

撷英

我的心儿怦怦跳

汉滨小学四年级(6)班 郑博文

平时,下了延时课都是爸爸或妈妈在校门口接我。可是那一天,爸爸妈妈临时都有事,不能来接我,让我自己走回家。也就是在那一次,我独自走夜路回家,吓得我的小心脏“怦怦”直跳。

自从接到妈妈让我独自回家的电话后,我心里就一直很紧张,因为这是我第一次走夜路。

下了延时课,天已经完全黑了,望着同学们跟自己家长纷纷离去的背影,我抬头看看漆黑的夜空,只能硬着头皮往家走。

一开始,我并不是很害怕,因为人行道上的人行多。渐渐地,离家越来越远,人行道上的行人越来越稀疏。我的心里陡然一紧。

为了给自己壮胆儿,我故意把脚步声踩得非常响,即使这样我还是觉得害怕,总感觉身后有个坏人跟着我,我赶紧放快脚步跑起来。谁料,身后那“坏人”也跑了起来;我放慢脚步,那“坏人”也放慢脚步;我停下,那“坏人”也跟

着停下来。把我冷汗都吓出来了,赶紧猛一回头,身后却是空空如也。

我又用唱歌为自己壮胆儿,但由于内心恐惧,唱出来的歌都跑调了,简直比哭还难听。这一下我慌了,感觉自己的心脏里好像有十几只小兔子在疯狂地跳,我的心好像被一双无形的大手推到嗓子眼儿。

一阵北风吹来,我打了一个激灵,感觉我的头发都竖了起来。我一路狂奔,我的耳畔,只有风吹过的呼呼声。

终于,我看到我们小区保安室里散发出来的灯光。那缕灯光,就像冬日里的太阳,让我倍感温暖。直到和保安叔叔打过招呼后,我紧张的心情才放松下来。松开了紧握的拳头,才发现手心湿漉漉的。

第一次走夜路,真把我吓得轻。

(指导老师:赵小琳)

在我家,最美的房间是厨房。它的美,堪比音乐厅。

可不是吗?妈妈打开水龙头的时候,它会发出“哗啦啦”的声音,这是水龙头在唱歌。妈妈把菜倒进热油锅里,瞬间会发出“滋滋”的声音。原来,热油锅也会唱歌。

咦?是什么在发出“嚓、嚓、嚓、嚓”的声音?哦,是妈妈在切萝卜,原来刀切萝卜也是一首歌。

厨房是个音乐厅

安康市第一小学三年级(12)班 王绎楠

是什么发出了“滋滋”的声音,哦,是爸爸在煎鸡蛋啊!煎鸡蛋也会唱歌。

妈妈打鸡蛋的时候,筷子和碗和鸡蛋,也会“咕咕咕”合奏呢。

每次,妈妈煲汤的时候,汤锅里总会发出“咕嘟咕嘟”的男声小合唱。

米饭煮熟的时候,电饭煲会唱起轻快的“叮铃铃”歌,提醒主人米饭煮好了。

要开饭了,我从橱柜里取出来的碗儿、盆

儿、盘子,它们会发出“叮叮当当”的声音,它们都是歌手。

我家的厨房简直就像一个小小的音乐厅,每一种食材都会唱歌,盘儿啦,碗儿啦,也是歌手,就连铲子、勺子、筷子,也都是舞者。

我的妈妈就是这个音乐厅的大导演。这个小小音乐厅,让我的听觉、视觉、味觉、嗅觉、触觉,都感受到了美的享受。

(指导老师:吴远清)

跳大绳吸引了我

安康市第一小学四年级(11)班 王子涵

大绳,那该多好!

