

撷英

我的班主任

安康中学 黄朝宇

人生路上,总有那么几位老师,他们的身影深深镌刻在我们的记忆里,成为青春岁月中最温暖的印记。对我而言,高中班主任魏荣康老师就是这样一位引路人。他用引导与温柔交织的教育方式,用充满力量与关怀的声音,指引着我走过迷茫的高中时光。

高一刚入学时,我就听说魏老师是学校里出了名的“良师”。他长相和气,说话时声音洪亮,眼神亲切,班上的同学对他既亲近又钦佩。在来到他班上的第一天,他便以包容的心态接纳了我们千奇百怪的自我介绍。

第一次月考,我的语文成绩一塌糊涂。试卷上《梦游天姥吟留别》的默写题空着刺眼的白,作文格子里的字迹像被秋风吹散的蒲公英,凌乱不堪。那天晚自习蝉鸣燥热,我正偷偷在草稿本上画流泪的小人,忽然听见粉笔盒轻叩桌面的脆响。抬头撞见魏老师亲切的目光,他用食指轻轻点了点桌面,示意我跟他出去。

我心里忐忑不安,以为免不了一顿批评。谁知,他只是拿出我的试卷,耐心地帮我分析错误。走廊顶灯的光晕柔和地落在他发间,他抽出一支红色记号笔,没有急于扣分,反而先圈住作文里的那句“六国

破灭如秋叶飘零”。“这个比喻很有灵气啊!”笔尖悬在90分的总分上方迟迟未落,“知道吗?苏轼科考时杜撰典故,主考官梅尧臣反而赞他‘善读书,善用书’。”

他的声音依旧温和,没有丝毫责备:“这些问题你不是不会,而是有些粗心。比如这道‘而’字用法判断题——”他用钢笔在空中虚写出那个字的形态,“你看这‘而’字,像不像江上摆渡的舟楫?顺流时轻盈为承接,遇阻时用力表转折。”笔尖在空中顿住,他语重心长地说:“学习啊,有时就像这舟行水上。你总急着划向对岸,却忘了静心欣赏沿途的风景,聆听两岸的猿声。”

“学习不是应付考试,而是培养习惯。”那一刻,我突然明白,他的温和并非纵容,而是用智慧为我们拨开迷雾,照亮前路。

进入高二,学习压力骤增,不少同学因睡眠不足常在课上犯困。魏荣康老师便利用午自习时间找这些同学谈心,细致了解大家的作息困扰,并给出了许多切实可行的调整建议,帮助我们学会科学规划时间,平衡学习与休息。

魏老师的课堂从不局限于课本。他常常为我们

找来《人民日报》的时评佳作、优美的诗文摘抄,甚至有趣的博物知识短片。这些内容不仅拓宽了我们的视野,积累了素材,更如清风拂过,缓解了我们埋头苦读的疲惫。

更让我们惊喜的是,魏老师常在课上分享他自己创作的文章。我至今记忆犹新的是他那篇《南华梦忆录》,文中描绘了一个瑰丽奇幻的世界,读来令人心驰神往,眼界大开。

如今,每当我遇到困难,耳畔总会回响起魏老师的声音——“别急,慢慢来”“你的努力我看得见”“相信自己”……这些朴素却充满力量的话语,早已成为我人生路上坚实的精神支柱。我也渐渐懂得,见证学生的点滴成长,正是老师心底最深的欣慰。

魏老师用他的声音传递知识,更传递了信念与希望。他不仅是我的班主任,更是我人生中重要的引路人。在这个属于班主任的节日里,我想由衷地对他说:“谢谢您,魏老师!您温暖的声音,我会永远铭记;您殷切的教诲,我将一生践行。”

师恩如山,唯有砥砺前行,方能不负期望;愿以您传递的声音为火种,致敬每一位点亮心灵的引路人!

