

充满回忆的诗集

汉滨初级中学初三(18)班 唐子豪

窗外那一缕明媚的阳光，透过玻璃落在桌上摆的那本《唐诗300首》的封面上，我轻轻打开那本诗集，突然回想起儿时的记忆。

刚入幼儿园时，我对唐诗毫无概念，经典名著更是遥不可及。或许是天赋稍逊，总觉得落后同龄人许多，渐渐对学习产生了强烈的抵触情绪。直到那个暑假回到故乡，这段经历却彻底改变了我的生轨迹。

每当夜幕降临，我总是喜欢躺在草地上数着天上的星星。这时，我的姑姑便会在我的身边说：“我来给你讲故事，好不好呀？”我从小就喜欢听故事，便满口答应下来。她给我讲着每个诗人背后的经历与每首诗的

背景，就这样我认识了很多的诗人，比如“诗仙”李白，“诗圣”杜甫，“诗魔”王维等等。光阴如同沙漏中的流沙，悄然从指缝溜走，无论如何挽留也无法停滞。在这无声流淌的年华里我慢慢地长大了。

步入小学，当我再次翻看那本《唐诗300首》，字里行间却溢满了姑姑给我讲故事的画面。随着学业的加重，我与姑姑见面的次数就越来越少了，只能在逢年过节时才能遇见姑姑。姑姑也仿佛变老了，乌黑的头发中夹杂了几根白发，眼角周围也出现了皱纹，或许这就是时光飞逝吧，谁也无法挽留。

去年盛夏成了记忆里煎熬的时光。姑姑一家去海南看海，看海一直

是我的愿望。可正值中考前夕，我不得不待在家中备考复习，连空气里都弥漫着令人窒息的焦灼。可是爸爸却带来了一个坏消息，我的姑姑去世了。爸爸的眼角印着深深的泪痕，这是我第一次见他哭。我将脸埋进枕头，任泪水浸透棉絮。始终想不通，为何姑姑会走得这般突然？直到某刻恍然惊觉，她生前总给我讲文人墨客的轶事，原是怕我输在学识的起跑线，盼我勤勉读书，未来能在世间闯出一片天地。

当我再次翻开那本充满着爱与回忆的诗集时，我好似又看到了姑姑在对我微笑，耳畔仿佛又传来了姑姑讲故事的声音。

致二十年后的自己

安康市第一小学六年级(11)班 唐尔卓

致二十年后的我：

你好！2045年的唐尔卓，我是来自2025年六年级的你，此刻你生活得好吗？

你看过了“落霞与孤鹜齐飞，秋水共长天一色”的美景吗？你做到了“居庙堂之高则忧其民，处江湖之远则忧其君”的理想了吗？不管是顺风顺水，还是困难重重，我想对你说：“一定要保持乐观！”

当你读到这封信的时候，或许你会感到惊讶，这封信欢喜，抑或是被深深触动。但请记住当年你挑灯夜读，最后百尺竿头，更进一步的那些日子。或许，你已改掉曾经“喷着烈火”的暴躁脾气，掌握了更多知识，明识

了更多道理，也观赏了更多风景。不管如何，我相信你一定是个有抱负，有谋略，还英俊潇洒的大人！

“醉里挑灯看剑，梦回吹角连营。”还记得儿时，你嘴里念念有词，手里舞着一把木剑，左摇右晃地学着将军的样子。你现在想来，一定认为很幼稚可笑吧！但你也请记住，保持童真才能快乐哟！

对了，你现在还爱唱歌和朗诵演讲吗？毫不夸张，这方面，现在的我可是实打实的高手。声音磁性醇厚，各种主持，比赛轻松拿捏。高音，中音，低音都游刃有余！你不能半途而废，要更努力，更认真才行！

我想对你说：“困难不可怕，坚持

应对才能战胜它。”这么多年你一定尝遍了人间百味，不要担心和退缩，有我在你身边，就像雪莱说的：“冬天来了，春天还会远吗？”只有经历了黑暗，才会迎来黎明。

你们所处的时代，科技与教育水平必然远超当下，愿你成长为推动社会进步的栋梁之材，秉持无私之心回馈世界。若有朝一日时光穿梭成为现实，盼你能乘着时光机归来，与我共叙往昔！