机会真的来了。周三的体育课上高老师说,要教我们跳大绳,我们开心得一蹦三尺高。

高老师安排我去办公室拿一条大绳来。当我看到那条大绳时,兴奋得像是要过大年似的。

我们终于也要学习跳大绳啦!高老师选我和王肃然摇绳,并传授我们摇绳的方法和技巧。高老师给我示范了一遍后,我们就开始练习。

看起来简单的摇绳,其实一点也不简单。两个人在摇绳的时候,既要保证同步统一,还要保持摇绳速度适中。刚开始摇绳,我们配合的不怎么默契,后来在高老师耐心地指导下,经过反复练习,我们配合得很默契。

后来,高老师换了另外两个同学来摇绳,他要教我和王肃然跳绳。这是我第一次跳大绳,说真的心里还是有点害怕,我害怕自己掌握不好节奏被绳子绊倒,又害怕自己乱了节奏被绳子打到脸。高老师一边耐心地给我们讲技巧,一边鼓励我们俩大胆跳。就这样,我和王肃然都成功的跳了几轮。

这以后,我们经常在大操场跳大绳。如今,我和同学们跳大绳能够跳出多种花样来,我们有时候喊着号子跳,有时候唱着歌谣跳,有时候是单跳,有时候集体跳。

跳大绳锻炼了我们的快速反应能力,增强了我们的体质,还丰富了我们的课余生活。每次跳大绳,我们都很开心。

(指导老师:袁志丹)

“研”有所思 “学”有所获

镇坪县城关小学六年级(5)班 栗欣蓉

我未来的学习和生活产生深远的影响。回顾整个研学过程,我深感自己不仅在知识上得到了提升,更在心灵得到了成长。我学会了独立思考、勇于探索,也学会了珍惜团队的力量,感恩他人的帮助。这些宝贵的经历与感悟,将激励我在未来的道路上不断前行,追求更加美好的人生。

总之,此次研学活动是一次难忘的经历,它让我收获了知识、锻炼了能力,更领悟了人生的真谛。我相信,在未来的日子里,我会将这份宝贵的经历与感悟,化作前进的动力,不断追求更加卓越的自己。

此次研学活动还让我深刻体会到团队合作的重要性。在小组讨论中,我们各抒己见,共同探讨问题的解决方案。通过思想的碰撞与交流,我不仅拓宽了视野,还学会了如何更好地与他人沟通与协作。这种团队合作精神,将对

过往的辉煌与沧桑。我轻轻触摸,试图从指间传递的温度捕捉一丝历史的余温,让那份厚重感在心底沉淀,成为滋养我思想的沃土。

走进科学的殿堂,实验室里的每一次实验,都像是与自然界的秘密进行一场场对话。数据的跳动,反应的变化,让我激动不已,使我感受到科学的博大精深,每一项创新都让我大开眼界,对未来充满无限的理想。

据了解,该校的“国防书屋”图书角是学校深入普及国防教育的创新举措,由武警陕西总队出资建成。学校对原有建筑格局进行合理改造后,分别在主教学楼二至四层走廊拐角处共拓展出约80平方米的空间,内容涵盖党史军史、军事常识、兵器知识、法律法

规、科普知识等国防教育类书籍100余册,设置舒适的卡座供学生休息,为师生提供国防教育、军事研究资源以及阅读类服务,特色鲜明,并定期更新,供全体师生免费阅读。

每到课余时间,同学们便可以走出教室,在“国防书屋”图书角选择一处舒适的位置,挑选一本喜欢的书籍,尽情徜徉于知识的海洋。其中,武警陕西总队购置的一批少儿国防科普、红色故事绘本最受同学们喜爱,因翻阅次数较多,有些书边已微微破损,书角卷起,该校图书管理员正耐心修补。

“书屋收藏了很多关于武器装备介绍和红色文化的书籍,侧面的展柜上还有精美的武器装备模型,在这里看书真过瘾。”该校五年级的一名同学正与同伴兴奋地分享着“国防书屋”带来的种种幸福。

小书屋连着大国防。该校将打造常态化国防教育的新载体,发挥各类国防教育阵地作用,创新活动形式,寓教于乐,以师生喜闻乐见的形式,组织开展国防知识竞赛、红色观影、国防主题活动、手抄报展等活动,扩大新时代国防教育的覆盖面,全力擦亮红色教育底色,让国防意识在广大师生心中落地生根,为实现中国梦强军梦凝聚强大力量。