安康市第一小学三年級(3)班 李依凝

我的同桌

每个人都有自己独特的爱好。有的人热衷于在绿茵场上驰骋,尽情挥洒汗水;有的人沉醉于舞蹈的世界,用身体演绎着灵动的旋律;还有的人痴迷于绘画,用画笔描绘心中的五彩斑斓。然而,我的同桌陈川却对读书情有独钟,简直就是一个不折不扣的“小书迷”。

在延时课堂,老师刚布置完作业,陈川便如战士听到冲锋号般迅捷行动。他猛地摊开练习本,五指紧攥笔杆,疾书的速度令人瞠目。我暗自嘀咕:这般奋笔疾书为哪般?未及深想,他已合上作业本,转而从从容地从书包里拿出一本侦探小说,很快他便沉入书中世界,我试着轻触他手肘,他却似中了定身咒般纹丝不动,整个人早已化作书海里的飘舟,随着文字波涛载沉载浮。

还有一次课间,陈川偶然瞥见一位同学手里拿着一本《如果历史是一群喵》的书。他的眼睛瞬间亮了起来,就像两颗闪闪发光的星星。他赶忙走上前去,带着几分期待和急切地问同学能不能借给他看看。同学点头同意后,陈川兴奋地捧着书,一路小跑回到座位,迫不及待地看了起来。直到上课铃声响起,他才如梦初醒,恋恋不舍地把书收了起来,拿出课本,做好上课的准备。

陈川的阅读范围十分广泛,无论是充满科学奥秘的科普书、充满趣味的漫画书、充满悬疑的侦探书,还是充满奇幻故事的故事书、承载着厚重历史的历史书,他都爱不释手。

俄国作家高尔基曾说:“书籍是人类进步的阶梯。”在陈川这个“小书迷”的影响下,我也爱上了阅读。这就是我的同桌,一个对读书充满热爱的“小书迷”。(指导教师:丁善学)

那次玩得真高兴

培新小学三年級(3)班 刘溪漫

那是最后一节延时课,我清清楚楚记得,那一次老师和我们一起玩了“击鼓传花”的游戏。

首先,老师给我们介绍了“击鼓传花”游戏的规则,鼓敲响时,按S形的顺序依次往后传,鼓声停止后,传递的红花在哪手上,就让他表演一个节目。

听到要玩游戏,同学们一个个兴奋得手舞足蹈。

接着,我们就进入到游戏中了,只见老师一手拿红花,一手按下开始键。老师手一拍,说了声“开始”,红花就从老师的手中传到了下一位同学手里,虽然距离我还远,但是我总是感觉到马上就要传到我这里了,心瞬间提到了嗓子眼,别提多紧张了。红花一个接一个传递着,同学们有的紧张的都传掉了,有的还

喜笑颜开的一点都不紧张,还有的直接扔了过去……眼看就要轮到我了,我一会儿向后看看,不停地咽口水,心里很慌张,一会儿又在心里默念:“别到我这就停了,千万别到我这就停了!”终于,红花传递到我的手上,我赶紧往前面的同学手里丢。就在这时,鼓声停止了,我前面的同学要去表演了,我才长舒了一口气。手里拿红花的同学摇头晃脑地唱着“摇啊摇”,那跑调的歌声就像脱缰的野马,完全不受控制,他那挤眉弄眼的夸张神态和手舞足蹈的滑稽动作,把我们逗得哈哈大笑。最后三轮游戏过后,我们的快乐时光就结束了,那次玩得真是太高兴了。

那天晚上躺在床上时,感觉鼓声还在耳边回荡。这个游戏真是太好玩了!

我学会了画画

安康市第一小学四年級(12)班 马小萌

那个春光明媚的午后,我第一次拿起画笔,双手紧张得微微发抖。老师的身影轻轻落在我的画纸上,她走近时轻声劝慰:“别急。”随后她弯下腰,温暖的手掌覆上我因紧张而僵硬的小手,温和地说道:“画画不是考试,没有标准答案。”她身上淡淡的颜料气息飘来,慢慢驱散了我的不安,那份暖意至今仍清晰记得。

第一节课我们学习画苹果,我的“作品”歪歪扭扭,像被虫子啃过的土豆。同学凑过来看,扑哧一声笑了:“你画的这是地瓜吧?”我的脸顿时烧了起来,差点把纸揉成一团。但老师却把我的画贴在墙上:“这是最特别的苹果,因为它有不一样的生命在跳动。”

渐渐地,我发现了画画的乐趣。在观察中,原来梧桐树的叶子像张开的手掌,树皮的纹路是时间写的日记。下雨天,我趴在窗台上看雨滴蜿蜒爬行,像透明的蜗牛留下足迹。这些细小的

发现,都悄悄住进了我的画本里。

暑假前的最后一次美术课,老师让我们画记忆中最美的风景。我画了外婆家的小院,木门上剥落的红漆像地图上的岛屿,竹椅上蜷着晒太阳的小猫,晾衣绳上挂着的碎花衬衫在风中跳舞。画着画着,我仿佛闻到了炊烟的味道,听见外婆唤我吃饭的声音。

