,再见了母校!

润着我们幼小的心灵。和蔼可亲的罗老师,您用幽默的语言,让枯燥的课堂变得妙趣横生,您对我无微不至的关爱,我永远记在心中。还记得那次我在体育课上,不小心被蜜蜂蜇了,你显得格外着急,替我买药为我喷洒伤口,并联系家长,当我被妈妈接走时,您目送我走出了校门时,亲切的目光让我感到十分温暖;英俊帅气的汪老师,您用独特的教学方法开拓了我的数学思维,也锻炼了我的逻辑分析、思考推理能力;美丽温柔的王老师,您用那简简单单的26个字母,让我充满了好奇与期待,对英语产生了浓厚的兴趣。老师们,我心中对你们充满了万分的不舍,不舍你们对我的谆谆教诲。再见了,老师!

社团活动帮我插上理想的翅膀

汉滨区城东小学五年级(4)班 王卓尔

每周四下午都是我们最期盼的时光,因为那天是我们的社团活动日。

我们学校社团活动的内容是丰富多彩的,有舞蹈、武术、版画、乐器、合唱、木艺、跆拳道、篮球、足球等30多个社团呢!你知道我在哪个社团吗?哈哈!还是让我来告诉你吧——我在小记者社团。怎么样,听起来蛮高大上吧?可是,最初老师让我到小记者社团,我还不情不愿呢!这究竟是怎么回事呢?

那是去年9月份,开学初老师根据每个同学的特长分配社团,我被分配到了小记者社团,我心里不高兴,因为我心心念念的是到足球篮球社团去,看着小伙伴们在绿茵场上飞奔,多带劲啊!为什么让我到小记者社团去?所以,一连几天,我都闷闷不乐的。我的小心思不知道怎么被班主任史老师知道了,那天课间他把我叫到办公室里。史老师亲切地对我说:“怎么这几天情绪不高呀?”我也不客气,就满腹委屈地把心里话说了出来。史老师听了以后笑了笑,对我说:“你看过电视新闻节目吗?”我点点头。“那你觉得那些记者播音员厉害吗?”我又点了点头。史老师用和蔼的眼神看着我:“记者是这个社会非常受人尊崇的一种职业。他们用镜头用笔记录这个时代,让人们足不出户就能了解天下大事。老师想让你从小接受专业老师的训练,提高自身素质,这是多好的机会呀!”听了史老师语重心长的话,我一下子明白了老师的良苦用心,羞愧地低下了头。

把心里话说了出来。史老师听了以后笑了笑,对我说:“你看过电视新闻节目吗?”我点点头。“那你觉得那些记者播音员厉害吗?”我又点了点头。史老师用和蔼的眼神看着我:“记者是这个社会非常受人尊崇的一种职业。他们用镜头用笔记录这个时代,让人们足不出户就能了解天下大事。老师想让你从小接受专业老师的训练,提高自身素质,这是多好的机会呀!”听了史老师语重心长的话,我一下子明白了老师的良苦用心,羞愧地低下了头。

到了周四社团活动时间,我早早地来到了自己的小记者社团。给我们代课的是庞老师。他首先给我们讲解了口部操,他说:“坚持练习这个可以改善你们的发音,让你们的发音越来越好。”我心里暗暗地想:真神奇啊!练完口部操以后,庞老师在大屏幕上出示稿子让大家分别读给他听。轮到朗读的时候,我读得非常流利,也比较有感情。庞老师当众夸

奖我说:“这个小女孩有当记者的天赋!”老师的鼓励像一股暖流在我心中流过,一颗小小的种子在我心中悄悄种下。从那以后,每周四的社团我从没有落下,老师讲的每一句话我都用心地听着,老师布置的每一项任务我都不折不扣地完成。从老师的讲解中,我知道了记者并不仅仅是一种外表光鲜的职业,做好一名记者需要很高的专业素养,必须要经过艰苦的学习和锻炼。跟着老师,我学会了如何确定采访的主题,怎样做到有效提问和沟通,怎样写简单的新闻报道,如何发现有价值的新闻题材……

