

## 致站在中考后的你

赵德莎

当收卷铃声如晨钟划破寂静，你搁下征战已久的笔。此刻你蓦然惊觉：那些台灯长明的深夜，堆满教材的书桌，铺满试卷的时光，真的暂告一段落。中考这座曾令你辗转难眠又心潮澎湃的关隘，既凝结着过往的拼搏，更承载着未来的可能。它绝非旅途的终点站，而是青春远行路上，一座深深烙刻着你拔节生长印记的、温热犹存的里程碑。

中考，是一场精心雕琢的生命礼赞，其意义早已超越知识的藩篱。这段旅程犹如一座淬炼灵魂的熔炉，将智慧的磨砺、心志的锻造与心灵的升华熔于一炉。记得吗？为攻克那道数学压轴题，你演算的草稿纸堆积如山，终在某个晨光乍现的刹那豁然开朗；面对艰涩的文言文，你将其拆解成珠，利用晨昏间隙反复吟咏，从信屈聱牙到朗朗上口；多少个炎热的清晨，你戴着耳机沉浸在英语的韵律中，让耳膜适应不同频率的语言脉动。这些浸润着汗水与执着的片段，其价值岂是冰冷的分数所能丈量？它们让你在跌撞前行中，触摸到了成长最本真的质地。

中考，更是一面照见本心的明镜。在备考的烽火与考场的静默中，你清晰地照见自己的光芒与阴影；或许你在逻辑的迷宫中如鱼得水，数理化的密码在你指尖纷纷解开；或许你天生怀揣文字的灵性，能用笔尖流淌出思想的星河。这份珍贵的自知，如同被拭亮的铜镜，映照出你独特的禀赋与可能，为未来的航程校准罗盘。

中考，亦是梦想扬帆的港湾。或许你渴望踏入名校的殿堂，为人生蓝图筑基；或许你钟情某项技艺，希望在职业教育的沃土中培育匠人之心；又或者你向往在更广阔的天地探索未知，让青春绽放异彩。无论你的志向指向巍峨高山还是涓涓细流，中考都已为你点亮了第一盏航标灯。正是在这奋力前行的征途上，你内心的方向感，如同被晨露洗涤过的星辰，愈发明亮而坚定。

然而，当笔墨的硝烟散去，青春的征途方才展开画卷。

等待成绩的日子，像被拉长的橡皮筋，绷紧每根神经。你会不自觉地陷入回忆的迷宫：那道数学选择题是否误入歧途？作文的立意是否触及灵魂？英语听力中那个模糊的音节是否准确捕捉？社交媒体上，关于试题的讨论如潮汐般起落，瞥见他人笃定的分享，再反观自己心中摇曳的烛火，那份落差感如同投入心湖的石子，激起层层涟漪。

当成绩最终尘埃落定，不同的数字如同隐形的分水岭，将大家引向迥异的人生河道。优异的同学站在繁花似锦的十字路口，是选择熟悉的乡音还是远方的召唤？中游的考生面临灵魂的拷问：是继续学业攀登还是另辟职业蹊径？几乎每一位考生，都站在了基于自身成绩的现实岔路口，如何拨开眼前的重重迷雾，寻得那条最契合自己灵魂足迹的小径，成为考后亟待解答的首要命题。

面对考后交织的复杂情绪与现实的挑战，如何在困惑的迷雾中点亮前行的灯塔，在压力的磐石上开出坚韧而芬芳的花朵，成为这段休憩时光的核心课题，让我们共同探寻前行的智慧。

缓解等待的焦灼。与其在猜想的牢笼，不如让生活丰盛起来。执起画笔，在宣纸上晕染心中的山水；系上围裙，为家人烹制一餐爱的盛宴；邀约知己，去山野追寻风的足迹，在星空下安营扎寨。这些鲜活的体验，会让焦虑如晨雾般自然消散。