当老师把我的画拿起来看时,她摸了摸我的头:“小萌,你这几个月进步很大,你已经理解了画画的意义,加油!”阳光透过画纸,那些线条都在发光,原来不知不觉间,笨拙的手也找到了属于自己独一无二的语言。

画画教会我的不仅是技巧,更是发现美好的眼睛。那些曾经被我忽略的日常碎片,在画纸上都变成了闪耀的繁星。(指导老师:徐瑶)

我最喜欢的动画片

培新小学二年級(7)班 王子昱

在众多精彩的动画片中,我最想喜欢的动画片是感人至深的《长征先锋》,它主要讲述了红军二万五千里长征期间发生的可歌可泣的故事。

在这部动画片里,我最喜欢的人物就是肖强,他是“兴国之剑”侦察连连长。他凭借自己出色的作战能力,在这个连队里面起着很大的作用。令我印象无比深刻的是“巧渡金沙江”那场惊心动魄的战斗。由于敌人的火力太猛,要不是肖强想到了一个好办法,指挥一部分战友在前面战斗,还有一部分人趁机绕到敌人后面去,形成一个包围圈,把敌人牢牢困困其中,他们早都败下阵来了。

整部剧中,最让我心灵受到强烈震撼、每每想起都眼眶湿润的情节就是红军战士翻越“死亡之

山”夹金山的那一段。在寒风刺骨的冬天里,战士们不惧严寒,十分艰难地翻过了夹金山,虽然在路上有很多战士都牺牲了,但是肖强还是靠着顽强的毅力,成功护送大部队翻过了夹金山。

《长征先锋》不仅仅是一部动画片,它更是一堂生动而深刻的革命历史课,红军前辈们所展现出的那种面对千难万险依然勇往直前、在绝境中永不低头、为了理想和信念甘愿牺牲一切的大无畏精神,像熊熊燃烧的火炬,照亮了我的心扉,我要向红军这种不怕困难、顽强不屈的精神学习。这部《长征先锋》你看了以后肯定会拍手称赞,非常适合正在成长、需要汲取精神养分的你们去看看。

家乡的美食

江北小学五年級(6)班 孙桢权

我的家乡安康在汉江的两岸,这里风景如画,还有让人垂涎欲滴的美食。俗话说:“民以食为天。”安康最独特的美食当属蒸面。

每日清晨,当第一缕阳光洒落,蒸面馆内便聚集了男女老少。师傅们熟练地将洁白如玉的面皮切成指宽的面条,整齐置于陶瓷碗中。随后,洁白蒜泥、金黄芝麻酱、嫩黄豆芽、翠绿芹菜杆依次铺陈。最后,一勺灵魂所在——鲜红透亮如红玛瑙的油泼辣子,点睛般淋在蒸面上。

油泼辣子的香气独特而富有层次,带着一丝霸道的刺激,瞬间唤醒味蕾。据店家所言,其制作方式独具匠心:将安康特产的辣椒面置于碗底,浇淋滚烫

的热油,伴随“滋滋”的美妙声响,辣椒面在热油中翻腾起舞,这便是安康蒸面的精髓所在。

安康蒸面历史可追溯至唐朝,已有千年传承。汉江航运兴盛时,码头工人将蒸熟的麦面糊切条,佐以辣油、醋汁食用。因其制作便捷、易于保存,逐渐成为老少皆宜的佳肴。

如今,每当路过蒸面馆,我总会想起那些为生活奔波在外的游子。他们或许会因这一勺油泼辣子而热泪盈眶——是辣味灼心,还是乡愁翻涌?这道美食,不仅是味蕾的盛宴,更是安康人寄托乡情的载体。(指导老师:吴丹)

平梁镇精准督导推动教育质量稳步提升

本报讯(通讯员 林爱铭)今年以来,汉阴县平梁督学责任区的责任督学们深入一线,以精准督导与专业引领,推动平梁教育质量稳步提升。

聚焦课堂,精准指导促提升。教学质量是教育生命线,责任督学将重心放在课堂,深入辖区所有学校,通过随堂听课、细致观察、课后交流,精准把脉教学。在高梁小学,督学发现黄老师课堂互动不足后,不是简单评判,而是共同剖析问题根源,提供有效策略资源。这种“督”“导”结合的方式,如春风化雨,滋养着平梁教与学的沃土。

