

书香以伴，以书为友

汉滨区果园小学六年级(五)班 周子涵

手持一卷,于书海泛舟。品千古美文,赏天地精华,叹悲欢离合,尝酸甜苦辣。以名为友,邀我书海一游,用沉沉墨香动我心魄。

忆往昔,我曾于牙牙学语之时初入书海,甚觉新奇,便撷起绘本,用拼音凑起一个故事。念曾经,是上小学之后与书为友,是二三年级的童话与神话,是寓言与连环画,至四五年级,我已至书海之中心,喜欢上了历史古籍。

斑驳树影映照在院墙,破碎的阳光星星点点,清风缕缕过,吹起了书角,拂掉了陈年往事,灰尘飘散,散去了昔日沧桑。渐渐,我开始阅读古今中外经典文学小说。捡不起地上的六便士,赶不走罗生门上的鸦群,追不回童年的一声迅哥儿,要不回被宪兵抓走的车。世人皆云小说是水中月,镜中花,虚幻而不可捉摸。而我宁肯去捞水中月,去抚镜中花,明知有假却仍然愿意。

在茫茫书海之中,我曾梦回大唐,遇一白衣翩翩墨客,绣口一吐便是半个盛唐,温一壶往事消愁,自言是酒中仙;我曾梦回三国,遇一羽扇纶巾老臣,鞠躬尽瘁,死而后已,摇一下羽扇出谋,指挥如意谈笑中,我曾梦回两宋,遇一文韬武略将军,守复失地,声震河朔,舞一把长枪建功,驾长车踏破

你好,香溪洞!

汉滨区果园小学四年级(9)班 岳梓星

星期天早晨,爸爸妈妈带我去香溪洞游玩。

爸爸开着车一路向南,沿着通往香溪洞景区的公路行驶,不一会儿就到了香溪洞“三天门”的停车场。

一进入景区大门,我们就被淹没绿色的海洋里。漫步在长长的林荫道上,我看见道路两边都是大树。一棵棵茂盛葱郁的大树挺立在道路两旁。这些树有些已经有400多岁了,苍劲、古朴、高大,我必须仰起头才能看见树顶。这些树密密匝匝,浓密的枝叶把天空几乎都遮挡住了,连阳光都只能在道路上洒下斑驳的阴影。在这片绿色的海洋中行走,我仿佛大海里的一条小鱼儿。

没走多远,我就看到了一座洞窟,洞窟里有一尊塑像。听爸爸说,香溪洞这样的山洞还有很多,相传八仙当年曾在岩壁上开凿了这些洞窟。

跨过一座石拱桥,我们就来到了天梯脚下。这天梯可真高啊!我就算扬起头也看不到天梯的全貌;这天梯可真陡

啊!像是从天上垂下来的一条石阶;这天梯可真险啊!看着就让人心惊胆战。我鼓起勇气和爸爸比赛爬天梯。

起初,我爬得轻松,还没有爬到一半,我已经上气不接下气,心跳得很厉害,好像要从嗓子眼儿蹦出来似的,我索性一屁股坐在石阶上,心里打起了退堂鼓。可是爸爸却一点儿也不由着我,他一边爬,一边喘着粗气,还一边鼓励我。在爸爸的鼓励下,我又重拾信心,一会儿手脚并用,一会儿抓着天梯两侧的铁链,奋力向上爬。

终于,我爬到了天梯顶部。一阵风吹来,带来了树林清新的味道,带来了山间泥土的芬芳,带来了红嘴蓝雀的歌唱声,也吹散了我的疲倦。这里远远近近、高高低低都是树,风吹过,漫山遍野的树木都在歌唱。

我禁不住大声喊:“香——溪——洞,你——好——”

香溪洞因为树木茂盛,空气清新,所以他被安康人称为“天然氧吧”。它以绿色之美吸引着许多外地游客。我是安康娃,我为我们的香溪洞自豪。

(指导老师:成仙仙)

