

秋之絮语

安康中学教育集团初中部七年级(5)班 杨泽语

当秋风吹过大地,那些曾繁茂的树叶纷纷飘落,为大地铺上了一层金黄的地毯。这既是大自然的一次华丽的告别,也是一次新生的序曲。

秋雨,总带着几分随性。当你沿着河边散步,撑起伞,听着雨声,丝丝凉意从袖口钻入,悄然带走了盛夏残留的暑气,留下了令人心旷神怡的舒爽天气。我常常想,为什么不能将这美好的天气永远留住?

秋日的植物,虽不似春天那般生机勃勃,却自有其独特的风韵。桂花

小巧玲珑,像星星点点的发卡。梧桐叶缓缓飘落,而一簇簇菊花,则如夜空中闪烁的星辰,错落有致地点缀着秋日的田野。秋天多像一个淘气的孩子啊——飘动的梧桐叶是她的舞裙,芬芳的桂花是她的头饰,烂漫的菊花则是她裙摆上精美的花边……这些五彩斑斓的植物,共同构成了一个层林尽染,芬芳满襟的秋。

秋月,令人忍不住要停留观望。十五的月亮格外圆,宛如白玉盘。凝望着它,我不再纠结于生活中的圆滑

与缺憾。“人生小满胜万全”,我就像那月亮,不必惧怕暂时的残缺,因为无论如何,我依然是我,本质永不改变。我既爱月圆,也爱月缺;我向往完美,也接纳不完美——而这一切,都源于我学会了爱自己。

落叶的凋零,固然意味着盛夏的远去,但它们也象征着新的开始。落叶化为肥沃的土壤,为来年的生长注入了希望。正如我们的人生,每一次结束,都预示着一个崭新的起点。(指导老师:刘瑾)

我的心爱之物

安康市高新区第一小学五年级(1)班 鲁沛洵

在我整洁的房间里,那张原木色书桌上,静立着一盏台灯。它不仅是照亮书本的工具,更是我无声的伙伴,我的心爱之物。

这盏台灯简约而不失优雅。它的下面是一个圆形底座,向上延伸是可以自由弯曲的灯柱,顶端是一个圆形的灯罩。只需轻触底座,它便会散发出柔和的光晕,还能随环境明暗自动调节。它的颜色是我最爱的米白色,如同冬日里温暖的阳光。

虽然它不会说话,但在我的世界里,它有着鲜活的生命。

每天放学回家,我总在它的陪伴下温习功课。它就像一位和蔼可亲的老师,又似一位英勇无畏的战士,为我驱散黑暗,帮我点亮了内心的希望之光。

记得那次考试成绩不尽如人意,我心情低落坐在书桌前,向这位沉默的朋友倾诉烦恼。奇妙的是,那柔和的灯光仿佛听懂了我的心声,渐渐变暗了些,像是在轻声安慰:“别灰心,朋友。一次失误不代表什么,下次细心些就好。人生的路还长,你会遇到更多考验,但要相信自己啊!”在这

无声的鼓励中,我重新获得了力量。

最难忘的,是妹妹出生前那个夜晚。爸爸在医院照顾妈妈,我第一次独自在家,心里害怕极了。于是,我轻轻地打开这盏灯,那温暖的灯光洒在房间每一个角落,那散发出的光芒又像一位忠诚的卫士,让我不再感到孤单和害怕。

从那以后,我更喜欢我的台灯了,它不仅是学习上的好帮手,更是我心中的依托,总能将我的伤心与恐惧悉数驱散。(指导老师:张厚艳)

我的家乡

安康市第一小学四年级(4)班 吴眠云

我的家乡,有一个温暖的名字——安康。“安宁康泰”,这刻在名字里的美好祝福,让她成了一座被吉祥笼罩的城市。

我的家乡像一本美丽的画册。当你轻轻翻开她的封面,苍茫秦岭是泼墨挥毫的底色,汉江碧波是流淌其间青蓝丝带。南山上的晨雾里,古寺钟声裹着松涛慢慢飘远,似在诉说山与佛的千年约定。天书峡那层层叠叠的岩层,是大地写了亿万年的“史书”,每一道纹路都藏着地质变迁的密码。

我的家乡像一首动人的民歌。当你循着歌声走进她,就仿佛遇见了《诗经》里“汉有游女”的温婉,看见了春山茶园里姑娘们翻飞的指尖,那指尖捻起的不仅是新茶,还有晨露与阳光的味道;吊脚楼的木窗吱呀推开,蒸面的香气便混着烟火气飘出巷口;孩童追着卖糖人的担子跑过青石板,每一声笑都落进了时光的褶皱里。