筑牢防线,守护校园保平安。督学责任区将安全督导常态化,开展“地毯式”排查,覆盖食堂规范、消防通道、监控设备等关键环节。在平梁镇中心小学的应急演练中,师生反应迅速、撤离有序,展现了扎实的安全素养。责任区还推动建立了与属地派出所、卫生院

联动的快速响应机制,织密校园安全防护网。

赋能教师,激发队伍新活力。教师是立教之本,督学责任区搭建多元平台,力促教师专业成长:一是引进安康高新名师“靶向金课”送教,带来前沿理念与高效教法;二是邀请教研室专家开展“诊断式”送培,直击课堂痛点,强调“泥土香”的田野教研;三是组织班主任外出学习取经,提炼“责任心、宽容心、爱心”三心带班智慧。同时,实施“青蓝工程”,骨干教师与青年教师结对帮扶,有效促进了新教师成长和老教师经验传承,激活了乡村教育内生动力。

平梁督学责任区以日复一日地勤勉督导和专业引领,守护课堂智慧之光,筑牢校园安全之基,点燃教师发展之火,为平梁教育的高质量发展和孩子们的美好未来奠定了坚实基础。

汉王镇中心小学创新特色武术操点亮大课间

本报讯(通讯员 彭定康)6月19日,在紫阳县汉王镇中心小学的操场上,近千名学生身穿整洁校服,队伍笔直如松。伴随每句《弟子规》,孩子们迅速出拳、扎实扎马步、利落转身,一招一式充满活力,这正是该校特色的大课间武术操展示场景。

为积极响应国家“双减”政策,全力推进全县“一校一品”特色校园建设,汉王镇中心小学创新性地将武术操引入体育教育,并将其打造为学校的特色品牌项目。学校配备了专业的武术体育教师,利用体育课系统教授武术操,并将每天上午10时50分的大课间固定为全校武术操练习与展示时间。

“孩子一开学就学习武术动作,现在能打一套完整的武术操了,《弟子规》也背得滚瓜烂熟。”家住汉王街道的汪女士高兴地说,“早上课间全体学生都做武术操,有时校长还带头示范,场面特别壮观。”

谈及在全校推广武术操的初衷,校长丁秀猛表示:“武术操既充实了学生的课余时间,又显著提升了身体素质,尤为关键的是,它引导青少年在亲身实践中真切体会到中华优秀传统文化的独特魅力。”他特别强调,“我们选择《弟子规》作为配乐诵读的材料,目的是将传统美德教育融入其中,让每一次出拳和诵读声,潜移默化地将这些美德深深烙印在孩子们的心中 and 骨子里。”

“这套武术操主要在体育课上教授。”负责武术操教学的余波老师介绍道,“教学时,我会从分解动作开始,再到连贯演练,并根据孩子们掌握的快慢调整节奏,确保人人参与、个个有收获。”

据了解,学校通过在阳光体育活动中教授武术基础动作和基本技能,在社团活动及课后服务中实施优生培训和补差辅导,并利用每天的大课间组织集体练习与成果展示,以建立常态化机制。



学生参观版画

旬阳构元初中举办主题版画展诠释美育内涵

本报讯(通讯员 鲁延海 鲁绪尊)6月26日,旬阳市构元初级中学的教师党员们携带着学生创作的版画作品,前往安康市群众艺术馆举办“童心铸忠诚 构元版画颂党恩”主题活动。此次活动通过艺术实践坚定师生的理想信念,既展现了校园美育成果,又利用主题党日推动“党建+文化”育人机制,以此深化教育内涵。

在安康市群众艺术馆一楼展厅里,陈列着来自旬阳市构元初级中学学生们的版画作品。一幅幅精美的版画作品以其鲜明的艺术特点和精湛的雕刻技艺,展现出版画艺术独特的魅力与深厚的底蕴。这些版画作品题材丰富多样,内涵隽永,既有描绘壮丽山河、展现自然之美的风景类作品,也有刻画辛勤劳作、反映人间烟火的劳动、生活场景类作品,也有展现社会发展变化、祖国欣欣向荣的家乡、爱国类作品。

近年来,旬阳市构元初级中学一直坚持“五育并举”的教育方针,致力于促进学生全面发展,重视艺术与学科知识的深度融合,实践以艺术育人、以艺术启迪智慧、以艺术承载道德的办学理念。依托“陕西省民间文化艺术(版画)之乡”和“全国青少年美育示范基地旬阳市构元初级中学美育分馆”等核心平台,学校积极弘扬传统文化,培育更多版画爱好者和传承者。