贺兰山缺。青灯黄卷之下,我看见了层峦叠翠,上出重霄,目睹了秋风萧瑟,洪波涌起,凝视着芳草鲜美,落英缤纷,窥见了雁字回时,月满西楼。我又于古诗书中心悠悠,乐陶陶。

流云缓移,阳光被碾碎了,钻入每一个罅隙,书半摊着,扉页不再清香,流光打在上面,泛黄的书角微晃。翻阅百次,重读万遍,我也终未明白曹雪芹的“痴癫”,我喜欢凤姐的八面玲珑,也敬佩敢为家人低头的刘姥姥,我喜爱多愁善感的林黛玉,也热爱精明能干的探春,我赞叹平儿温婉,也欣赏晴雯的泼辣,我悲叹着活泼调皮却比黛玉更加身世凄惨的史湘云,也同情懦弱的迎春,惜春的孤高傲世丝毫不令我厌倦,我钟情于各色的她们,哪怕众人不理解,我喜爱她们,因为我理解,正是这些女孩,才让我将《红楼梦》翻了一遍又一遍。最喜欢的书,莫过于红楼,金陵十二钗,谁又善终?

书海之中,我发现了一个琳琅世界,我漫游其中,以书为舟,泛人生之海,良师益友,诠释了书在我心中的地位;我不读祸灾梨,因为它比不上汗青,书籍如一泓清泉,洗净了喧嚣,书籍如一杯香茗,回甘了人生百态。西汉刘向曾曰:“书犹药也,善读之可以医愚。”书海之中,让人浑然忘俗。我手持一卷,于书海泛舟。

前段时间,我们去花卉基地的时候,花朵已经开了不少,一进门我看了看菊花,它千姿百态的,像一个个跳舞的小女孩,又闻了闻它,有一股淡淡的清香,像是喷上了淡淡的香水。

菊花的外表很美丽,但它并不特别艳丽,菊花很朴素,它不像玫瑰那样绚丽多姿,不像荷花那样清雅高洁,也不像牡丹那样雍容华贵,但它不畏严寒,努力生长,在它坚韧之中成就了一片色彩。

过了一会,我们来到了雍容华贵的牡丹旁边,我远远望去它们像是活泼开朗的小姑娘,走近一看原来它们是国色天香的牡丹。一阵微风吹来,清香扑鼻而来。我不禁赞叹起真香呀!在这香气中我仿佛就是一朵牡丹,穿着红艳艳的裙子,像是一团团火焰,香气过后我忘记我不是牡丹,我是在看牡丹。

不知过去了多久,我被粉红的玫瑰吸引,这一朵朵玫瑰可真像一个个贵妇站在那儿晒日光浴。我摸了摸它那娇嫩的皮肤,让我想到如果我能有那娇嫩的皮肤该多好呀!

这就是美好的一天,我看了好多种花,都让我赞不绝口,这美好的一天让我流连忘返。

安康市第一小学三年级(8)班 杨璐瑶

美好的一天

撷英

我家的小仓鼠

安康市第一小学三年级(14)班 陈远熙

我家养着一只小仓鼠,它是上个月爸爸从学校门口给我买回来的。

小仓鼠的样子真可爱。它一身黑白相间的皮毛,像是披了一件绒毛大衣。小小的脑袋上,有着两颗像黑宝石一样的眼睛。因为它太胖了,所以看上去就像没有脖子一样,肚子鼓鼓囊囊的,也不知道都装了些什么宝贝。最让人怜惜的是它的四肢,那四肢纤细娇弱,让人担心会支撑不住它那胖乎乎的身体,它的尾巴短小,就像光顾着玩,忘了长出来一样。

自从它到了我们家,就给我带来了许多快乐。每天放学回家,我都要去它的笼子旁边逗它玩儿一会儿。我喜欢给它喂食,它喜欢吃坚果类的食物,别看它嘴巴小,脑袋也小,但它在吃这些坚果时,嘴巴就像小马达一样,“咔嚓咔嚓”速度可快了。吃完了以后,它会去自己的转轮上跑步,一跑就停不下来。为了避免它过劳,我还要不时帮它拆下飞轮,控制它的运动量。

它睡觉的时候也很可爱。睡觉前,它会先把笼子里的木屑先挖一个小坑,然后再钻进去,舒舒服服地入睡。它睡觉的时候,任凭我再怎么逗它,它都不理我,只有醒着的时候才和我玩儿。

虽然养这只小仓鼠给我添了很多麻烦,但我还是很喜欢它。它那么可爱,给我带来那么多的欢乐,我怎能不喜欢它呢?