我的家乡像一个古老的故事。女娲炼石补天,抟土造人的传说在时光里流转,巴人部落的青铜箭镞在深谷间闪烁,古盐道的背夫用汗水凝结成

生活的坚韧,也见证了路上的奇遇。这些遥远的故事,被山风一遍遍传唱,被江水一次次浣洗,最后落在每片茶叶舒展的脉络里,藏在每缕烟火升腾的晨昏中,延续着永不褪色的生命力。

在这里,美好从不是静止的风景,传奇也不是泛黄的过往。它在每一双耕耘的手掌里生长,在每一声乡音的问候里鲜活,在每一个安康人眼底的光亮里延续。(指导老师:胡德松)

桂花飘香

安康市第一小学四年级(13)班 李煜峰

这天清晨,我照例背着书包去上学。

刚出单元楼,一股清甜的香气便扑鼻而来。我循着这香味一路找去——原来是我们小区院子里的桂花树开花啦!我的精神为之一振,瞬间心情愉悦。

清晨的小区渐渐热闹起来。上学的中小学生、买菜归来的爷爷奶奶、步履匆匆的上班族……无论谁从树下经过,哪怕再匆忙,都会情不自禁

地放慢脚步,仰头深吸一口气,由衷地赞叹一声:“好香啊!”几位老爷爷老奶奶索性停下脚步,把菜篮往边上一放,笑眯眯地端详着那一树金黄。

我也站在树下,仰起头。弯曲的枝干上,伸展出无数细小的枝丫,披着片片碧绿的叶子。而在这些绿叶之间,正盛开着团团簇簇金黄色的小花。它们小得像米粒,密密麻麻地挤在一起。有的尽情舒展着小花瓣,有的还半裹着,更有那圆鼓鼓的花苞,

仿佛下一秒就要盛开。

我看见一个小女孩蹲下来,小心地拾起几朵落在地上的桂花,撒在自己的头发上,好像头发丝都变香了呢。看着这一幕,我也忍不住大口呼吸,感觉自己都成了一个“香娃娃”。

大自然可真是神奇,一夜之间,就用这小小的桂花,把我们的小区变成了一个香氛乐园。(指导老师:郑安玲)

我的家

安康市第一小学三年级(3)班 单沫林

我有一个幸福的家。家里有英俊的爸爸、美丽的妈妈、爱读书的姐姐,还有备受宠爱的我。

英俊的爸爸,我的爸爸个头中等,长着国字脸,一双眼睛炯炯有神。爸爸很爱我和姐姐,把我们当作掌上明珠。为加班没能一起来。回到家,爸爸听说妈妈还没吃饭,立刻转身出门,专门给妈妈买回了热乎乎的饭菜。

美丽的妈妈。我的妈妈个子高挑,身材匀称。她有一双秀气的瓜子脸,上面嵌着一双水汪汪的大眼睛,

眉毛细细的,像春天的柳叶。妈妈很爱美,每次出门都要化上淡雅的妆,穿上漂亮的裙子。不只是自己美,妈妈还把我们收拾得整洁又明亮,让整个家都美美的。

爱读书的姐姐。姐姐戴着一副眼镜,看起来文文静静的。她是个小书迷,只要在家,手里总是捧着一本书。在她的影响下,我也爱上了阅读。姐姐也很爱我,在我生日的时候,她用自己的零花钱给我买了好多小礼物,我非常开心呢。

细心的我。我是家里最小的孩子,大家都疼爱我,但我一点也不娇

气。我也在用我的方式,悄悄爱着家里的每一个人。妈妈生日那天,我特意去花店挑选了一束最美的鲜花。当我跑到妈妈面前,大声说“妈妈,我爱你,生日快乐”时,妈妈先是一愣,随后紧紧地抱住了我,连声说:“谢谢我的宝贝!”

这就是我的家——一个充满爱的家。在这个家里,我快乐地成长着。(指导老师:刘秀娟)

撷英

秋日画卷

汉滨初中七年级(36)班 王释萱

“停车坐爱枫林晚,霜叶红于二月花。”唐代诗人杜牧笔下的秋天,满是对霜叶的盛赞。而在我心中,秋天不仅是大自然挥洒色彩的调色师,更是时光酿成的甘醇美酒,一位从容漫步的智者——它抖落春夏的喧嚣,以成熟稳重的姿态,在天地间铺展出一幅浓墨重彩的印象派画卷。

秋,是大自然打翻的调色盘,泼洒出斑斓的诗意。秋天的绿,不像春天那般横冲直撞,它被岁月细细打磨过,深沉而含蓄。当阳光慷慨地洒向河面,整条汉江波光潋滟,如一条玉带轻柔地缠绕着安康城。站在山顶远眺,整座城市在薄雾中若隐若现,高