为心灵解缚。过往的答卷已然定格，过度的忧虑只是徒耗能量。不妨每天给自己温柔的暗示，如同在心田播撒阳光的种子，让自信的幼苗茁壮成长。

锚定生活韵律。制定合理的暑期计划，保持规律的作息，让身体与心灵和谐共鸣。安排固定的阅读时光，坚持适度的运动，让生命之树常青。

当成绩单终于展开它的秘密，请保持澄明的心境。成绩优异者，欣喜之余更需清醒。全面了解目标高中的师资、特色与文化，如同将军研究作战地图。若你钟情数理，可选择理科见长的学府；若你醉心

文史，人文底蕴深厚的校园更为相宜。不妨提前预习高中课程，为新旅程储备能量。成绩中游者，选择需结合兴趣与愿景。若对特定领域怀有热忱，可考察优质的职业院校；若仍向往学术之路，普通高中同样天地广阔。关键在于入学后快速适应，探索高效学习方法，善用各类资源，持续精进。无论结果如何，请记住：中考只是生命长卷中的一个标点。那些挑灯夜读的坚持，那些与难题较量的勇气，那些在压力下依然挺直的脊梁，都已融入你的血脉，成为最珍贵的生命底色。

消除内心的孤寂，重新点燃生活的激情。中考结束后，面对这段“真空期”，主动规划，找回生活的节奏和意义。可以安排学习新技能，同时确保充分的娱乐休闲；观看期待已久的电影、沉浸于一本好书中，或与朋友结伴旅行，享受青春的惬意。更重要的是，利用这段时间开始思考和规划未来的目标。有了清晰的目标和计划，生活就有了航向和动力。

亲爱的考生们，中考这座里程碑记录着你奋斗的足迹。那些伏案苦读的日夜，灯光下与习题较劲的深夜，都已融入青春画卷，成为最珍贵的宝藏。无论此刻成绩单的光芒如何，也无论未来的路标指向何方，请珍视这段旅程赋予你的力量——那份坚持、那份思考、那份深刻的自我认知。

中考的帷幕落下，绝非曲终人散，而是站在一个崭新的、铺满晨曦的起点。人生的壮阔征途，远比这方小小的考场深邃宽广，前方仍有数不尽的高峰待你征服，无尽的景致待你探寻。请铭记：这一切皆是成长的见证，是生命底层的沉淀。恰似四季更迭，春华秋实，夏风冬雪，每个阶段皆蕴藏着独属的风景与深意。

前路虽远，行则将至。愿你怀揣这份历练的馈赠，以坚定的步伐，迈向那片属于你的星辰大海！



“企鹅银行”

## 德育花开竞芬芳

通讯员 刘兆阳 靳紫君 图/文

如何让“五讲四美三热爱”这一承载时代记忆的口号，在新时代校园里焕发蓬勃生机？安康市第一小学教育集团以一系列富有创意的德育实践，让传统美德在孩子们心中扎根，在实践中绽放新光彩。

在校园里，“企鹅银行”成了孩子们津津乐道的“热门打卡点”，这是一套独具匠心的德育评价激励系统。学生们通过遵守日常行为规范、取得学业进步、积极参与劳动和志愿服务等具体行动，即可“赚取”象征不同美德的

特色徽章和虚拟“企鹅币”。这些荣誉标识不仅是对良好品行的肯定，更可在“企鹅银行”兑换心仪的校园文创产品，或优先参与各类项目式学习活动。“五福争章”与“企鹅银行”的有机联动，成功将抽象的德育目标，转化为孩子们清晰可见、可触可感、即时激励的成长足迹。

德育实践的舞台，远不止于校园围墙之内。学校将美德培育延伸至广阔的生活场景：在劳动社团“浓情端午粽飘香”活动中，孩子们亲手包裹的不仅是粽

叶，更是对传统文化的深情感知与自觉传承；二年级“家长讲堂”引入非遗剪纸艺术，孩子们在巧手翻飞间，悄然播下热爱劳动、发现美的种子。项目式学习则聚焦“家乡”“成长”等主题，巧妙将校风校训融入跨学科探索，实现“润物细无声”的育人效果。

