

# 定西一中

校报

DINGXISHI DIYIZHONGXUE XIAOBAO

定西市第一中学 主办 准印证号:甘新出 46 字总 18 号[2025] 4 号

编委主任 李爱军 主编 董立顺

学校网址: <http://www.dxyz.gs.cn>

2025 年  
7 月 14 日  
星期一  
第 5 期  
总第 238 期



## 我校举行 2024-2025 学年度“黄河儿女奖学金”颁奖仪式

5 月 30 日,我校 2024-2025 学年度“黄河儿女奖学金”颁奖仪式在启智楼报告厅举行。

副校长田永强宣读了 2024-2025 学年度“黄河儿女奖学金”表彰决定。校级领导为获奖学生颁奖,一份份珍贵的证书,是对获奖同学的修身立德、刻苦学习的最佳褒奖。

获奖学生代表席麟昊在发言中,表达了对丁小兵爷爷的感激之情,并表示会以此次获奖为新的起点,继续努力学习,不负期望。

校长李爱军在讲话中,深情讲述了“黄河儿女奖学金”设立的深远意义。他介绍道,“黄河儿女奖学金”由学校杰出校友丁小兵先生倾情捐资设立。丁小兵先生从定西一中毕业后,在更广阔的天地里取得了令人瞩目的成就。功成名就之时,他

心怀母校,情系家乡寒门学子,毅然捐资设立此奖学金,这充分展现了他的赤子之心与桑梓之情,是对母校最深沉的感恩,也是对后世最有力的托举。

李校长强调,“黄河儿女奖学金”不仅是物质奖励,更是一张“价值标杆”与“精神引领”。“黄河儿女”寓意深刻,它代表着定中学子如黄河般坚韧不拔、自强不息、厚德载物、勇于担当的精神。丁小兵校友正是这种精神的杰出代表,他希望同学们传承“自强不息”的奋斗精神,珍惜时光、勤奋拼搏,传承“厚德载物”的品格修养,德才兼备;传承“勇于担当”的家国情怀,将个人理想融入国家发展。同时,该奖学金也将成为强劲有力的“学风引擎”与“育人推力”,激发全体同学的学习热情,推动学校教育教学工作迈向新台阶。

李校长还对获奖同学提出殷切期望,希望他们做志存高远的“追梦人”、脚踏实地的“实干家”、品学兼优的“示范者”、懂得感恩的“传承者”,将丁小兵校友的关爱和母校的期望转化为前进动力。也要求全体同学以获奖同学为榜样,努力成为具备“黄河精神”的优秀学子;全体教职员工坚守育人初心,为培养更多优秀“黄河儿女”贡献力量;学校也将不断优化育人环境,完善激励机制。

此次“黄河儿女奖学金”颁奖仪式,让全体师生深刻感受到了丁小兵校友的无私奉献和对母校的深切挂念。相信在这份爱心的激励下,我校学子定会心怀感恩、努力学习,传承“黄河儿女”精神,在未来以优异的成绩回报社会,续写我校教育新的辉煌!

(政教处)

## 资助育人

——我校举行 2024-2025 学年香港“黄土地励学金”发放仪式

陇中六月,爱心涌动。6 月 10 日,我校 2024-2025 学年香港“黄土地励学金”发放仪式在启智楼报告厅举行。这是香港黄土地基金会爱心人士连续第十六个年头将温暖与关爱播撒在这片坚韧的黄土地上,他们持之以恒的爱心,如同黄土地一般深沉而厚重,滋养着来自农村的品学兼优、家庭经济有困难的学生,为他们托起一片充满希望的蓝天。

香港黄土地基金会主席黄志光先生、总干事黄珍妮女士、慈善人士王文彬先生、丘小敏女士,定西市侨联副主席、秘书长蒲玉参加发放仪式,学校领导、部分师生代表共同见证了这一充满温情的时刻。在热烈的掌声中,校长李爱军代表学校致辞。他高度赞扬了香港黄土地基金会情系西部教育、心牵寒门学子的高尚情怀,这份跨越山海的善举,不仅是对学子们物质上的支持,更是精神上的巨大鼓舞。他勉励所有受助学生铭记这份关爱,将感恩之心化为奋发之志,以优异成绩和实际行动回馈社会,传递这份无私的爱与温暖。

黄志光主席、黄珍妮女士、蒲玉副主席等与会嘉宾及学校领导,亲手将承载着肯定与期许的荣誉证书,郑重颁发到每一位获奖同学手中。证书虽轻,情意千钧,学子们脸上洋溢的笑容与坚定的眼神,诉说着内心的感激与承诺。

黄志光主席和黄珍妮女士在讲话中

深情回顾了基金会扎根西部、助力教育的初心。他们表示,定西学子在艰苦环境中展现的勤学上进、坚韧不拔深深打动了基金会同仁。黄主席勉励同学们:“知识是改变命运最强大的力量。希望你们珍惜时光,不畏艰难,勇敢追梦。香港黄土地基金会一如既往地关注和支持你们,做你们求学路上的坚实后盾。”黄珍妮女士勉励同学们要记住黄土地基金的精神,感恩、回馈、做一个好人。话语真挚,饱含深情,深深感染了在场的每一个人。

仪式结束后,这份跨越地域的情谊仍在延续。基金会爱心人士特意与刚刚结束高考的高三年级励学金获得者共进午餐。席间,亲切的交谈拉近了彼此的距离,嘉宾和往届毕业生分享的人生经验与鼓励,为即将走向大学生活的学子们注入了强大的精神动力。临别之际,爱心人士还向高三学子们赠送了精心准备的纪念品,小小的礼物承载着大大的祝福,祝愿他们金榜题名,展翅高飞。香港“黄土地励学金”在我校的持续落地,是爱心力量跨越山海的生动诠释。它不仅为品学兼优的学子扫除了求学路上的经济障碍,更在他们心中深植了感恩与责任的种子。这份来自远方的温暖,必将激励学子们以优异的学业成就和奉献社会的实际行动,将这份人间大爱薪火相传,让梦想之花在陇原大地绚烂绽放。