在孝义故事演讲比赛中,学生们纷纷登台,用真挚的情感和生动的语言讲述着一个关于孝顺、感恩和爱的故事。有的讲述自己与父母之间的温馨瞬间,有的分享身边人的孝行事迹,还有的则是分享对孝义文化的深刻理解和感悟。这些故事,如同一股股清泉,滋润着在场每一个人的心田。

学校还举办了孝义文化手抄报展览,学生们用五彩斑斓的画笔和巧妙的构思,将孝义文化的精髓呈现在一张张手抄报上。这些作品不仅展示了学生的艺术才华,更传递了孝义文化的正能量,让孝义之花在校园内绽放得更加灿烂。

作为此次活动的一大亮点,“孝义回家行动”鼓励学生将孝义文化带回家,用实际行动表达对父母的感激和爱。学生们积极响应,回家后纷纷为父母洗脚、做饭,用最简单却最真挚的方式传递着孝义之情。这一行动不仅加深了学生对孝义文化的理解和认同,更在家庭中营造了温馨和谐的氛围,让孝义之花在学生心中生根发芽,同时也让家长们感受到孩子的成长和变化。

活动尾声,学校对积极参与并表现突出的学生进行表彰,并鼓励他们将继续将孝义文化内化于心、外化于行,成为传播孝义文化的使者。该校负责人说:“孝义文化是中华民族宝贵财富,我们要将它传承下去,让孝义之花在校园内持久绽放。希望每一位同学都能成为孝顺父母、关爱他人、勇于担当的新时代好少年。”

王庭德读书会走进旬阳市段家河初级中学,王庭德为师生们讲述了自己的创作初衷及多年写作的心得体会,以及追逐梦想的艰辛历程。活动现场,学生们纷纷为王庭德自强不息的精神点赞,表示要学习王庭德身上坚忍不拔的精神,好好学习,追逐逐

自己的梦想,不负韶华。本次捐赠活动由安康秦秦小镇餐饮有限公司发起,旨在将励志图书送到青少年学生手中,助力他们挑战命运,成长进步。

王庭德读书分享会走进段家河初级中学

本报(通讯员 曹廷斌 肖正银)

近日,王庭德读书会走进旬阳市段家河初级中学举办爱心图书捐赠暨读书分享会。

捐赠现场,王庭德为师生们讲述

了自己在创作初衷及多年写作的心得体会,以及追逐梦想的艰辛历程。活动现场,学生们纷纷为王庭德自强不息的精神点赞,表示要学习王庭德身上坚忍不拔的精神,好好学习,追逐逐

自己的梦想,不负韶华。本次捐赠活动由安康秦秦小镇餐饮有限公司发起,旨在将励志图书送到青少年学生手中,助力他们挑战命运,成长进步。

自己的梦想,不负韶华。

我们和恐龙有个约定

安康市第一小学高新校区六年级(8)班 马熙妍

这一天,我多年的梦想实现了。我和几个同学穿越回6500万年前的白垩纪时代寻找恐龙。我们是带着使命去的,希望能把恐龙带到我们的时代,希望它们能把我们的生活的环境,变成那个时代的环境。

我们坐上时光机,穿梭在长长的时空隧道里,四周一片苍茫。也不知过了多久,我们发现,时光机的窗外出现了一抹又一抹绿色,绿色的范围渐渐变大,绿意也渐渐变浓。

“叮——”的一声,时光机的显示屏显示我们已经到达指定时代。我们成功穿越到白垩纪时代,这是多让人激动的事情啊!

时光机停在一片开阔而又宽阔的河谷。我们的眼前是一片绿色的海洋,这里远远近近、高高低低都是树,都是古老的参天大树。这些树有的高耸入云,有的遮天蔽日,还有的粗壮无比。我们甚至都叫不出它们的名字。河谷里,溪流淙淙,青草萋萋,远古的风,送来空气中甜润的味道和原始的气息。

湛蓝的天空,像是一只硕大深邃的蓝眼睛,注视着大地。这里树上的鸟儿、地上的小动物,空中的

昆虫,都是我们没有见过的。就是在这里,我们与一群恐龙邂逅啦!