从主题班会到“班主任周”专题研讨，从六年级文化自信英语演讲到四年级联结家校的“成长礼”，德育网络已构建家校社协同共育的新格局。

## 落日的余温

恒口示范区河东九年制学校 鲁佳

傍晚时分，我踏着满蝉鸣的脆响，踏上归家的公交。公交车驶过柏油路的褶皱，流动的光影忽然将思绪拽回教学楼。作为教师，日子像被拧紧的发条，总在备课、作业本与学生间穿梭。尤其想起课堂上偷吃零食、被点名时梗着脖子的小李，苦口婆心的劝导只换来沉默的对抗，那份无力感至今仍心头萦绕。

但此刻望着天边那轮被云层轻吻的落日，忽然读懂自然的隐喻：太阳不因乌云遮蔽而放弃升起，也从不因规律的西沉而失去其万丈光芒。教育恰如四季轮转，每个孩子都是独特的种子——有的在春风里早绽新绿，有的却要等盛夏雷雨浇透才肯破土而出。就像校园花坛里，迎春在三月铺满金黄，木槿却偏要等到蝉鸣最盛时，才把粉红花穗举过教学楼的飞檐。我怎能因一时的未见成效，就挫

碎了耐心与信心？车行至汉江大桥，视野骤然开阔。恍惚间，与学生相处的片段在脑海中逐次浮现：运动会上，平日调皮的小浩主动报名接力赛，在跑道上奋力冲刺到班级摘得锦旗；还有内向的小杰，在一次作文课上，写下了对我的感谢，字里行间满是真诚与信任。原来在我为他们付出的时刻，这些温暖的瞬间早已悄悄沉入时光深处，如同此刻江面上闪烁的碎金，在记忆里熠熠生辉。

当最后一缕霞光被城市的灯河吞没，我踩着路灯的光斑走进小区。背包里的作文本依旧沉甸甸，心里却盛满了晚霞的暖意。教育何尝不是点亮心灯的过程？或许某盏灯的光芒微弱，但当无数微光在成长的长夜里次第亮起，终能织成照亮前路的星河。就像此刻隐入夜色的太阳，正在地球

另一侧积蓄着喷薄的力量，而这些被暮色浸润的教育瞬间，终将成为岁月里持久的慰藉，在每个需要勇气的清晨，重新点燃眼底的星光。

推开家门时，远处高楼的灯火正簌簌落进夜幕。忽然懂得，教书育人的真谛从来不在惊天动地的壮举里，而在每个与日落相遇的时刻。那些重复的晨昏交替，原是时光写给教育的十四行诗，在日复一日的坚守中，每个平凡日子都在迸发出新的光。

夏日的焦灼终将被秋风揉碎成蝶，我期待着明日初阳升起时，在教室门口遇见那些带着晨露的脸庞。因为我知道，只要心中藏着落日的余温，无论教育的旅程还是生命的长街，总会有不期而遇的光，在某个转角化为照亮前路的星火。

时光飞逝，如白驹过隙。转眼间，六年的小学生活即将画上句号。站在毕业的节点上，我的心中五味杂陈，有对未来的憧憬，更有对母校、老师和同学的深深眷恋。

一年级的我天真稚嫩，全靠老师们的耐心与关爱，为我打开了知识的大门。他们一笔一画教我书写拼音，课堂上老师温暖的笑容和鼓舞的眼神，至今仍历历在目。

三年级起，学习内容逐渐深入，作业量也随之增加。新开设的英语课是我特别喜爱的科目，老师常常组织“开火车”的课堂活动，激励我们踊跃发言。班主任不仅带领我们参与篮球比赛，还组织前往山庄研学……在老师们的悉心培育下，我们班级在各类竞赛中屡获佳绩，形成了团结进取的集体氛围。我个人也通过努力，在红领巾争章活动中荣获“四星章”，被授