(政教处)

## 陇原燃星火 体教启新程

——2025 年甘肃省普通高中体育与健康学科骨干教师能力提升培训活动在在我校成功举办

教育如星辰,需群星璀璨方能照亮苍穹。为贯彻落实教育部《关于加强和改进新时代基础教育教研工作的指导意见》和《甘肃省基础教育教研改革“六大行动”实施方案》等文件精神,进一步提升甘肃省普通高中教师课堂教学、教科研能力与水平,促进全省普通高中教育教育质量提升,6 月 29 日至 7 月 2 日,由甘肃省教育科学研究院主办、我校承办的 2025 年甘肃省普通高中体育与健康学科骨干教师能力提升培训活动成功举办,为全省体育与健康学科骨干教师播撒体育育人的新火种搭建起理论与实践的虹桥。甘肃省教育科学研究院和定西市教育局领导,特邀授课嘉宾、全省各学科骨干教师代表及我校全体体育与健康学科教师共计 100 余人共同参与了本次活动。

开班典礼由定西市教育科学研究所所长王永明主持,他首先对远道而来的嘉宾及教师们表示热烈欢迎,并强调教师需将所学转化为实际行动,助力学校体育创新。校长李爱军在欢迎词中讲到,本次培训旨在提升体育与健康学科骨干教师的教学水平和实践能力,进一步推动体育与健康教育的创新发展,培养出更多优秀的体育与健康骨干教师,为培养身心健康的新一代贡献力量。甘肃省教育科学研究院高中学前与特殊教育研究所所长杨军峰对教研基地建设及活动开展作了强调,一是要提高政治站位,充分认识学科基地的重要价值;二是要创新方式方法,不断发挥学科基地的整体功能;三是要加强统

筹谋划,努力开创学科基地的美好未来。

传承是根,创新是翼。6 月 30 日上午,重庆市第八中学校的女排教练林建萍老师为学员们带来了热身、小球以及各种防守训练方法的讲解与示范。他凭借丰富的教学经验和专业技能,让学员们受益匪浅。下午,林老师继续深入讲解了各种扣球、传球、串联配合以及一攻训练方法,堪称运动的视觉盛宴,让学员们在实践中不断提升自己的教学能力和训练水平。

7 月 1 日上午,西北师范大学体育学院副院长李斌教授为学员们带来了以《高中体育教学中篮球训练方法与技巧探究》为主题的高中篮球训练理论的讲解。他深入浅出地阐述了篮球训练的理念、方法和技巧,让学员们对篮球训练有了更深入的认识。下午,李教授又给学员们示范了高中篮球训练方法和技巧的实践教学,通过实际操作让学员们更好地掌握篮球训练的技能和方法。

7 月 2 日,我校教师李媛媛和杨宝龙分别展示了啦啦操体能课与篮球交叉突破课,以学生为主体的教学理念和多样化的课堂设计赢得广泛好评。李媛媛老师的《啦啦操组合与体能》展示课从热身活动、学生展示、老师评价、放松小结四个主要环节展开,整个过程让学生的肢体语言充满现代韵律。杨宝龙老师的《篮球交叉突破突破》展示课,通过集体学习、小组、合作、探究、分组练习,实战比赛,体能提升几个主要环节,体现了由易到难的“学-练-赛-评”任务

驱动学习教学成果。

展示课后,全体培训教师还参观了我校校史馆和学校基础设施建设,深入了解了我校八十多年风雨兼程的辉煌历程与办学特色。色泽渐变的照片如同时光的琥珀,凝固着学校全体体育人的精神血脉,诉说着体育与健康教育不仅是技能传授,更是精神传承的发展过程。

本次培训活动的结业仪式由我校副校长田永强主持。学员教师代表,即庆阳四中的栗康明老师和陇西一中的冯刚老师分别分享了学习心得与感悟。我校党委书记刘顺义作了总结讲话,他说:“结业不是终点,而是我们以更加饱满的热情、更加专业的素养投身到体育与健康教育事业的新起点,希望大家将所学、所思、所悟带回各自的工作岗位,勇于实践,不断创新,努力做立德树人的践行者、教研转型的先鋒队、终身学习的示范者,共同为促进陇原学子身心健康、全面发展贡献更大的力量”。

当每位骨干教师成为火种,整个陇原大地的体育教育必将燃起燎原之势。这不是终点,而是新时代甘肃体育与健康教育长征的新起点。让我们共同携手,以今日所学点亮万千学子的生命之光。此次培训不仅为甘肃省体育与健康学科骨干教师搭建了专业成长的平台,更通过专家引领、现场示范与深度研讨,为新时代体育与健康教育发展注入了新动能。相信他通过四日的淬炼,必将催生更多“强健体魄筑基,健全人格赋能”的教学实践成果。

(教研处)

## 守真至善启新程 博学致远报家国

——我校 2025 届高三毕业典礼圆满落幕

当六月的风拂过校园,青春的骊歌悄然奏响。6 月 11 日上午 8 点,我校体育馆内掌声雷动,2025 届高三毕业典礼在此举行。校级领导、高三年级全体师生齐聚一堂,用十二个温暖而庄重的环节,为高中时光画上圆满句号。

国歌奏响时,全体师生肃立行礼,目光坚毅。当学生代表为教师佩戴胸花、献花致谢的瞬间,讲台前的身影与台下的目光交织着感恩与不舍——三年晨昏相伴,粉笔灰落肩成雪,此刻化作学子鞠躬时最真挚的告白。

大屏幕亮起《今天,我们毕业了》的视频,军训迷彩、课堂剪影、运动会呐喊、远足旅行,每位学子的个人独照……一帧帧画面闪过,笑泪交织的高中记忆在掌声中重映。李爱军校长亲自为学生代表颁发毕业证书,红本烫金的“毕业”二字,是寒窗苦读的勋章,更是奔赴山海的通行证。

