

那场难忘的拔河比赛

汉滨区果园小学五年级(9)班 岳梓星

刚入秋,天气还是那么燥热,就连操场上吹过的风都带着丝丝热气。下午刚上完语文课,我们还从古诗词的海洋靠岸,班主任成老师疾步走进教室,“同学们,为了增强大家的团队意识,提高身体素质,今天下午的体育课,我们将和五年级10班举行拔河比赛。”消息一出,全班都沸腾了,每个人都兴奋不已,跃跃欲试。

比赛还没开始,班里的大多数同学都认为拔河就是个力气活,不用准备。但在体育委员星儿的坚持下,我们开始熟悉正确的拔河站姿和用力技巧。经过科学的训练和适应性热身,同学们的额头和鼻尖都微微出汗,脸上的笑容却无比灿烂。因为我们知道,这不仅是为比赛而练,更是在锻炼拼搏的意志和团结协作的精神。

要正式比赛了,整个五年级的师生都来到了操场上,为我们加油助威。比赛还没开始,双方队员已经在绳子的两侧蓄势待发,场外的观众更是

激动不已,高声为自己的班鼓气、加油。气氛一下子变得热烈、紧张起来。只见裁判老师一手高举过头顶,一手抓住绳子正中系着的红色丝带,随着“滴——”的一声哨响起,高举的手顺势落下,双方队员都铆足了劲儿,向自己的方向使劲儿拉。顿时,场外观众的欢呼声、呐喊声,一浪接着一浪翻滚,从操场四散开来。

再来看看双方的队员们吧。排在最后的队员,凭借着自己身强力壮的优势,拼命地把绳子往下压,使出吃奶的力气把绳子往自己的方向拉,排在前面的队员个个身体向后倾斜,用尽全力向后拉,有的小脸儿涨得通红,有的因用力憋得龇牙咧嘴,还有的脖子上的青筋都鼓得老高。

随着双方队员力量的较量,绳子中间的红丝带在中点摇摆不定。我的耳边充斥着队友们的喘息声,围观的同学高声加油鼓劲。关键时刻,班主任成老师一边加油一边说:“我们班是一

个整体,每个人的力量加在一起,势不可挡!同学们,跟着我一起喊口号一二、一二……”随着整齐的口号声,大家心中那股不服输的力量传递到了拔河绳上,接连几下拉拽,绳子应声而来。当红丝带越过中线完全倒向我们的那一刻,收不住力气的我们齐刷刷摔了个四脚朝天。“赢了,我们赢了!”顾不上拍打身上的灰尘,我们一跃而起互相拥抱,汗水交织在一起,自豪的心情瞬间绽放。

这场拔河比赛,不仅是一次力量上的磨砺,更是一次心灵上的成长。它不仅教会我们团结协作的重要性,更让我们体会到共同奋斗的喜悦。每每回想,我的心中就充满了斗志,因为它见证了我们五年级9班全体同学的成长。我坚信,这种团队精神将伴随我们每一个人,成为今后面对任何挑战时最坚实的后盾。

(指导老师:成仙仙)

中秋月夜

汉滨区南门小学五年级(6)班 王晨羽

有人喜欢红红火火的春节,有人喜欢张灯结彩的元宵节,有人喜欢粽叶飘香端午节,而我却喜欢花好月圆中秋节。

夜幕降临,我们坐在院中赏月。月亮时而藏在云中,散发出朦胧的光亮;时而探出半边脸,好像在和我捉迷藏;时而掀开面纱,把皓洁的

光洒满人间。长辈们也开始讲起中秋的故事:嫦娥奔月、吴刚伐桂、玉兔捣药,这些传说引人入胜,而我听得如痴如醉,深深地沉浸在古老而神秘的氛围中。

月是美好的,因为她牵引着代人的美好遐想;月是甜蜜的,因为她让孩子们吃到令人垂涎三尺的月饼;月是

可爱的,因为她总是在中秋夜里把自己最可爱的一面浮现。

温柔的月光撒了一地银,我沐浴在月光中,赏月,吃月饼,听故事,度过了这个美好的中秋夜。就让明天的阳光来给中秋节画上句号吧!