予“美德少年”称号，并多次获评“三好学生”。六年级，因为妈妈工作调动，我转入了汉滨小学。陌生的老师和同学，全新的校园环境，我一时有些迷茫和焦虑，但在老师和同学们的帮助下，我很快适应了新环境，交到了新朋友，学习成绩也一直稳定在前列。

然而，美好的时光总是短暂的。六年级的我们，即将毕业。当毕业的脚步越来越近，我才发现，自己是如此舍不得这个校园，舍不得朝夕相处的老师和同学。

毕业，象征着一段旅途的终结，同时也开启了新的征程。我深信，不久的将来，我们定能再度相聚。那时，我们必将更加出色。毕业，不言离别，因为我们的心永远相连。（指导老师：蒋小丹）

## 毕业，不说再见

汉滨小学六年级(2)班 郝晨语

## 假如我有一个宝葫芦

安康市第一小学三年级(2)班 阮伊泽

我在一本书里读过一个神奇的故事，里面有个“宝葫芦”。这个宝葫芦可厉害了，它能实现主人的任何愿望！自从看完那个故事，我就常常想：要是我也能有一个这样的宝葫芦，和它做朋友，那该多好啊！

假如我真的有一个宝葫芦，我第一个愿望就是用它来治好我们小区里的一小妹妹。

小妹妹才五六岁，可爱极了。她的小脸圆圆的，白白嫩嫩，眼睛又大又黑，像两颗亮晶晶的黑葡萄，总是闪着好奇的光。她的小嘴红红的，像颗小樱桃。她最喜欢扎个高高的马尾辫，跑起来一跳一跳的，辫子也跟着

跳舞。每个周末在院子里玩，我总能遇到她。她就像我的小伙伴，甜甜地叫着“姐姐、姐姐”，跟在我后面。她的小脑袋里装着好多好多问题，总爱仰着小脸问我“为什么”，还特别喜欢拉着我们一起做游戏。每次看到她可爱的样子，我的心都软软的。

可是有一天放学，我在小广场的角落里看见了她。她没有像往常一样跑过来，只是躲在那儿看着别人玩。我走近一看，心里猛地一疼：她往日白嫩的小脸上，竟然多了一道长长的伤口！那伤口缝过针，像一条可怕的小虫子趴在她脸上，让她看我的眼神

都带着点害怕和难过。我心疼地拉着她的小手，问她伤口是怎么回事？她嘟起小嘴，很委屈地告诉我，是她奔跑时不小心被路边的树枝刮伤了，我的心头一紧，心疼地看着她。也就是在那个时刻，我多么希望自己能拥有一个宝葫芦啊。

假如我有一个宝葫芦，我不会利用它不劳而获，它不是一个让人偷懒的宝贝，而是一个专门帮助别人、传递爱和温暖的小天使。（指导老师：丁善学）

## 我的爸爸

安康市第一小学高新校区三年级(3)班 唐慕

爸爸是照亮我生命的暖阳，用无声的爱编织着我成长路上的每一份快乐，却总将生活的重担与疲惫，默默藏在身后。他偏爱利落的发型，高挑清瘦的身形，再配上那副方框眼镜，举手投足间满是儒雅与帅气。晨曦微露时，他已迎着七点的朝阳匆匆离家；夜幕浓稠时，才裹着一身疲惫的夜色归来。我最怕看见他累得双眼微眯，脚步虚浮地扶着墙喘息，或是被工作中棘手的事务压得低声叹气。为了稳稳撑起我们这个家，他日夜奔波不息，眼角的倦意浓得化不开，如同沉闷的墨痕。