校领导为获奖学生代表颁奖。“优秀三好学生”、“优秀团干部”、“优秀班干部”、“优秀团员”的颁奖词掷地有声,获奖者胸前的纪念章在聚光灯下闪耀。高二 18 班班长曹瑞杰从高三 20 班班长王家瑞手中接过校旗时,红色旗帜传递的弧度,恰似精神传承的轨迹。

李爱军校长在寄语中回顾了高三学子从青涩到成熟的蜕变,勉励他们“以博学为帆,以笃行为桨,在时代浪潮中书写家国担当”。他以三句话与同学们共勉:一是要做永葆初心的追梦者;二是要做知行合一的奋斗者;三是要做胸怀家国的担当者。同学们,母校永远是你们的港湾,愿你们带着“守真”的底色,在更广阔的天地践行“至善”的追求。

啦啦操队员跳跃的身影点燃全场,《奔跑的青春》的旋律里,学生代表刻如玉在发言中回忆:“教室的灯光曾陪我们挑灯夜战,操场的跑道见证过我们的汗水与誓言。今天,我们将带着‘守真至善,博学致远’的校训,在星辰大海中乘风破浪。”当全体学生集体诵读《短歌行·别母校》时,“与子同袍,共赴韶光”的誓言响彻在体育馆穹顶,化作滚滚的回响。

最后,退场音乐响起,校领导和老师们击掌相送。毕业生们穿过侧门的瞬间,凤凰花的旋律与掌声重叠——此去山高水长,愿每位少年都能以“守真至善”为剑,携“博学致远”之志,在更广阔的天地间书写家国答卷。

(党政办公室)

# 党旗飘扬引征程 师道赓续育栋梁

## ——我校隆重举行2025年庆“七一”暨“强师德 铸师魂”演讲比赛

在中国共产党成立104周年之际，为深入学习贯彻习近平总书记关于教育的重要论述，进一步弘扬和践行教育家精神，我校隆重举办2025年庆“七一”暨“强师德 铸师魂”教师主题演讲比赛。

比赛现场灯光璀璨，气氛热烈。付柯程、石锦泓两位同学带来歌曲《如愿》，伴随着激昂的开场乐，主持人宣布比赛开始，参赛教师们依次登台。

来自五个党支部、两个年级部的7位教师以声传情、以言立志，用饱含深情的语言讲述了自己的师德故事，为现场观众带来了一场涤荡心灵的精神盛宴。

“教育不是注满一桶水，而是点燃一把火。”数学党支部的靳晓霞老师以《以爱为墨，书写教师的师德华章》为题，讲述了自己班上胆怯内向的学生在老师专属学习计划中找回自信的故事，用爱与智慧描述了一幅动人的教育画卷。

“教育帮扶路，山海总关情。”高一年级部的刘柏琦老师从党史中汲取力量，以《建功新时代，践行新思想》为主题，讲述了自己的“教育帮扶”回忆，从毅然奔赴积石山的坚定到“轻舟已过万重山”的慨然，一展新时代教师“为党育人、为国育才”的使命担当。

平凡岗位上的微光，汇聚成教育星河中最温暖的底色。行政党支部的郑雅尹老师分享了她十年教辅工作的心得感悟——“每

一位教育工作者都应该以乘风破浪的姿态为学生健康成长保驾护航，用细致与坚守，点亮教育星河之光。”

“教育，是一门遗憾的艺术。”语文党支部的牛婷婷老师深情讲述了让自己感到遗憾的几个教育瞬间，“我们倾注全部的心血，却总有力不能及的瞬间；我们渴望尽善尽美，却无法撼动那些‘阳光照不进角落’。教育最深的无力，是眼见璞玉在掌心迸裂，而教育最美的光芒，是明知遗憾却依然选择坚守。”牛老师动情的演讲引起在场教师许多共鸣。

理化生音体美党支部的张凯帆老师讲述了他对“以体载德，以行铸魂”的思考，作为一名体育老师，他用青春的热情点燃学生的运动激情，用规则的哨声传递教育的温度，在平凡的岗位上跑出了教育的加速度。

高二年级部的党彩娟老师以语文人特有的细腻情怀，坚守着她对教育事业十几年如一日热爱。通过讲述自己和一位同学书信来往的过程，党老师将对“师德之光”的理解娓娓道来。文字搭建起了心灵沟通的桥梁，藏在暖气氛后的书信组成了感人的教育诗篇。

政史地英党支部的巨文娟老师以《春风化雨育桃李 山海经纬铸师魂》为题分享自己的育人故事。作为一名地理老师，她在教育的山海经纬间，用信任点亮每一颗

探索世界的心灵。“选择了教师，就是选择了奉献；选择了教育，就是选择了坚守。”巨老师坚定的话语，道出了全体教师的心声。

“五十载初心如磐，半世纪信仰弥坚”我校一代又一代教师默默奉献、铸就师魂的缩影，用日复一日的坚守与奉献，托起了学校发展的基石，赓续着党旗传承的荣光。李世福老师将毕生的心血都倾注在了他所热爱的教育事业之上，党委书记刘顺义为李老师颁发“光荣在党五十年”纪念章（张建辉老师代领）。全场教师重温教师誓词。

经过激烈角逐，最终评选出一等奖2名、二等奖2名、三等奖3名。副校长张小兵宣读获奖名单，校长李爱军为获奖教师颁发荣誉证书。

校党委书记刘顺义在总结讲话中希望老师们以此次比赛为契机，牢记为党育人、为国育才的初心使命，以更加饱满的热情投入到教育教学工作中，为培养德智体美劳全面发展的社会主义建设者和接班人贡献力量。

薪火相传，弦歌不辍；初心如磐，使命在肩。此次演讲比赛不仅为教师搭建了展示教学智慧与教育情怀的舞台，也激发了全体教职工爱岗敬业的情怀和教书育人的责任感，我校教师将继续以昂扬的姿态、坚定的决心，书写新时代教育事业的壮丽篇章！