祝：海到尽头天作岸，山登绝顶我为峰！

二十年前的你

2025年6月16日

提灯的你

汉滨初中七年级(34)班 胡桃毓

夜晚的路上，路灯熄灭，周围顿时漆黑一片。正当我害怕之时，远处亮起了一束光，照耀了我前方的路。那一刻，我知道，黑暗中向我走来的，是救赎的光。

也许命运就是如此爱开玩笑，上一秒还在球场上拼搏的我，下一秒就抱着脚踝痛苦倒在地上，剧烈的疼痛让我一句话也说不出来。我坐在轮椅上等待着诊断报告，一分一秒都十分煎熬。终于医生走了出来，说道：“伤得有点重，恢复不好可能需要手术，以后恐怕不能再打篮球了。”消息犹如晴天霹雳，泪水一下子涌了出来。我的脚打上了厚厚的石膏，大部分时间只能躺在床上。父母爱着花样逗我开心，但我就像泥塑般死气沉沉，毫无反应。

直到有一天，我的发小得知我受伤了从上海回来。她坐在我床边给我讲了许多故事，还亲手给我做了羊肉汤，而我却突然觉得她只是在同情我。我把汤打翻在地，“谁要你同情，回你的上海去，别让我看见你！”我对她恶语相向。她没有说话，转身关上门离开了。看着她出去的背影，我突然意识到是我错了，我不该这样对她。我后悔又懊恼，可就是张不开嘴向她道歉。

正当我苦恼时，她又推门而入，像什么事都没发生过一样，从身后拿出一双球鞋递给我，说：“这是我攒了好久的钱给你买的球鞋，你能不能对我好点？”看着她委屈的样子，我难受极了。我轻声说了句，“抱歉，我刚才没控制好情绪。”她却突然笑了，一把把我抱住说：“我陪你

一起康复，一起努力。”终于，我哭了，把这几天积压的所有委屈发泄了出来。

在她的陪伴下，我慢慢地开始康复。再次去复查时，医生告诉我恢复得很好，可以打一些小强度的比赛了。那天我打了受伤以来第一场比赛，虽有些不便，但感觉非常好。她则在场边为我加油助威，数她的声音最响亮。

走下球场，望着她因激动而泛红的脸颊，那句深藏心底的话终于脱口而出：“谢谢你，提灯的你。”是啊，命运之路常有荆棘暗影，幸而总有啊，责任担当、仁爱感恩的品质，重视体育教育，开足体育课程，落实早上激情跑操、课间眼保健操、晚间接触球类、午后阳光体育运动。组织田径运动会、球类运动会、远足徒步拓展活动等体育活动，培养学生参加体育运动的兴趣和习惯。

我教育，引导他们成为最好的自己。

落实五育并举，为学生精彩绽放提供各种“色素”。品德修养是一个人生命气象的精神底色，安康中学坚持“育人为本，德育为先”的育人策略，将“德育”与“育智”深度融合，为孩子们精彩绽放铺设坚实的精神底色。我们坚持实施主题德育，落实一学期一个德育系列，一周一个德育主题，培养学生政治认同、家国情怀、公民素养、理想信念、健全人格、文化审美、责任担当、仁爱感恩的品质。重视体育教育，开足体育课程，落实早上激情跑操、课间眼保健操、晚间接触球类、午后阳光体育运动。组织田径运动会、球类运动会、远足徒步拓展活动等体育活动，培养学生参加体育运动的兴趣和习惯。

培育健康向上心态，为学生精彩绽放培植强劲“阳光”。心理健康是人的成长最重要的课题，我们通过开设心理健康课程，帮助学生了解心理健康知识，掌握情绪管理、压力应对等技能。定期邀请专家开展心理健康讲座，普及心理知识。定期进行心理测评，做好心理健康摸底工作。设立心理辅导室，配备专业心理咨询师，为学生提供个别辅导，及时发现并干预心理问题，对特异学生给予特别关注和支持。组织团体辅导、拓展训练等活动，增强学生的团队合作和抗压能力。教育，就是用放大镜找优点，用望远镜看未来。尊重每个孩子的差异，实施个性化教育，是白杨，我们让他们高大挺拔；是柳树，我们让他们婀娜多姿；是小草，我们让他们焕发出平凡的绿意。

遵循人的发展规律，为学生精彩绽放搭建科学“阶梯”。教育是一门科学，教育必须按照人的发展规律去办学、去管理、去改革、去发展。遵循“爱心产生奇迹”的师爱育人规律，“绝知此事要躬行”的榜样示范规律，“尽信书不如无书”的独立见解规律，“说你行你就行”的乐观自信规律，“体罚近乎无能”的攻心艺术规律，“读书改变人生”的课外阅读规律，“性格主宰命运”的人格培养规律，“习惯成就未来”的养成规律，“你都是风景”的个性发展规律，“有梦就有希望”的理想信念规律。教育的艺术不在于传授知识，而在于善于启发、诱导、激励和唤醒。