但奇妙的是，当葫芦清脆悠扬的旋律在房间内回荡，仿佛瞬间为周遭注入了温度与光亮。欢快的音符自

时笼罩的薄雾，终会被他内心的光芒所驱散。

爸爸始终是我私人的“历史故事宝库”。当他讲述《东施效颦》时，神采飞扬，言语风趣，把那些古老的故事演绎得栩栩如生，让沉睡的历史不再是书页间生硬的符号，转而化作了眼前生动有趣的舞台剧。

这就是我的爸爸，在我心中，他永远是那阳光、最坚韧的模样。（指导老师：肖莉）

## 一幅漫画的启示

安康市第一小学四年级(14)班 刘梓宇

今天，我看到华君武先生画的一幅漫画，觉得特别有意思。

画上的线条很简单，颜色也不多。画的是棵刚种下去的小树苗，它才一米多高，只长着三根细细的树枝，上面稀稀拉拉挂着几片小小的嫩叶子。种树的叔叔刚把小树苗栽好，挖坑用的铁锹还靠在树边没拿走呢。他跑到远处的小溪边打了一桶水，正想回来给小树苗浇水。可是，当他走回来时，却惊讶地发现：一个戴着鸭舌帽和墨镜的人，竟然背靠着那棵小小的小树苗，等着乘凉！

看完这幅画，我忍不住笑出了声。小树苗才刚种下，叶子都没几片，又细又矮，这个人怎么就跑来等着乘凉了？这也太心急了吧！可是，笑过之后，我心里开始想：这不就像那个“守株待兔”的农夫嘛，他运气好，碰巧遇到一只撞在树桩上的兔子。他就以为天天坐在树桩边，兔子都会自己跑来撞。结果什么也没等到，成了大家的笑话。他就是想不干活就白捡好处。

这幅漫画还让我想起了我班上的一个同学，他真有点像画里那个等

乘凉的人。上课的时候，老师在上面认真讲课，他不是偷偷在抽屉里偷玩东西，就是弯腰去跟旁边同学讲话。每次考试前，大家都认真复习，他却一点儿也不看，总想着靠运气“蒙”对题目，结果成绩出来总是不理想。

华君武先生的这幅漫画，让我明白了几个重要的道理：天上不会掉馅饼！任何收获，都得靠我们一步一个脚印，用勤劳的双手和汗水去换来，而不是坐在那里空等。我可不能做那个背靠小树苗乘凉的懒人！（指导老师：纪爽）

## 我的自画像

高新一小四年级(15)班 于之森

我拥有一头乌黑亮丽的秀发，常扎成活活的马尾辫，奔跑时会轻轻跳动。浓密的眉毛下是一双微微上扬的杏仁眼，笑起来嘴角弯成括号形状，仿佛能装下所有喜悦。

我清楚自己有不少优点，比如乐于助人，慷慨大方、孝顺父母。但我也存在缺点，其中最困扰我的就是做事拖沓。就像上个月就该买的本子，我一直拖延到现在也没买，结果受到了老师的批评……因为这个毛病，我不知挨了妈妈和老师多少次责备。我自

己也非常苦恼，可就是难以改正，直到一次美术竞赛，给了我一次深刻的教训。

那次我要参加一个美术竞赛。比赛的前三天，美术班的老师看过我的参赛初稿后，直夸有创意，我就被选上了。后面的几天里，妈妈催我抓紧时间完善作品，可我却不慌不忙，心想：还有很长时间呢，我三下五除二就能完成。转眼间到了比赛的前一天，直到晚上快上床睡觉时，我才猛地想起这个事儿。急忙拿起笔胡乱涂色，在最短的

时间里完成了作品。比赛结果出来后，我没有获奖。

那次，虽然有惊无险赶上了竞赛，但没有完全展现出自己的水平。结束后，妈妈严肃地批评了我。并教导我，以后把要做的事情记在本子上，时刻提醒自己，这样就不会遗漏。

这就是有很多优点，但又有些小缺点的我。我相信，随着时间的推移，我会改掉这个做事拖拉的小毛病，变成一个更好的自己。（指导老师：陈亚荣）

## 撷英