（校团委委）

# 传承红色基因 赓续奋进力量

国旗下的讲话

尊敬的老师，亲爱的同学们：大家上午好！今天我在国旗下演讲的题目是：传承红色基因，赓续奋进力量。

当晨光为五星红旗镀上金边，我们即将迎来党的104岁生日。此刻站在国旗下，我仿佛触摸到历史的心跳——1921年南湖红船上的那盏马灯，如何照亮了今日的神州大地。

104年前，平均年龄28岁的13位代表，在租界巡捕房的追踪下完成建党伟业。他们手中没有枪炮，却握紧了改变中国命运的真理。那时的中国，内忧外患，人民生活在水深火热之中。但中国共产党一经成立，就把为中国人民谋幸福、为中华民族谋复兴确立为自己的初心使命。在血与火的战争年代，无数共产党员抛头颅、洒热血，用生命捍卫信仰。李大钊先生高呼“试看将来的环球，必是赤旗的世界”，从容就义；方志敏烈士在狱中写下《可爱的中国》，坚信“中国一定有个可赞美的光明前途”；杨靖宇将军在冰天雪地中与敌人顽强战斗，直至壮烈牺牲……正是这些英雄们的无私奉献，才换来了新中国的成立，让中国人民挺直了脊梁。

新中国成立后，中国共产党带领全

国人民进行社会主义建设，克服重重困难，取得了举世瞩目的成就。从“两弹一星”技术的自主掌握，到改革开放的伟大决策；从脱贫攻坚战的全面胜利，到全面建成小康社会；从载人航天、探月工程的突破，到“一带一路”倡议的深入推进……每一个成就的背后，都凝聚着中国共产党的智慧和力量，都彰显着中国共产党以人民为中心的发展理念。

作为新时代的高中生，我们是祖国的未来，民族的希望。站在新的历史起点上，我们要传承红色基因，赓续奋进力量。树立正确的价值观和人生观，培养高尚的道德情操和坚韧不拔的意志品质。筑牢信仰根基，书写“忠诚印寸心”的报国答卷；锐意闯关夺隘，书写“越是艰险越向前”的进取答卷。

同学们，七一建党节不仅是一个纪念日，更是一个激励我们前行的号角。让我们“感党恩，听党话，跟党走”，把“请党放心”的誓言，化作晨读时的书声、实验室的数据、运动场的汗水。在实现中华民族伟大复兴的征程中，贡献自己的青春力量，让青春在党和人民最需要的地方绽放绚丽之花！

（高一16班团支部）

# 毅行逐梦踏征程 青春远航向未来

## ——我校高二年级全体师生远足活动纪实

拉开了活动的序幕。

### 征途上的风景：足迹与歌声共鸣

从学校到张家湾，再经福州亭、魁星阁返程，10余公里的路线如同一幅成长长卷。行进中，两路纵队的队伍宛如长龙，整齐的步伐踏碎晨光。正龙路路口，安全保障组的教师们手持指挥旗疏导交通；张家湾的陡坡前，同学们相互鼓励，搀扶着体力不支的学生；福州亭下的文艺活动，则将气氛推向高潮；魁星阁的石阶正被青春的脚步丈量成通往梦想的阶梯。

### 返程后的回响：汗水与信念同辉

正午的阳光洒在启智楼广场，返程的队伍虽有疲惫却斗志昂扬。学生代表张茜楠分享道：“此次活动，我们用脚步丈量前行之路，用汗水浇灌梦想之旅。10余公里的旅途，也让我们明白，路虽远，行则将至；事虽难，做则必成。”班主任代表汪进老师鼓励学生：“远足中‘不走回头路’的坚持，应当化作刷题时‘不放弃每道题’的毅力。”年级主任的总结则如战鼓：“今天

你们用脚步丈量坚韧，明天必能用笔尖书写辉煌！”活动结束后，各班学生主动清理场地垃圾，“来时干净，走时不留痕”的承诺，让远足途中的草木见证了一中学子的文明素养。

这场远足，早已超越了里程的丈量，有启程时的豪情，有途中的挑战，有同伴的扶持，更有抵达后的成长。当2026届学子重新走进教室，他们鞋底的泥土已化作笔尖的力量——因为他们知道，青春的远航，正从这场毅行开始，驶向更辽阔的海。

（2023级级部）

# 喜报

在6月中旬结束的2025-2026全国青少年排球联赛暨中学生排球区域联赛（甘肃赛区）中，我校男女排球队凭借出色的发挥和顽强的斗志，双双斩获冠军。

（教务处）

# 杏坛新芽绽芳华 匠心传承启新章

## ——我校组织2025年青年教师出师课说课活动

赤日流金熔蜡炬，杏坛薪火燎原野；薰风拂卷展新卷，雏凤清声彻云霄。为践行党的“教育强国”理念，落实学校教师梯度培养计划，深化新时代学校教师队伍建设的，我校组织2025年青年教师出师课说课活动。这场承载着“青蓝接续”使命的教学活动，既是对“青蓝工程”阶段性成果的检验，更是青年教师以课堂为纸、以粉笔为剑，书写教育初心的实战演练。

三位来自物理、政治、地理学科的青年教師，依据《定西市第一中学“青蓝工程”实施方案》和《定西市第一中学2025年青年教师出师课说课活动实施方案》，通过现场抽题、限时备课、传统说课的形式，以说课为舟，载着教育理想，用粉笔勾勒初心，以热忱续写师魂，在学期末的钟声里交出成长的答卷。

说课环节亮点纷呈、环节完整。每位教师从教材解析到板书设计，既恪守学科《新课程标准》和说课六要素的规范，又融入跨学科思维与生活化素材，展现出扎实的专业功底与创新活力。

指导教师从说课题、教材解读、体现核心素养渗透的过程设计及一年来三

位青年教师的成长历程等角度作了中肯的评价。活动评审团队从教学逻辑、互动设计、学科素养等维度进行多维点评，既有“板书结构如山水画卷”的赞誉，亦有“预设问题可增加开放度”的恳切建议；既关注教学设计的严谨性，更捕捉说课时的眼神交汇时的温情瞬间。