(指导老师:唐沙沙)

在茶园

安康市第一小学五年级(12)班 李楚立

上个星期天,学校组织我们去平利的茶园开展研学活动。大巴车在通往平利的公路上行驶,道路两边满是碧绿的青山。窗外的景致飞快地向后倒退,像两条流动的、宽广的绿色河流。大家有的在欣赏窗外的美景,有的在车厢内唱着歌,还有的和身边的同学分享着随身携带的零食。车厢内好不热闹,大家好不开心。

不知不觉中,我们到达了目的地。一下车我看到那一片片茶园,在阳光下就像绿色的大海,一株株绿油油的茶树,就像是茶山的守护者。

我们的研学活动,就在这片绿色的海洋上展开。老师告诉我们,研学活动的第一项内容就是学习采茶。说实话,在此之前我压根儿就没有见过采茶,根本不会采茶。老师耐心地手把手教我们采茶,还给我们示范。在老师的指导下,我和同学们试着采茶。

我们按照老师指导的方法,用大拇指和食指捏住茶叶芽尖,手轻轻地往上一揪。这样就得到两片嫩芽。起初,我们都很小心,生怕一不留神就会伤害茶树。慢慢地,我和同学们的技术越来越熟练,手速也越来越快,不一会儿,就采了满满一小篮茶叶。

随后,老师带我们去学习炒茶。我们按照老师的要求先洗手,然后围在炒茶的老师身旁,仔细看着炒茶的每一个步骤和细节。我们还在老师的指导下试着动手炒茶。

品茶,也是我们这次研学活动的一项内容。我小心翼翼地端起一点刚刚出炉的茶叶,把它泡进杯子里,不一会儿,茶叶就在杯中慢慢地舒展开来。杯中的水,透明中泛着淡淡的绿,尝一尝,虽然有点苦,但苦中带着一种独特的清香。

一次短暂的研学活动,胜过我读很多书,它增长了我的见识,开阔了我的眼界,激发了我对茶文化的极大兴趣,让我受益匪浅。

(指导老师:刘小飞)



汉滨区开展艺术类校外培训机构联合检查

本报讯(通讯员 惠静宜 胡娟)为全力营造安全、健康、稳定的艺术类校外培训环境,近日,汉滨区文化和旅游局、汉滨公安分局、区消防救援大队等部门对辖区艺术类校外培训机构进行检查。

检查从办学硬件、安全管理、办学资质、培训时间、培训行为、信息公示、收(退)费行为以及培训合同9个核心方面对74家艺术类校外培训机构进行一次“体检式”检查。同时针对培训机构内的安全工作、创文工作进行全面检查。对实地检查中发现的问题进行现场交办,下达整改清单。

对亲子关系内耗说“不”

史璇

宁静透明的湖泊,一望无际的草原,巍峨耸立的雪山……读完《我的阿勒泰》,那片遥远而又纯净的土地在我眼前徐徐展开,使我浸润其中,而书中关于生活、情感的细腻描绘,也让我情不自禁地联想到亲子关系这个永恒的话题。

李娟笔下的这片土地,不仅有着淳朴的风土人情,也有着细腻温暖的亲情。调皮的祖母,豁达的母亲,就这样在平淡而又细腻的文字中为人所知,拨弄着人们那道名为温情的心弦,也引发出我的无限感慨。在很多亲子关系中,内耗往往不知不觉地侵蚀着彼此的情感与精力。我们时常看到父母与孩子之间因为期望不一致而相互拉扯,因为沟通不畅而心生误解,因为过度担忧而焦虑不安。于是,一层又一层厚重的迷雾将这层亲密关系笼罩起来,外面的人想不明白,里面的人看不真切。