楼林立,洁白宁静。更远处的山峦层林尽染,暗红、土黄、橙黄与深绿交织晕染——这片土地,仿佛成了秋天的画布,五彩斑斓,却又和谐统一。

远眺山下,红红的枫叶如一团燃烧的烈焰,在枝头热烈地舞动。走近一看,才见片片巴掌大的叶子落了一地;树上,也只有稀疏疏的几片。与之相映成趣的,是那一片黄澄澄的银杏林,金黄的叶子铺成松软的地毯,踩上去沙沙作响,仿佛步入了一个温柔的梦境。

在汉江边散步,时而可以听见几声哨响。随之,便看到一群自由翱翔的鸽子,它们舒展着矫健的身姿,

从头顶飞过,成为一道靓丽的风景线。草从间,虫鸣轻轻吟唱,那声音细碎而快活,像是秋天最隐秘的私语。

步入山间,沙棘果如点点火星跳跃在绿意中,红得透亮,颗粒分明。柿子树则挂满了橙红的“小灯笼”,在枝头轻轻摇曳,与树下灰瓦土墙的老屋相映成趣——它们一同守护着这片山野的宁静与丰饶。

秋天,是收获,是沉淀,是大地在入冬前最后的盛放,也是一切热烈与静美交织的华章。它将所有的颜色与情感,都封存在时光里,酿成一首无言的诗。(指导老师:杨娟)

爱的接力与融合

赵德莎

经验里,镌刻着“把最好的留给孩子”的朴素心愿——多穿一件是怕冻着,多喂一口是怕饿着。这些行为在他们看来,就是爱最直接的表达。

可明明双方都是为孩子好,为何沟通总会变成争吵?

父母在意的,有时不只是方法被否定,更是那份由岁月积淀的养育经验与关爱一同被轻视。他们常提起当年如何带大我们,语气里带着不容置疑的骄傲——那是他们一生最珍视的“成就”。我们直接否定父母的“老方法”,会让他们觉得自己的付出和能力被质疑,比如一句“您这方法早就不科学了”,很可能被理解为是对他们付出的否定,进而引发反驳。

信息的获取也隔着时代的鸿沟。父母的信息多来自口耳相传与传统习俗,是“以前都这么做”的经验之谈;我们则通过育儿APP、专家讲座、医生建议获取信息。双方对科学育儿的认知来源不同,自然难以达成共识。

更关键的是,沟通方式里,常常带着不自觉地指责。看到父母给孩子吃零食,脱口而出的是“你怎么又给孩子吃这个,说了多少次不健康”;看到长辈抱孩子哄睡,又会急着想“总抱着睡,以后放不下怎么办”。这些话里,比建议更刺耳,父母听了,只会觉得“我好心帮忙,还落了埋怨”,沟通自然就从解决问题变成了争辩对错。

其实,打破“一谈就吵”的困境,没那么难,关键是用“巧沟通”代替“硬对抗”。先共情,再传递信息。沟通时,先认可那份爱,再委婉表达想法。有次母亲又想追着女儿喂饭,我急着阻止,而是走过去帮她端着碗说:“妈,我知道您怕娃吃不饱,心疼她。不过让她自己吃饭,哪怕吃得慢、撒得多,也是在锻炼手眼协调,要是真吃不饱,咱们再喂。”母亲愣了愣,居然真的放下了碗。原来先接住父母的“爱”,再传递想法,建议才可能被听见。

善用权威、温和引导。父母对医生、专家的信任,有时胜过子女的“理论”。体检后,我会顺势转达:“医生今天特别嘱咐,孩子现在饮食均衡,不用额外补钙,咱们之前买的可以先收起来。”或是转发一则权威育儿视频:“妈,您看这专家讲的,跟咱家情况真像,咱们参考看看?”第三方的声音,往往比我们的直接说教更有说服力。

守住大原则,放开小细节。育儿不是非黑即白的科学实验,而是充满弹性的生活艺术。偶尔吃一次零食、偶尔抱睡片刻,只要无碍健康与习惯主线,不妨给父母留些灵活空间。放下对“完美执行”的执念,家庭的氛围反而更松弛。

常怀感恩,暖化人心。隔代带娃不是父母的义务,而是他们用爱给予的馈赠。平时多一句:“爸妈,多亏你们帮忙,我才能安心工作,你们辛苦了。”周末主动接手:“今天孩子我来带,你们好好歇歇。”偶尔备份小礼物,不在于贵重,而在于让他们的付出被看见、被珍惜。当父母感受到尊重与感激,沟通中自然多一些理解与包容。