(指导老师:李根香)

等着乘凉

安康市第一小学五年级(5)班 胡心怡

我翻开语文书,其中的漫画映入眼帘。画上是穿着便装的男人正哼着小曲,手上提着水壶正大步流星地走向田地里,为刚种下的树苗浇水。

可走到树苗旁时,他突然愣住了。为什么呢?原来,他看见了一个戴着金丝边眼镜,穿着西装的男人正抱着腿坐在树苗旁,一脸悠闲。

他十分不解,于是便上前询问道:“你在干什么?”树下的人才慢悠悠地转过身,嘴里吐出几个字:“等着乘凉。”

看完漫画,我觉得树苗旁的男人十分可笑。为了乘凉跑到一棵树苗旁干等着,不知道要等多多少个日日夜夜啊?这就是在白白浪费生命,有手有脚,为何不去自己种一棵树呢?看着其发芽、开花、结果,这才有意义,而且十分有成就感。

不过也对,对那些只想不劳而获的人来说,一切付出与努力又太过劳累,只有坐享其成才是“王道”。看着他人默默付出而得到好结果,自己却在

原地踏步,这不是很可悲吗?既浪费了时间,又得不到结果。

在生活中,也有很多这样的同学。如抄答案的、让人代写作业的、等答案的……这些人在平时异常优秀,但一到考试就原形毕露了,触目惊心的成绩以及满篇的红叉,无疑是一记沉重的打击。所谓:亡羊补牢,为时未晚。所以,我们要抛弃坐享其成的想法,以勤奋为马,一路向前,不要到最后痛哭流涕。

(指导老师:张希)

撷英

有的同学,在家衣来伸手,饭来张口;有的同学,自己的事情自己做,尽显担当。有的同学,吃饭挑肥拣瘦,不珍惜粮食;有的同学,光盘行动,尊重每一位劳动者。有的同学,在公共场所,大声喧哗,无视规则;有的同学,严于律己,遵守规则。有的同学,

不讲文明,出口伤人;有的同学,文明用语,彬彬有礼。有的同学,课堂纪律抛之脑后;有的同学,用心听讲,积极思考。有的同学,作业敷衍,书写凌乱;有的同学,字迹工整,态度认真。有的同学,课间乱跑乱跳,打打闹闹;

有的同学,课间活动,充满童趣。有的同学,沉迷手机,疏于阅读;有的同学,以书为友,腹有诗书气自华。有的同学,因不良习惯,害了自己;有的同学,用良好的习惯,成为最好的自己。

(指导老师:罗静)

我的心爱之物

汉滨小学六年级(1)班 孔毅雨

我有一个心爱之物,它就是我的台灯。这盏台灯摆放在我的书桌上,已经陪伴我两年多。它是妈妈从网上给我买的。我很喜欢这盏台灯。它有着黑色的皮肤,有着很厚重的圆形底座,很有分量感,底座上有几个触摸式按钮。它的主干是个纤细的圆柱体,灯管是由很多个灯珠拼起来的,散发出来的光十分柔和。

每当我打开台灯的开关,我的房间就立即充满柔和的光。这片亮光一下明亮了我的双眼,同时也照亮了我的心,让我一下子安静下来。每天我就会在这柔和的亮光中写作业、读书。

有一天,我照例吃完饭后去写作业,预习、复习等学习任务都完成了,看着作业记录本上一个又一个的对号,我心里高兴极了。可是,第六样作业却难住了我,这是一道思考题,这道题我足足想了一个多小时,可还是没有思路。这时,我的脑袋里有两个自己在打架,一个说都十点了,早点睡吧!另一个说不行,不能被困难

吓倒。就在我矛盾的时候,我和台灯四目相对了,说来也奇怪,这平时柔和的灯光却变得严厉起来,好像在批评我似的。我一个激灵,把作业拿出来继续思考。又过了四十多分钟后,我解决了那道难题。这时,我看见台灯的光又变得柔和起来,好像在表扬我。

(指导老师:杨关香)

市一小教育集团举行 2024 级新生开笔礼

本报讯(通讯员 陈安林)为推进未成年人思想道德建设,加强未成年人中华优秀传统文化教育,近日,安康市第一小学教育集团隆重举行 2024 级新生开笔礼,一场融合传统文化与幸福理念的仪式如绚丽画卷般在各校区徐徐展开。