5月下旬,我校承办了汉滨区新教育现场推进会暨新教育开放日活动,社团老师选择了我和其他几名同学担任现场采访小记者,我的心情非常激动,我知道这是老师对我的肯定和信任。我对活动的采访过程非常顺利,我校承办的这次活动也取得了圆满成功。

从此以后,我更加坚定了自己长大后当一名记者的愿望。我知道,要实现自己的梦想,要走的路还很远很远。但我坚信,只要有梦想,远方将不仅仅只是远方。

(指导老师:史良)

关注

“河小青”志愿服务守护母亲河



近日,共青团平利县委、平利县河长制办联合在长安镇中坝村开展平利“河小青”保护母亲河活动,推进青少年志愿护河工作。

活动中,30余名干部和青年志愿者对中坝村长安河进行了巡查,对发现的少量塑料袋、纸屑等河道垃圾进行了彻底清理。据了解,自2021年团县委、县河长办在全县组织开展“保护母亲河 我们在行动”青少年生态环保志愿服务活动以来,全县各级团组织、河长办积极落实,各青少年志愿者踊跃参与,已开展集中志愿活动60场次。

张根 杨路 摄

班主任培训会促业务提升

本报讯(通讯员 周勇)6月份以来,旬阳市麻坪镇兰坪小学持续开展以“提质守心,超越现在”为主题的班主任培训会。

培训会上,重点就班主任工作的重要性和如何做好班主任工作进行全方位的培训指导。班主任培训会的持续开展,进一步提高了全体班主任老师

的思想认识,丰富了老师们的专业素养知识,有效地提升了班级管理能力和水平,强化了学校班主任队伍建设。

交流中,教师们纷纷表示,这样的培训实实在在,收获满满,一定会学以致用,管好班级,当好班主任,服务好学生,提质守心,超越现在。

汉阴各校开展道德模范暨汉阴好人推荐评选

本报讯(通讯员 许明)近日,汉阴县各学校扎实开展道德模范暨汉阴好人推荐评选活动,掀起宣传道德模范、学习道德模范、争做道德模范的热潮。

据了解,汉阴县各学校把开展道德模范暨汉阴好人推荐评选活动作为加强公民道德建设的有效抓手,发现和挖掘先进典型,用身边的道德模范暨汉

阴好人感动人、教育人、引导人,让广大教职工领略到了楷模的风采和道德的力量。截至目前,共收到推荐道德模范、学习道德模范、争做道德模范的热潮。据了解,汉阴县各学校把开展道德模范暨汉阴好人推荐评选活动作为加强公民道德建设的有效抓手,发现和挖掘先进典型,用身边的道德模范暨汉

阴好人感动人、教育人、引导人,让广大教职工领略到了楷模的风采和道德的力量。截至目前,共收到推荐道德模范、学习道德模范、争做道德模范的热潮。据了解,汉阴县各学校把开展道德模范暨汉阴好人推荐评选活动作为加强公民道德建设的有效抓手,发现和挖掘先进典型,用身边的道德模范暨汉

旬阳市城关实验学校举行线上家庭教育会

本报讯(通讯员 张宁)日前,旬阳市城关实验学校举行线上家庭教育会。

会议就“双减”背景下如何减负提质增效,如何落实学生的作业管理、睡眠管理、手机管理、课外读物管理、健康管理和各位家长作了分享交流。

在家庭教育方面,学校倡议各位家长给孩子树立良好的榜样示范作用,多陪伴,引导学生看书、学习,给学生

营造良好的学习环境;督促学生完成家庭作业、留意老师安排的任务和作业,检查学生完成情况,指导学生力所能及的家务劳动;积极学习《家庭教育促进法》,落实家庭责任;在家校沟通方面多与班主任、代课教师交流探讨。

此次线上家庭教育会,不仅开启了学校与家庭、老师与家长新型沟通模式,也促进了家长对学校工作的支持,进一步推进了家校共育落地实施。