校长李爱军肯定了三位青年教师热爱学习、虔诚求教的端正态度，并向他们提出两点期望，一是要保持爱学习、肯钻研的职业精神，学习系统的教育理念，在教学实践中总结“接地气”的教学模式；二是建立“亦师亦友”的和谐师生关系，既要营造“尊师重教”的授教求学环境，让学生以敬畏之心求学，又要以关爱之心关注每一位新时代青少年的茁壮成长。

薪火燃星海，匠心琢玉成。这场考核并非终点，而是教育长跑的新起点。砥砺研思，踵事增华。未来，学校将以此次活动为基石，让青年教师如春苗遇霖，既扎根传统师道沃土，又向着教育创新的星空拔节生长。当粉笔灰落成星霜，这群教育追光者，正以“雏凤清于老风声”的姿态，续写着一中育人篇章的崭新诗行。

（教研处）

六月的晨曦洒满校园，我校高二年级全体师生以脚步为笔、以汗水为墨，在“毅行逐梦 青春远航”远足活动中，书写下属于青春的坚韧篇章。这场从校园到魁星阁的征程，不仅是对意志的磨砺，更是高三备考路上的热血誓师。

### 晨光中的出征：誓言与旗帜同扬

“心怀凌云志，脚踏万里疆！”7时40分，启智楼广场上，19个班级的方阵如松挺立。学生代表张雅喆领誓的远足誓词响彻云霄，字字铿锵中是“纵烈日灼空，不改远征之念”的决心。李爱军校长将校旗授予予年级部时，红色旗帜与白色校服交相辉映，恰似青春热血与理性征程的碰撞。各班打旗学生身着分队服，班旗猎猎作响，“高三加油 高考必胜”的口号此起彼伏，

# 星级人物风采



高一18班的姜文翰同学以勤奋刻苦为根基，善于制定科学的学习计划，构建起系统化、个性化的知识网络。在课堂上，她始终保持敏锐思维，既能深入理解教学内容，又能提出创新观点，在师生互动中激发思维火花。课后她坚持高效学习习惯，通过“预习-学习-复习”的良性循环不断提升学习能力，突破自己的成绩上限，同时主动拓展学科前沿知识。作为学习小组中的核心成员，她主动搭建互助平台，运用各种方法为同伴解疑释惑，展现卓越的团队协作精神。日常行为中，她恪守行为规范，将自律意识内



化为成长动力，是校园文明建设的积极践行者，展现出新时代优秀学子全面发展的卓越风采。

高二15班的于莹同学以锐意进取为笔，以责任担当为墨，在青春的答卷上书写自强篇章。她既是学习征途的破浪者——面对数学导数难关，她虚心请教、周周不辍，创建专题答疑群，将晦涩变通透；又是同窗共进的点灯人——策划英语对话活动，设计热点话题，让口语练习成为班级风尚。生活里，她是午休时分的补课老师，是运动场边的后勤卫士，用无声行动诠释“强者愈强，达者兼济”。这颗自强之星的光芒，已化作十五班永不言弃的精神火炬，照亮集体前行的星空！

秋千运动是大家非常喜爱的一项体育运动,我们常会看到,人们站在秋千板上,然后适当地用力,并不断做下蹲起立的动作,秋千就会越荡越高。有时候,一个人坐在秋千板上,另一个人缓慢地周期性地施加一个很小的力,秋千也会越荡越高。但是我们仔细想想,在这两种情况下,秋千越荡越高的能量是从哪儿转化来的呢?对于这个问题,我们下面做一些详细的讨论。

当有第二个人用力推时,能量的转换是很明显的,是第二个人提供了能量,转化为荡秋千者的机械能。这种情况也有个问题,就是施力的节奏,这个外力必须是周期性的,且其周期要与人荡秋千的周期一致,这样才会越荡越高。这在物理上叫做共振,系统受外界激励,作强迫振动时,若外界激励的频率接近于系统频率时,强迫振动的振幅可能达到非常大的值,这种现象叫做共振。一个系统有无数个固有频率,我们常研究低频率的系统频率。

共振是物理学上的一个运用频

率非常高的专业术语。共振的定义是两个振动频率相同的物体,当一个发生振动时,引起另一个物体振动的现象。共振在力学中亦称“共鸣”,它指的是物体因共振而发声的现象,如两个频率相同的音叉靠近,其中一个振动发声时,另一个也会发声。

共振不仅在物理学上运用频率非常高,而且,共振现象也可以说是一种宇宙间最普遍的和最频繁的自然现象之一,所以在某种程度上甚至可以说,是共振产生了宇宙和世界万物,没有共振就没有世界。共振现象在生活中也被广泛应用,乐器暂且不论,我们每天看的电视和听的收音机就是根据共振原理而接受信号的。

在秋千运动中,我们发现一个人站在踏板上荡秋千,如果利用合适的技巧,慢慢的,人便会越荡越高,在这个过程中,系统的机械能越来越大。那么增加的机械能是从哪里来的呢?而秋千运动的技巧又是怎样的呢?带

## 物理与生活(十)

——秋千运动中的物理

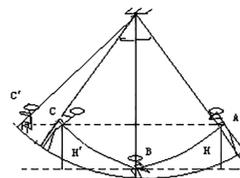
物理教研组 古建新

着这些问题,我们用物理中学过的机械能守恒定律的知识来寻找答案吧。

我们知道,如果只有重力或弹力做功时,物体只发生动能与重力势能或弹性势能的相互转化,而物体的机械能保持不变。根据这个定律,在秋千运动中,如果人站在踏板上不动,让自己从一边自由摆下来,再摆到另一边时,总的机械能不可能增加,也就是荡起的高度不可能越来越高。那么要不依靠外界而越荡越高,这个能量必须由荡秋千的人自己提供,那就必须要利用一定的技巧。根据经验,我们从一边摆下时要做下蹲动作,在最低点时下蹲到最低。而在另一边荡起时又要站起来,到最高点时完全站立起来,返回时又要下蹲,如此反复,秋千便越荡越高了。到底是不是这样呢?我们不妨分析一下这个过程物