活动现场,文化气息浓郁,气氛热烈庄重,学子们齐声诵读《弟子规》《三字经》片段,清脆诵读声在校园回荡。在感恩鞠躬环节,全体学子向大成至圣先师孔子行

礼,表达敬重与仰慕;特别增设的感恩父母环节,学子深情鞠躬,感恩养育之恩,让学子懂得感恩,明白家庭是成长的摇篮与永远依靠;朱砂启智环节,老师们为启蒙学子点红痣,寓意开启智慧,学子们心中求知欲望被点燃;击鼓鸣志环节,激昂鼓声振奋人心,学子们表达读书上进、考取功名的愿望,如冲锋号角鼓舞他们为梦想努力奋斗;开笔启蒙环节,书法老师示范书写“人”字并教导做人道理,家长代表和

校领导深情寄语,饱含殷切期望、温暖鼓励与深深祝福,激励学子勇敢前行,追逐梦想,书写绚丽人生篇章。

此外,市一小与安康市博物馆在安康文庙联合举办纪念孔子诞辰 2575 周年安康市“开笔礼”示范活动,进一步弘扬中华优秀传统文化,为全市开笔礼树立典范,助力安康文化教育事业高质量发展。

近年来,该教育集团始终秉持“幸福教育”的教育理念,充分发挥中华优秀传



新生开笔礼现场



开笔启蒙



朱砂启智

安康鸿志学校坚持 党建引领建强队伍

本报讯(通讯员 王福荣)近期,在恒口示范区党工委、管委会举办的庆祝第 40 个教师节表彰暨文艺演出活动中,安康鸿志学校被授予“教育工作先进单位”,4 名老师获得先进教育工作者、优秀教师等荣誉称号。这是该校坚持党建引领加强团队建设结出的硕果。

狠抓党建引领,坚定理想信念。该校始终弘扬教育家精神,按“四有”好教师要求,建设卓越教师队伍。坚持实施“双培养”目标,从骨干教师中发展党员,把党员培养成骨干教师,各个岗位的模范带头作用显著增强。党支部不仅加强自身建设及学习,还经常与区域内外优秀党支部开展学习交流。

加强培训学习,提升教师素质。该校分期分批组织教师外出

开展学习研讨,参加省、市、区各类研讨学习的教师达 120 余人次。邀请陕西省特级教师、正高级教师、教学名师邱俊、陕西省学科带头人王娅莉来校对开展讲座培训。多次邀请市内省级教学能手来学校讲座培训,不断拓宽教师的知识面和教学教研水平。全校教学能手总数达到 24 人,其中市级教学能手 6 人。

建立关怀机制,减轻教师压力。该校建立德育处管理机制,不仅对学生不定期进行心理健康教育,还对老师开展交流谈心活动。在业务上,有教研组、备课组的帮教,也有师傅对徒弟的关怀;在思想政治上,有党支部、德育处、工会、共青团组织的关心。走进鸿志门,成为一家人,在求学追梦路上,建立起亲如一家的浓浓情谊。

汉阴:科技赋能 蚕桑产业高质量发展

本报讯(通讯员 刘东 曾瑶)蚕桑产业是汉阴的传统农业产业,但长期以来只在栽桑养蚕上做文章,存在产业结构单一问题。随着近期陕西一秋农业科技有限公司在蒲溪镇小街工业园区,投资建设的富硒桑资源系列产品开发项目建成投产,使这一局面得到有效改善。

陕西一秋农业科技有限公司是一家以桑资源开发利用为主,集研发、生产、销售为一体的农业科技公司,该企业经过前期多次实验和配料调比,成功将桑叶叶用食品加工当中,目前以生产手工桑叶面条和手工桑叶馒头为主。

“我们通过实验论证,将新鲜桑叶通过清洗、烘干等流程后,制成桑叶粉,再通过合理配比将桑叶粉与面粉融合生产出手工桑叶面条和手工桑叶馒头,为了保证质量,我们的面条都是纯手工制作,现在每天产量在 500 公斤左右。后续还将开发生产桑芽菜等系列产品。”陕西一秋农业科技有限公司负责人王艳秋介绍。

据了解,目前汉阴县共有优质桑园面积 2.5 万亩,蚕桑产业综合年产值 1 亿元左右。富硒桑资源系列产品开发项目建成投产,既有效带动当地群众就业务工,也有效延长汉阴县蚕桑产业链条,后续将进一步推动全县蚕桑产业高质量发展迈入新阶段、达到新高度,为乡村振兴发展注入新动能。