其实隔代教育的矛盾,从来不是爱的冲突,而是爱的表达方式需要磨合。我们年轻父母多一份对父母经验的谅解,别总把“科学”挂在嘴边,否定他们的付出;父母多一份对新观念的包容,试着听听孩子的想法,也看看新的育儿方法。当我们都朝着“为孩子好”的同一方向努力,两股爱的河流交汇融合,才能滋养孩子更好地成长。

巧沟通的最终目的,不是为了说服谁,或勉强妥协,而是让我们这一代的科学认知,与父母那一代的生命智慧,完成一场关于爱的接力与融合。对孩子而言,最好的成长环境,从来不是无可挑剔的育儿方法,而是爸爸、妈妈、爷爷、奶奶能坐在一起,笑着聊天、彼此包容的温暖日常。在这样的家里长大的孩子,才会更有安全感,也更懂得爱。

善用心,再传递信息。沟通时,先认可那份爱,再委婉表达想法。有次母亲又想追着女儿喂饭,我急着阻止,而是走过去帮她端着碗说:“妈,我知道您怕娃吃不饱,心疼她。不过让她自己吃饭,哪怕吃得慢、撒得多,也是在锻炼手眼协调,要是真吃不饱,咱们再喂。”母亲愣了愣,居然真的放下了碗。原来先接住父母的“爱”,再传递想法,建议才可能被听见。

善用权威、温和引导。父母对医生、专家的信任,有时胜过子女的“理论”。体检后,我会顺势转达:“医生今天特别嘱咐,孩子现在饮食均衡,不用额外补钙,咱们之前买的可以先收起来。”或是转发一则权威育儿视频:“妈,您看这专家讲的,跟咱家情况真像,咱们参考看看?”第三方的声音,往往比我们的直接说教更有说服力。

守住大原则,放开小细节。育儿不是非黑即白的科学实验,而是充满弹性的生活艺术。偶尔吃一次零食、偶尔抱睡片刻,只要无碍健康与习惯主线,不妨给父母留些灵活空间。放下对“完美执行”的执念,家庭的氛围反而更松弛。

常怀感恩,暖化人心。隔代带娃不是父母的义务,而是他们用爱给予的馈赠。平时多一句:“爸妈,多亏你们帮忙,我才能安心工作,你们辛苦了。”周末主动接手:“今天孩子我来带,你们好好歇歇。”偶尔备份小礼物,不在于贵重,而在于让他们的付出被看见、被珍惜。当父母感受到尊重与感激,沟通中自然多一些理解与包容。

「组团式」帮扶科普教育活动

汉滨区大河中学开展



学生与科普大使互动交流

本报讯(通讯员 王开林)近日,汉滨区大河镇中学借“组团式”帮扶力量,邀请了中国电工技术学会科普教育基地负责人、江苏省科技传播专家、常州市科普大使等到校开展科普教育活动。

活动现场,常州市科普大使以生动有趣的科普故事引入,通过互动交流、实物展示等多种形式,将深奥的科学原理转化为通俗易懂的知识,引导学生

在实践中感受科学魅力。同时教导同学们保持对世界的好奇心,积极探索身边事物的科学原理,努力成长为具有创新思维的新时代中学生。

此次科普活动为山村学生带来了沉浸式的科学体验,有效激发了学生的科学兴趣与创新意识,对促进学生综合素质全面提升具有积极意义。

市慈善协会为11所乡村学校捐赠护眼灯

本报讯(通讯员 钟家强)为改善偏远农村学校照明条件,守护师生视力健康,今年上半年,安康市慈善协会积极对接省慈善协会,成功争取到厦门市立达信泉水慈善基金会“点亮中国偏乡·安康行”公益项目试点支持,为当地乡村学校送去光明与关怀。

据了解,该项目对“偏乡”的界定标准为学校距离县城三十公里以上。根据项目要求,安康市慈善协会经过细致筛

选与实地考察,最终确定在宁陕县、紫阳县、汉滨区共11所乡村学校实施照明改造。项目共获赠该慈善基金会捐赠的全护眼教育照明灯具262套,总价值152万元,将重点用于教室与图书室的照明环境提升,预计惠及师生近6000人。

为确保项目规范高效推进,安康市慈善协会建立了严格的管理机制:一方面实行协议管理,明确各方职责,确保流程规范;另一方面落实校长负责制,强化

学校主体责任,保障项目有序实施。各项目学校充分利用暑假窗口,聘请专业电工完成灯具安装与调试,并于秋季开学前全部交付使用,为师生们送上了一份特别的“开学礼”。

此次“点亮中国偏乡·安康行”公益项目的顺利实施,有效改善了安康偏远农村学校的教学环境,从细节处体现了对师生视力健康的关怀,为推动农村教育提升注入了暖心力量。