放眼当下,“内卷式教育”热度居高不下,亲子关系内耗也日益严重。在城市生活的繁华背后,是快节奏的忙碌生活,更是内卷焦虑的迅速扩散。而在《我的阿勒泰》这本书中,阿勒泰的广阔与宁静被展现在世人眼前,让我明白,其实只要有一颗松弛的心,无论身处何地,亲子关系其实也可以如同那片天地一样纯粹而自然,而我们也终将在繁华的都市生活中,成功找到那片属于

自己的“阿勒泰”。

拒绝内耗,需要我们放下过高的期望,尊重个人选择。每个孩子都是独特的个体,不能用统一的标准去衡量和要求。就像阿勒泰的每一座山,每一条河都有自己的姿态,孩子也有他们自己的成长节奏和道路。就像阿勒泰草原上每一颗小草都有野蛮生长的机会,孩子们也应该有自己的成长空间。与其用自己的焦虑和期待拼命鸡娃,毁掉孩子的快乐和对自我的接纳,不如放下焦虑,把对孩子的期待停留在祝福的层面上。如果孩子出类拔萃,那就天高任鸟飞,如果孩子是平庸之辈,那就承欢膝下。

有效沟通交流是维系亲子关系的重要纽带,也是拒绝内耗的关键所在。有的父母喜欢用自己的标准和期待衡量孩子是否过得好:有没有考上名校,有没有升职加薪,有没有觉得良人……很少有父母能够走进孩子内心了解孩子真实感受和想法,并且能够轻松地告诉孩子:你成功也好,普通也好,只要你内心安定快乐,就很好了。不要让沉默和猜测成为亲子关系之间的常态,要像书中对自然万物的细致感受一样,用心去倾听孩子的心声,坦诚地表达自己的想法和感受。只有打开心扉,才能让爱顺畅地流淌,减少不必要的纠结和矛盾。学会理解信任,不仅可以消除亲子关系内

耗,还可以挖掘孩子的内在潜力,磨炼孩子的韧性。相信孩子有面对困难和挫折的能力,而不是过度保护和担忧。在作家李娟笔下的这家小卖部里,她面临着来自大自然的威胁,也面临着不少生活交通方面的不便,在母亲“放养”的教育方式之下,李娟也并没有被生活击败,而是在这样艰苦而又充实的生活中一步步走向成长,最终锤炼出了温柔而又坚定的强大精神内核。亲子之间也应如此,相信孩子内在的潜力和韧性,放手让他们去经历,去成长。

拒绝亲子关系中的内耗,就是让爱回归简单与纯粹,就如阿勒泰那澄澈的天空一般。让我们以更加平和、理解和包容的心态去对待亲子关系,为孩子和自己创造一个更加健康、和谐的情感环境,让彼此都能在这份关系中自由地呼吸、快乐地成长。当我们不再被内耗所困扰,亲子之爱将会如阿勒泰的澄澈天空一般,闪烁出明亮的光芒,而亲子关系也会同牧场的广袤旷野一样,绽放出盛大的花朵。

希望我们都能从《我的阿勒泰》中汲取那份宁静与力量,在亲子关系中勇敢地对内耗说“不”,也希望我们每个人都能够怀揣着一颗松弛而又细腻的心,找到真正属于我们的那片“阿勒泰”!

5月17日,走进白河县阳光学校手工课教室,只见孩子们在老师的带领下围坐在桌子四周,全神贯注地进行着手工艺术的编织,有的缠线,有的粘胶……大家互相配合,感受着手工制作带来的喜悦。

一朵朵绚丽的花朵,一个个精致的篮子,如果不是亲眼所见,很难相信,这些手工艺术品都是来自一群特殊儿童之手。

从去年9月开始,该校开设了“阳光社团”,通过让学生学习一系列手工课程,锻炼他们的手工技法,为他们提供了一个实现独立自强梦想的舞台。“上手工课能学到很多知识和技巧,我特别喜欢上这样的课,妈妈看到我的作品也非常高兴。”学生缪远翰开心地说。