一群长尾巴、长脖子、大个头的恐龙,看见了我们又蹦又跳,还冲着我们说着它们的话语。

班长赶紧从背包中取出了“同声翻译器”。这台翻译器能跨越动物与人的物种障碍,进行同声互译。

我们通过这台翻译器,和恐龙进行了亲切友好的沟通和交流。我们把这次穿越来自白垩纪时代的使命告诉了恐龙们,想不到恐龙首领居然友好地答应了我们的请求。

通过这台翻译器,我们还了解了恐龙家族的种类、生活习性。有几个胆大的男生,甚至还摸了恐龙的长尾巴。这让我们增长了很多见识,更让我们对于改变我们生活的环境充满信心。

在时光机的提醒下,我们该返程了。我们约定,在合适的时间,正式邀请恐龙们穿越到我们的时代,帮助我们地球上的生态环境变成它们的那种环境。

返回到当下,我们都一直记着我们对恐龙的那个约定。

(指导老师:郑宇卿)

净化未成年人成长环境。创建未成年人成长绿色环境。在重要时间节点开展“护苗2024”“断烟卡”“社会文化环境专项整治”等联合检查行动11次,检查文化场所126家次,查扣违禁书籍42册,有效净化文化环境。构建未成年人友好型网络环境。对全县65个重点属地网站、新媒体账号进行信息备案,24小时监测涉未成年人网上舆情,在陕新闻网、爱宁APP等新媒体平台刊发转载“涉未成年人网络乱象‘改头换面’需引起关注”“用法筑牢未成年人网络保护坚实屏障”等稿件文章30余篇,全方位构筑绿色网络环境。健全儿童社会救助体系。通过“一卡通”每月按时足额兑付困境儿童基本生活补贴,实现“应保尽保”,全县151名留守儿童、20名事实无人抚养儿童和11名社会散居孤儿得到良好监护;依托未保站、“妇女儿童之家”、儿童主任等力量将全县儿童全部登记在册,数据信息准确录入全国儿童福利信息系统;残疾儿童入学率100%,全县所有残疾学生享受公平教育有保障。

“净”字兜底,织密未成年人成长“关爱网”。紧盯重点领域、关键行业,狠抓稳打,坚决遏制不良风气滋生,持续

净化未成年人成长环境。创建未成年人成长绿色环境。在重要时间节点开展“护苗2024”“断烟卡”“社会文化环境专项整治”等联合检查行动11次,检查文化场所126家次,查扣违禁书籍42册,有效净化文化环境。构建未成年人友好型网络环境。对全县65个重点属地网站、新媒体账号进行信息备案,24小时监测涉未成年人网上舆情,在陕新闻网、爱宁APP等新媒体平台刊发转载“涉未成年人网络乱象‘改头换面’需引起关注”“用法筑牢未成年人网络保护坚实屏障”等稿件文章30余篇,全方位构筑绿色网络环境。健全儿童社会救助体系。通过“一卡通”每月按时足额兑付困境儿童基本生活补贴,实现“应保尽保”,全县151名留守儿童、20名事实无人抚养儿童和11名社会散居孤儿得到良好监护;依托未保站、“妇女儿童之家”、儿童主任等力量将全县儿童全部登记在册,数据信息准确录入全国儿童福利信息系统;残疾儿童入学率100%,全县所有残疾学生享受公平教育有保障。

宁陕:构建未成年人健康成长新生态

通讯员 何妙

近年来,宁陕县始终坚持立德树人的根本任务,聚焦培养可堪大任时代新人的工作目标,多措并举、协同发力,全方位构建未成年人健康成长新生态。

“德”字当头,夯实未成年人成材“基本盘”。坚持立德树人、德育为先,不断完善德育工作体系,提升德育工作水平。以教育明德;发挥乡村少年宫辐射引领作用,持续开展“扣好人生第一粒扣子”等系列主题教育,依托江口烈士陵园爱国主义教育基地,开展爱国主义主题教育,引导未成年人坚定理想信念,厚植家国情怀;以竞赛培德;开展“童心向党颂党恩 孝义善举代代传”红歌咏比赛、“孝义善举”主题演讲比赛、“红领巾爱祖国、爱家乡”讲解员大赛等系列活