理学原理。

如图所示,假如一个运动员从A点以站立姿势从静止开始荡下,下降过程运动员马上做下蹲动作,A点与B点人的重心的高度差为H,因为此过程只有重力做功,因此系统机械能守恒,设最低点速度为v,则有



$mgH = \frac{1}{2}mv^2$ , 当人从最低点B向C荡起的过程人又站起来,设人的重心升到高处,因为这个过程与摆下的过程具有对称性,在此过程中机械能也守恒,则可知  $\frac{1}{2}mv^2 = mgH$ , 这样始终与H相等,说明人不会越荡越高。那么,到底怎样才能越荡越高呢?荡过秋千

的人如果仔细想想就会发现,人越荡最低点后并没能马上站起来,而是自由摆到最高点,因在这个过程中只有人的重力做功,系统机械能守恒,因此整体的重心高度仍然要达到H,此时人将摆到C'点,如图所示。我们看到因为人是蹲着的,而A点与C'点的重心高度又相等,C'点绳子摆过的角度必然比开始的A点大,此时系统速度为0,若此时人迅速站起来,重心必然要升高一些,与A点相比,重心已经升高了一些。机械能也增大了,然后再重复前面的过程,人自然会越荡越高了。

这样看来,荡秋千的技巧并不是摆下的过程下蹲,摆上的过程站起来,而是摆下的过程蹲下,摆上的过程不动,摆到最高点时迅速站起来,这样才会越荡越高。而在这个过程中人增加的机械能从哪儿来呢,我们看到,当人运动到C'点时,在极短时间内,人的重心迅速升高了一些,而正是在这时,人对自己做了功,人消耗了体内的化学能,并把它转化成了机械能。

## 雕塑,历史的艺术家

高二(5)班 黄博渊

艺术,是一艘扬帆起航的小船。它穿梭于人类历史的漫漫长河之中,在船头,伫立着一种不朽的伟大。这种伟大不仅绽放在艺术领域,更镌刻于墙壁、凝固于泥土、充盈在人类的精神世界。

雕塑,是立体的艺术诗篇。它赋予木头、泥土以灵魂与生命,让单一的物质焕发出生命的色彩。它极目远眺,又蓦然回首,仿佛在诉说历史的沧桑过往,又似在表达对未来的殷切期盼,或许还在默默完成着某种神圣使命。

在我国悠久的历史长河中,雕塑是一颗璀璨的明珠。深埋地下、气势磅礴的秦始皇兵马俑,历经风雨却仍屹立于壁龛之上的中国石窟,皆是历史馈赠的瑰宝,是历史画卷上浓墨重彩的笔触。这些艺术品凝聚着匠人的心血,见证着古代人民的智慧与勇敢,让中华文明在世界东方燃起永不熄灭的火光,光芒照亮四方,并远播世界。

在西方世界,雕塑艺术同样书写着不可磨灭的辉煌。米隆的《掷铁饼者》、米开朗基罗的《大卫》、阿历山德罗斯的《米洛斯的维纳斯》等经典之作,在其光彩夺目的背后,是创作者无数的心血与付出。

雕塑艺术的魅力,不仅在于作品的形态,更在于其神态。位于陕西省西安市的秦始皇兵马俑,堪称神形兼备。从细节到外观,无不带给人震撼之感。每个兵马俑都独具特色,他们眼神中满是坚定与勇敢,既倾泻着被埋藏千年的寂寥,又彰显着誓死守卫的决心。凝视它们,仿佛开启了一场跨越千年的对话。

甘肃省天水市的麦积山石窟,亦是千年佳作。在形似麦垛的山头上,众多佛像巍然屹立,任凭流水风沙侵蚀,依然坚守万年,见证历史的沧桑变迁,守护一方水土。每一尊佛像,无论站立还是盘坐,都散发着佛教文化的神圣气息。尽管佛像面庞受流水侵蚀,但眼中的光芒依旧明亮。

地处甘肃西边的敦煌莫高窟,更是鬼斧神工。敦煌壁画的五彩缤纷,彰显着雕塑艺术的绚烂;壁画上人物自由飞翔的姿态,展现出雕塑艺术的开放与自由。尘封千年的记忆被开启,敦煌壁画带我们走进一个神秘而精彩绝伦的世界,热烈奔放与五彩斑斓是这里的独特标签,也是人们精神世界的生动写照。

一件艺术品的最大成功,在于实现心灵的沟通与精神的彰显。当你伫立在雕塑面前,收获的不仅是视觉盛宴,更是心灵的享受与精神的放松。它能陶冶情操,让你领略真正的美。沉醉于雕塑之美,你能感受到人类的智慧、线条的柔美,以及立体几何带来的视觉冲击。

雕塑,搭建起与人类交流的桥梁,传递着爱与美,展示着悠久的历史文化。在漫长的时间隧道里,它如同照明灯与指路人,引领我们尽情遨游。

雕塑艺术,恰似一台望远镜,能让我们回望繁荣的过去,见证朝代的兴衰更迭。艺术是无声的语言,而雕塑就是这门语言的翻译官,将艺术的思想与灵魂毫无保留地完美呈现,拉近我们与艺术的距离,让艺术成为我们的挚友。

在这个多元文化交融的世界,越来越多的艺术文化悄然兴起,雕塑文化也面临着前所未有的挑战。作为雕塑爱好者,我深知自己有责任保护雕塑文化,宣传雕塑艺术的独特魅力。

回顾雕塑的发展历程,在其巅峰时期,无数优秀作品涌现,人们对雕塑的热爱无比炽热,推动着雕塑艺术快速发展。时至今日,雕塑艺术依然蓬勃发展。在现代技术的加持下,雕塑艺术呈现出3D打印、动画模拟等新形式,这既是对传统雕塑艺术的传承,也是创新和发展。

星星之火,可以燎原。我想,若每个人心中都有一丝对雕塑艺术的热爱,汇聚起来便会成为无限的爱。我爱雕塑,不仅因为它的艺术形态,更因为它是心灵的挚友,是跨越千年历史的良师。