据了解,该校位于构钊镇凉水村,有在校生54名,教师14名,学校秉承“让每个生命都有尊严地活着”的办学理念,用实际行动践行着“每天进步一点点,活出自己最好的模样”的办学目标,开设包括阳光编织、阳光陶吧、阳光农场、阳光花艺为主的系列社团,通过让学生动手,提升他们的手部精细动作、手眼协调、触觉感知、注意力集中等能力,同时也使他们在进入社会后能有一技之长。

然而,看似简单的工序,正常的孩子在很短的时间就可以做好,但对于这些特殊的孩子来说,过程却异常艰难。“平时我们在教学生编织的时候,让他们把绳子从隔一根铁丝中间进行编织,然后再用力拉紧,可是他们很难记住中间要隔一根铁丝,有的隔两根,有的就在两个铁丝间回穿,总是忘记用力拉一下,再过一会儿去检查的时候就是松松垮垮的,又要拆掉重新编织。”该校阳光系列社团指导教师张晓飞说。

刚开始学习的时候,这群孩子因为手指灵活性比较差,动作也比较僵硬,所以效率就明显比正常的孩子慢很多。为了尽可能地提高手工制作的效率,老师们会根据孩子的爱好及能力,给他们分配不同的任务,有的缠线,有的扎花瓣,最后的收尾工作由老师协同完成。经过大半年时间的探索学习,学生们的动手能力都有了非常明显的进步,手指协调性也越来越好。

随着孩子们学习的不断深入,指导老师也在有意识地激发他们的创作意识。从一开始只能跟着老师模仿,到现在也可以添加一些自己的想法,做出来的作品也都很好。每当学生们完成一件作品,老师们都将成品摆放在教室后面的柜子上,以此留下孩子们成长的印记。经过大半年的积累,原本空空如也的教室现在被装饰得满满当当,曾经封闭内向的孩子们,在一件件手工作品中找到信心,感受到自我的价值。

“我明显地感受到孩子比以前更加活泼自信,尤其是当他拿着亲手制作的手工作品给我欣赏时,我深切地感受到他满满的成就感,作为家长特别欣慰。”家长吴敏说。

为了提高孩子们的积极性,学校还积极联合爱心企业,搭建义卖平台,帮孩子售卖手工作品。“学校将进一步完善‘阳光系列社团’的课程设置,增加作品种类,如手提包制作、多肉制作等,让学生掌握更多的手工技能,学到一技之长,使他们能更好地融入社会,实现自身价值。同时也将不断探索阳光义卖新渠道,积极筹备网店,进行线上线下售卖,不断壮大‘阳光社团’,促进社团长期稳定发展。”该校副校长赵家星说。

市一小扎实开展劳动教育月活动

本报讯(通讯员 马晓妮)为丰富劳动实践活动,增强学生劳动意识,提升学生劳动技能,安康市第一小学教育集团将5月确定为“劳动教育月”,开展以“体验劳动乐趣 践行工匠精神”为主题的系列活动。本次“劳动教育月”主要有四大板块,分为家庭劳动周、校园劳动周、服务劳动周和技能展示周。

“五一”假期为家庭劳动周,学校确定“清洁卫生小达人”“烹饪营养小达人”“种植养护小达人”3项劳动内容。家长变身监督员和指导员,督促学生高质量完成劳动内容,孩子们成为假期家庭劳动的主角,家家户户都是他们忙碌的身影。客厅里,“小整理师”们打扫卫生,用废旧饮料瓶制作花

瓶、种植大蒜、韭菜等植物,成为装扮生活的高手;厨房里,小厨师们烹饪出黄瓜炒鸡蛋、土豆烧牛肉等家常菜……

校园劳动周里学生成为校园的小主人,一、二年级学习整理书包、储物柜,三、四年级学习物品分类摆放、图书归类整理,五、六年级学习巩固扫地、拖地及劳动工具归纳整理等技能。各班还利用班会课开展班级劳动大比拼,校园里洋溢着劳动的快乐。

据悉,该校“劳动教育月”将持续到本月底,还将通过服务劳动周和技能展示周,开展种植体验、志愿服务、技能展示等丰富多彩的实践活动,让学生在劳动中收获成长,实现德智体美劳全面发展。

「阳光社团」让每一个特殊儿童向阳成长

通讯员 郎海侠 李靖