动,弘扬孝义文化,争当孝义少年。以榜样树德;将“学习身边榜样”活动作为未成年人教育的重要抓手,参与省、市“新时代好少年”推荐评选,开展“赓续雷锋精神”国旗下演讲、争做追“锋”青年等活动,号召未成年人争做全面发展、无私奉献的新时代好少年。

“践”字为本,培养未成年人成为

“多面手”。丰富活动载体,尊重个性发展,促进未成年人德智体美劳全面发展。筑牢心理健康防线;深入开展“五个一”教育活动,即开展一次“心理健康”专题讲座活动,一次“谈心谈话”活动,一次“家长学校”培训活动,一次“生命教育”活动,一次“集体家访”活动,不断提升未成年人心理健康素养。丰富成长活动载体;组织学生飞赴欧洲观看2024年“欧洲杯”,开展田径运动会、体育艺术节、“环保出行 快乐远足”春游等活动,开展歌咏比赛、书画美术大赛等文艺活动,组织学生参与市级学生信息素养提升实践活动、中小学生学习评价征集活动等,丰富未成年人课余生活。强化劳动技能提升;利用本土资源优势,多次组织学生到察沟劳动教育基地体验农耕劳作,开展“相约诗画田园,体验农耕文化”主题研学活动,让学生亲身感受乡村振兴和农事劳作,引导学生崇尚劳动、尊重劳动。

“净”字兜底,织密未成年人成长“关爱网”。紧盯重点领域、关键行业,狠抓稳打,坚决遏制不良风气滋生,持续

净化未成年人成长环境。创建未成年人成长绿色环境。在重要时间节点开展“护苗2024”“断烟卡”“社会文化环境专项整治”等联合检查行动11次,检查文化场所126家次,查扣违禁书籍42册,有效净化文化环境。构建未成年人友好型网络环境。对全县65个重点属地网站、新媒体账号进行信息备案,24小时监测涉未成年人网上舆情,在陕新闻网、爱宁APP等新媒体平台刊发转载“涉未成年人网络乱象‘改头换面’需引起关注”“用法筑牢未成年人网络保护坚实屏障”等稿件文章30余篇,全方位构筑绿色网络环境。健全儿童社会救助体系。通过“一卡通”每月按时足额兑付困境儿童基本生活补贴,实现“应保尽保”,全县151名留守儿童、20名事实无人抚养儿童和11名社会散居孤儿得到良好监护;依托未保站、“妇女儿童之家”、儿童主任等力量将全县儿童全部登记在册,数据信息准确录入全国儿童福利信息系统;残疾儿童入学率100%,全县所有残疾学生享受公平教育有保障。

“净”字兜底,织密未成年人成长“关爱网”。紧盯重点领域、关键行业,狠抓稳打,坚决遏制不良风气滋生,持续

净化未成年人成长环境。创建未成年人成长绿色环境。在重要时间节点开展“护苗2024”“断烟卡”“社会文化环境专项整治”等联合检查行动11次,检查文化场所126家次,查扣违禁书籍42册,有效净化文化环境。构建未成年人友好型网络环境。对全县65个重点属地网站、新媒体账号进行信息备案,24小时监测涉未成年人网上舆情,在陕新闻网、爱宁APP等新媒体平台刊发转载“涉未成年人网络乱象‘改头换面’需引起关注”“用法筑牢未成年人网络保护坚实屏障”等稿件文章30余篇,全方位构筑绿色网络环境。健全儿童社会救助体系。通过“一卡通”每月按时足额兑付困境儿童基本生活补贴,实现“应保尽保”,全县151名留守儿童、20名事实无人抚养儿童和11名社会散居孤儿得到良好监护;依托未保站、“妇女儿童之家”、儿童主任等力量将全县儿童全部登记在册,数据信息准确录入全国儿童福利信息系统;残疾儿童入学率100%,全县所有残疾学生享受公平教育有保障。