跨越千载的传递。

赠梦至家国境，是民族魂魄的炽热凝聚。林则徐虎门销烟点燃民族尊严火种；詹天佑于燕山险隘铺就京张铁路，将自强之梦赠予沉睡的东方。先贤风范长存，当代青年续写华章——看深中通道90后工程师在伶仃洋筑起跨海集群，将大湾区融合发展的中国赠予时代；观“夸父一号”青年团队将太阳探测的东方智慧，化作赠予人类文明的宇宙礼物。这钢铁巨龙与航天银翼，正是对先贤追梦精神的当代回响，共同奏响跨越时空的壮丽乐章。

圆梦在青春时，需我辈以萤火之光点燃星河。当如航天员群体，将飞天梦想化作“天宫课堂”赠予青少年；当如贵州村超策划团队，将乡土激情升华为赠予全民的体育盛宴。赠梦需躬身实践：执笔记录，《中国青年说》描绘乡村振兴见闻，使田野梦想化为时代强音；投身“银发数字课堂”，将智能生活愿景赠予老龄群体；潜心钻研，“九章三号”团队立足科研一线，将量子之梦赠予未来科技疆场。

梦的赠予是文明的神经网络：从张若虚的闲潭落花到外卖诗人的城市星图，从李白的天姥烟霞到钢铁侠的勇气火种，人类以梦为桥，终使灵魂孤岛连成命运方舟。当我们赠出心梦的露珠，亦在接纳他人馈赠的星光——这循环往复的赠予，正将亿万心梦织就覆盖寰宇的光明经纬。

当子夜独坐静观心梦如露，亦知这晶莹必汇入人类精神的汪洋。青年当以汗青为纸，以赤心为墨，在赠梦征途上让每个星光找到永恒坐标。心梦为桥，终成大道；青春赠予，寰宇同光！

梦的赠予

温馨

可爱的小白兔

平利县城关第三小学二年级(6)班 陈玥颖

要是问我更喜欢什么动物，我会毫不犹豫地说：“当然是小兔啦。”

我家的小白兔浑身雪白，像一团柔软的云朵。最特别的是它那对长长的耳朵，薄得几乎透明，阳光一照，还能清晰看见里面纵横交错的血管，仿佛大自然精心绘制的纹路。红宝石般的眼睛镶嵌在毛茸茸的脸上，滴溜溜地转着，透着机灵劲儿。小巧的三瓣嘴总是一动一动的，再配上绒球似的尾巴，可爱极了！

说起我对它的喜爱，还要从抱它的经历讲起。第一次抱它时，我笨手笨

脚的，吓得它在我的手心里四只小脚乱蹬，挠得我手心痒痒的。那慌乱的模样让我留下了“心理阴影”，好久都不敢再尝试去抱它。又一次将它捧在掌心时，忽然想起兔耳密布毛细血管，鬼使神差般捏住它耳朵悬在半空。那一刻，它像被施了定身咒，一动不动地耷拉着脑袋，眼神里满是委屈。我心疼极了，赶忙轻轻托住它的肚子，将它搂在怀里。这下它才放松下来，毛茸茸的身子贴在我手上，让我忍不住想一直就这样抱着。

小白兔的饮食习惯也十分有趣。

它最爱吃晒干的菜叶子，捧着菜叶大快朵颐时，三瓣嘴快速开合，发出“沙沙”的咀嚼声，眼睛却警惕地望向别处，好像生怕别的兔子来抢食。饮水时，可秀气啦，不像人类那样咕咚咕咚，而是将粉嫩灵巧的舌尖微微探出，有节奏地轻卷水面，那份认真中透出萌态的神情格外惹人怜爱。

这样机灵又可爱的小白兔，谁能不喜欢呢？你是不是也想养一只呀？

(指导老师：余帆)

照片里的我

安康市第一小学六年级(5)班 胡心怡

相处得十分融洽。就在那一刻，我竟有些喜欢这个学校了。

当老师为我们播放六年级的哥哥姐姐离开学校时伤心和不舍的场景时，我想：“六年时间很长，这一刻也极其遥远吧。”这个问题就像一颗种子埋在我的心里，随着时间的推移，这颗种子开始生根、发芽。