雕塑,当之无愧的历史艺术家。

己巳四月十

九未时六刻,余至启智楼之南侧。彼时,春意正浓,校园周遭,叶冠蓬蓬;

丛草萋萋,绿意盎然。及至近坛,但见妖红粉,夺目而来。为翠芳灌丛所护者,竟是片片牡丹。此类牡丹,既不似楼前旗台处迎人者庄恭挺立,亦不同于尚德楼下自乐者欢欣灵动。院后牡丹,新绽者缤纷艳丽、肆意舒展,久长着奢华美艳、烂漫妖媚。

其花瓣色彩奇异,内侧轻点嫩粉,宛如婴孩初醒,粉嫩脸颊;中间拱起云紫之色,恰似醉痕之上锦绣绸缎;边缘渍染墨褐之痕,仿若边地贵如高贵的眉黛。神态慵懶、情思疏淡,又姿态争艳。如绮罗锦簇,似万色渲染。自满眼单调绿意中得见

## 牡丹怨·学《菩萨蛮》有感

高二(5)班 李依静

这般的绚烂繁复之景,余思绪万千,却无一丝欢喜。盖略述,唯“糜腐”二字可与其景相映。

又逢周五,余于语文课堂聆听《菩萨蛮·小山重叠金明灭》之讲析,课后独自思索却不得其解。行数步,又路遇启智楼南侧之小丛牡丹,花期已逝,如流水东去,丛中花瓣凋零、花蕊枯萎,仅余寥寥杂草。又忆起上周所观之景,余以为娇花与寒木,存则供人赏玩,灭则因满足利益,此与封建制度下世人之境遇相比,本质无别。念及于此,似有所顿悟,故撰杂文乱词,以作纪念。

学府后院, 蓊苒掩春, 脂膏欲赋迷神弦; 层绸叠华, 丝管纷奏, 紫色糜放榛

莽谢。

娇姿无思, 展瓣放肆, 艳阳舞春无顾念; 文人慧眼, 神凝绮罗, 妙语描绘妖娆姿。校楼前林, 书声琅琅, 高枝茁叶齐遮阴; 渺草固石无人怜, 小径幽寂, 行人轻拂。老松无趣, 白驻涸土, 洪厄喷视无处进; 桧树秃陋, 极天狱火, 荒渺昂首绿盈。花林草木自有道, 高劣本难分, 其实用者, 以为更妙。

纵观花林千百类, 何不在人为? 硝烟漫染林嘶嚎, 不过食僻足贪履; 人间盛色万挤同, 富贵尘院闹门前。新栽小植亦光鲜, 主人逃家坠河畔。曾几闻鹏逸银川, 终难浮浪沉海渊。幸某人非草木, 颤睫阖目, 只空长嗟。

## 享电影之乐, 悟精彩人生

高二(17)班 孙琪

帕索里尼说过:“生活的全部,它行动的整体,乃是一部自然生动的电影。”不可否认,电影在带给观众轻松、愉悦的同时,也反映着真实的人生,蕴含着十分深刻的道理。无论是令人捧腹的商业喜剧,抑或发人深省的现实主义佳作,优秀电影总能在虚实交叠间,为观众搭建起洞见生命的观景台。

假期里,我观看了电影《飞驰人生2》和《第二十条》,前者让我感受到了梦想的力量,机会的宝贵,后者让我体会到了正义与公平。作家柳青说,人生道路虽然漫长,但紧要处常常只有几步,这几步一定要高度重视,因为哪怕你努力无数次,真正的机会就那么一两次,恰恰出现在迈出这关键几步的时候,抓住了,人生会芝麻开花,节节高;浪费了,就会像高台跳水,直接跌落。《飞驰人生2》中的张弛,就像我们普通人一样,一边摆烂,一边不甘,曾经那么风光无限的赛车手,如今却变成要倒闭的驾校教练,他好像已经对生活服了软,但又会在夜深人静的时候重复说着:“我还是喜欢赛车,还是想试一试。”会在翻车后一个人偷偷哭泣,这不就是我们真实的人生吗?

因为热爱,因为梦想,让张弛重新出现在巴音布鲁克的赛道。看着五年前的影子与当下的自己融为一体时,那一刻,他所有的恐惧都消散了,只有对过去的释然与潇洒,让他冲出冰雹雪的那比赛路段,他的清白和不甘也终于画上了圆满的句号。面对即将爆缸的赛车,他只淡淡地说:“这辈子很短,做自己喜欢的事,不留一丝遗憾。”当他冲过终点线的那一刻,他就是巴音布鲁克之王。

电影的最后说:若有人将我深渊中拉起,我必敢再次凝望深渊。日月不肯栖,四时相催迫,这个时代变化很快,总有人担心自己被淘汰。事实上,只要别妄自菲薄,就可以跟上时代的脚步,一个人对自己失去信心的那一刻,

才是真正过时了。所以,哪怕渺小如苔,也请在春风中如牡丹一般盛开,张开隐形的翅膀,向着辽阔的天空尽情飞翔。

《第二十条》同样让我深有体会,这部电影真正意义上从老百姓的角度诠释了什么是公平正义,也教给了我们如何用法律武器来保护自己。影片讲了三件有关正当防卫和防卫过当的案件判决。王永强护妻弑凶的困兽之斗,张贵生见义勇为的以暴制暴,韩检察官之子以拳抵恶的少年意气——看似离散的个案在“法不能向不法让步”的司法觉醒中熔铸成光。

韩检察官面对王永强一案的裁决,他推翻了之前类似22起案件以故意杀人罪的判决,坚持主张王永强符合中华人民共和国刑法第二十条第一款正当防卫,应无罪释放。“我们办的不仅仅是案子,而是别人的人生。”听证会上,有人反驳韩检说,他在用个人的情感挑战法律的权威,他是这样回答的:“法律的权威不是来自老百姓最朴素的情感期待吗?”这一刻,我不禁为韩检竖起大拇指,这才是真正为老百姓,为人民的检察官。正如莎翁笔下“黑夜无论怎样漫长,白昼终将来临”的预言,影片揭示的不仅是正当防卫条款的嬗变,更是法治文明从机械适用到人文关怀的进化论。

正如罗翔老师所说:“这个世界并不美好,所以美好才值得我们追求。”这正是电影《第二十条》的意义所在——所有正确的事都难免付出代价,但我们不能因此退缩。歌德曾言:“阳光越是强烈的地方,阴影就越深邃。”道出了事物的两面性;而莎士比亚亦给予我们信念:“黑夜无论怎样悠长,白昼总会到来。”心存善意,海纳百川,相信每个冬天的句点都是春暖花开,这些都是《第二十条》传递给我们的信念。

电影是一门伟大的艺术。观影时,我们沉浸于光影世界,与角色同悲共喜;观影后,又能从中汲取深刻的启示,以更积极的姿态去拥抱属于自己的人生精彩!