“净”字兜底,织密未成年人成长“关爱网”。紧盯重点领域、关键行业,狠抓稳打,坚决遏制不良风气滋生,持续

净化未成年人成长环境。创建未成年人成长绿色环境。在重要时间节点开展“护苗2024”“断烟卡”“社会文化环境专项整治”等联合检查行动11次,检查文化场所126家次,查扣违禁书籍42册,有效净化文化环境。构建未成年人友好型网络环境。对全县65个重点属地网站、新媒体账号进行信息备案,24小时监测涉未成年人网上舆情,在陕新闻网、爱宁APP等新媒体平台刊发转载“涉未成年人网络乱象‘改头换面’需引起关注”“用法筑牢未成年人网络保护坚实屏障”等稿件文章30余篇,全方位构筑绿色网络环境。健全儿童社会救助体系。通过“一卡通”每月按时足额兑付困境儿童基本生活补贴,实现“应保尽保”,全县151名留守儿童、20名事实无人抚养儿童和11名社会散居孤儿得到良好监护;依托未保站、“妇女儿童之家”、儿童主任等力量将全县儿童全部登记在册,数据信息准确录入全国儿童福利信息系统;残疾儿童入学率100%,全县所有残疾学生享受公平教育有保障。

“净”字兜底,织密未成年人成长“关爱网”。紧盯重点领域、关键行业,狠抓稳打,坚决遏制不良风气滋生,持续

净化未成年人成长环境。创建未成年人成长绿色环境。在重要时间节点开展“护苗2024”“断烟卡”“社会文化环境专项整治”等联合检查行动11次,检查文化场所126家次,查扣违禁书籍42册,有效净化文化环境。构建未成年人友好型网络环境。对全县65个重点属地网站、新媒体账号进行信息备案,24小时监测涉未成年人网上舆情,在陕新闻网、爱宁APP等新媒体平台刊发转载“涉未成年人网络乱象‘改头换面’需引起关注”“用法筑牢未成年人网络保护坚实屏障”等稿件文章30余篇,全方位构筑绿色网络环境。健全儿童社会救助体系。通过“一卡通”每月按时足额兑付困境儿童基本生活补贴,实现“应保尽保”,全县151名留守儿童、20名事实无人抚养儿童和11名社会散居孤儿得到良好监护;依托未保站、“妇女儿童之家”、儿童主任等力量将全县儿童全部登记在册,数据信息准确录入全国儿童福利信息系统;残疾儿童入学率100%,全县所有残疾学生享受公平教育有保障。

“净”字兜底,织密未成年人成长“关爱网”。紧盯重点领域、关键行业,狠抓稳打,坚决遏制不良风气滋生,持续

净化未成年人成长环境。创建未成年人成长绿色环境。在重要时间节点开展“护苗2024”“断烟卡”“社会文化环境专项整治”等联合检查行动11次,检查文化场所126家次,查扣违禁书籍42册,有效净化文化环境。构建未成年人友好型网络环境。对全县65个重点属地网站、新媒体账号进行信息备案,24小时监测涉未成年人网上舆情,在陕新闻网、爱宁APP等新媒体平台刊发转载“涉未成年人网络乱象‘改头换面’需引起关注”“用法筑牢未成年人网络保护坚实屏障”等稿件文章30余篇,全方位构筑绿色网络环境。健全儿童社会救助体系。通过“一卡通”每月按时足额兑付困境儿童基本生活补贴,实现“应保尽保”,全县151名留守儿童、20名事实无人抚养儿童和11名社会散居孤儿得到良好监护;依托未保站、“妇女儿童之家”、儿童主任等力量将全县儿童全部登记在册,数据信息准确录入全国儿童福利信息系统;残疾儿童入学率100%,全县所有残疾学生享受公平教育有保障。

“净”字兜底,织密未成年人成长“关爱网”。紧盯重点领域、关键行业,狠抓稳打,坚决遏制不良风气滋生,持续

平利:“三进三解”护航未成年人健康成长

本报讯(通讯员 张婷)“未成年人保护法主要保护学生的哪些权益?检察机关、学校在贯彻实施未成年人保护法