就这样，我们一起度过了这“很久很久”的六年，一起笑过，一起哭过，一起扛下风雨，一起重见阳光……很快，这“很久很久的六年”接近了尾声。我

才猛然惊醒，那视频中的哥哥姐姐变成了我们……

看着那张照片，如果能回去，一定会抚摸着那个小女孩的头，温柔地说：“六年不长，就如浮生一梦，好好珍惜这段时光。”

(指导老师：张希)

撷英

安康黄冈实验学校举办校园文化艺术节汇演暨社团风采展

本报讯(通讯员 关富平 杨居平)6月15日,安康黄冈实验学校成功举办第十九届校园文化艺术节文艺汇演暨社团风采展。本次文化艺术节以“绽放青春,共赴艺彩”为主题,近千名学生参加活动。

文艺汇演节目精彩纷呈,有舞蹈

《童年 祖国的花朵》《民族大交融》、歌曲串烧《晴天》《等下一个天亮》、小品《校园囧事》、配乐诗朗诵《强国有我 青春担当》、武术表演《中国功夫》、舞狮表演《男儿当自强》等。铿锵的音乐、热情的舞蹈、精彩的武术、精心演绎的故事……学生们精彩的表

演展现了学校社团活动的丰硕成果。近年来,该校积极传承和弘扬中华优秀传统文化,加强爱国主义教育,不断提高师生文化艺术素养,努力营造积极向上、团结奋进的校园文化风尚,促进学生全面发展,实现立德树人、全面育人的办学目标。



近年来,紫阳县教育局将校园社团活动视为校园文化建设的重要抓手,积极引导各校打造特色社团。活动注重融入思想性、艺术性、知识性和趣味性,有效激发学生参与热情,护航学生健康成长。图为学生正专注练习架子鼓。

彭召伍 摄

让青春在校园精彩绽放

安康中学 朱平

苏格拉底说过:“教育就是把一个人的内心真正引导出来,帮助他成为自己的样子。”我们相信,每个人都可以成为最好的自己,每个人都可以找到属于自己的那束舞台,每个孩子都可以在校园绽放出与众不同的精彩。

创造优质的育人环境,为学生精彩绽放开垦肥沃“土壤”。环境对人的成长有着“浸染”作用,正如墨子所言“染于苍则苍,染于黄则黄。所入者变,其色亦变;五入必而已则为五色矣。故染不可不慎也!”一个人的精神长相和气质,与他读的书、走过的路、看过的景、遇见的人密不可分,与他所处的环境紧密相关。一个人成长的底气和根基大部分来自环境文化的滋养。经过百年风雨岁月的沉淀,安康中学已形成浓厚、颇具特色的校园文化,“民族、理想、荣誉、科学、进步、文明”的校训,“敬业、爱生、教书、育人”的教风,“勤奋、博学、求实、创新”的学风。这种在百年岁月长河中积淀凝聚而成的安中精神,已成为熏陶安中学子最肥沃的养分。

开展丰富多彩的活动,为学生精彩绽放创造广阔“舞台”。给学生一点阳光,学生就会灿烂,给学生一个展示的机会,他就会向世界绽放出意想不到的光芒。安康中学坚持“无活力不青春,无活动不校园”的育人思想,开展主题晨会、开学第一课、校园之星评选、五四表彰仪式、毕业典礼、班主任节等育人活动,让每一位安中学子在一系列校园活动中洗礼成长。精心筹办体育科技艺术节、秋季田径运动会、球类运动会、元旦迎新晚会、成人礼、清明徒步拓展等校本传统文体活动,在活动中发现人、培育人。开展丰富多彩的社团课程,促进学生个性、特长、多元发展,培养学生创新能力和实践能力。以青年团校为载体,坚持开展形式多样的团队主题教育,将团员青年的理想信念教育与社会热点事件相结合,积极开展“保护绿色家园,做文明安中人”“我讲奥运故事,弘扬奥运精神”等紧跟时事的主题团日活动,引导学生把自身发展同家乡发展联系起来,把自身命运与祖国命运联系起来。

推进教育教学改革,为学生精彩绽放提供“光合作用”。学生是学习的主体,我们践行“一切为了学生发展,一切适应学生发展,一切促进学生发展”的教育理念,构建“依靠学生、发展学生、成就学生”的“本土课堂”,让每一个学生被尊重、被关注、被发现、被激发,让每一个学生在课堂散发出耀眼光芒。推行学生自主管理,让每一个学生参与管理、体验管理,成为管理的主人,借此还给他们释放主观能动性的舞台,培养其觉醒意识、自省习惯、自律能力,开展自