# 万物皆有灵 纵情而长歌

高一(19)班 王镜棠

大千世界,万象竞生。从庄严宏伟的故宫到平凡低矮的土屋,从直插云霄的峻峰到一望无际的平原,从体态庞大的巨象到玲珑敏捷的蜂鸟,万物皆是由自然伟力谱写的生命之歌,由广阔世界孕育的壮美长诗。

惠特曼在《自己之歌》中吟诵:“藤蔓肆延的黑莓,可以装饰天堂里的华屋;我手指上一个小小的关节,可以使所有的机器都显得渺小可怜。”他用精巧优美的诗句,简单地揭示了最美的规律:万物皆有灵,纵情谱长歌。

以自然之眼,观万物之灵,可以为此而长歌。自创世大爆炸以来,经历了数百亿年的长河,才出现了生命;又经历了几十亿年,才发展为如今的地球。其中的艰辛与困苦,又岂是人类所能评判!回首望去,那单细胞生物,不也是大自然的得意杰作?那雨蛙或是游鱼,又怎能不让再精密的仪器也黯然失色?只有用与自然连接的眼睛,怀着敬畏自然的心,去观察世间万物,才能在细微之处窥得自然之奥秘,领略世界之风采,才能以从容而自信的心态,去正视自我和世界,免于心浮气躁,而可以使万物为我而用,携万物纵情当歌。

以谦和之度,待世界之广,可以为此而长歌。怀揣一颗谦和有度之心,方能和谐与万物共生,自然而融入世界。好比徐霞客,徒步走遍华夏山河,靠的是内心对自然的谦敬,对旅途的虔诚。再如李时珍,不辞辛劳,遍读古籍,又亲尝百草,凭借不懈的探索精神与对自然的谦敬之心,编成《本草纲目》一书,造福天下黎民。而我们,也更应以前人为楷模,保持平和与谦敬之心,与世间万物和谐共生,于深静玄幽处安放灵魂。

以鸿鹄之志,用万物之利,可以为此而长歌。万物皆有灵性,自然也皆有用利之处。醉心于自然者,可流连于山花路草,欣赏着高山流水,自得其乐;潜心于科学者,取一片纤纤草叶,亦或一朵素素野花,便可进行研究,探索自然规律;深思哲理者,既可向王阳明一般“格物致知”,亦可用自己精巧之头脑与自我对辩。不论怎样,总可以用万物填充心中空缺,总可以使万物物尽其用,这不可谓不是大智慧,亦可为此而漫步长歌以抒心志。

万物有灵,雨蛙亦精巧似工艺品;纵情长歌,世界万物便可交融一体。吾辈当以身入自然,以心联世界,感受万物之灵,漫步纵情而长歌。

# 青春和梦想

高二(7)班 马瑞

生活明朗,万物可爱。人间值得,未来可期。

——题记

刘同说:“青春就九个字:不要脸,拼了命,尽了兴。”

所谓青春,或许并没有那些电视剧中不切实际的美好,没有那么多太过夸张的情感,也没有一帆风顺的生活。但是,正值青春的我们,却依旧充满了缤纷色彩,用这些色彩谱出属于每个人独特的韵律。在这多姿多彩的青春年华中,我们扬帆起航。

青春略带苦涩。在这条坎

坷的青春路上,少年们一次次直面接踵而至的困难。这些困难,或许是不尽人意的分数为梦想染上的一抹灰色,或是朋友间的几句争执让心情笼上的一丝愤懑,亦或是青春期的叛逆与暴躁在家庭中划下的一道裂痕。青春之路,从没人敢说自己简单、容易,它让我们为一件件小事辗转反侧,疲惫不堪,也让我们尝遍无助与彷徨。也许某一刻,回忆起自己的青春,会觉得莽撞又可笑,但只要披荆斩棘,哪怕伤痕累累,也要勇往直前,或许明天,便能抵达那繁花盛开的彼岸。

青春是永远无法忘却的美

好。在许多作者笔下,青春被朴实或华丽的文字修饰,被赋予各种深刻含义。而在少年们眼中,青春是球场上挥洒的汗水,是课桌上凌乱的书本,是人群中难忘的身影。我们有权肆意奔跑挥洒汗水,有权做着不切实际的梦,渴望有一天梦想成真。当然,我们也拥有大把时光,能将其投入值得做的事情,努力充实自己。即便犯错也无妨,因为我们有可能会改变未来的道路,改写一生的命运。

青春是一抹最美的阳光,别在该奋斗的年纪选择安逸。热血青年更应朝气蓬勃,为青春书写壮丽诗篇。心中有梦,未来可期,所以我们要披星戴月,风雨兼程。

指导教师:杨想录

# 镜鉴红楼:封建末世的万象与哲思

高一(17)班 冉芮

“满纸荒唐言,一把辛酸泪。都云作者痴,谁解其中味?”曹雪芹在《红楼梦》开篇所题的这寥寥数字,带领我们踏入了一个被岁月尘封的繁华旧梦,在字里行间触摸到历史的沧桑与人性的幽微。

《红楼梦》以贾、史、王、薛四大家族的兴衰沉浮为宏阔背景,以贾宝玉、林黛玉、薛宝钗之间的爱情婚姻悲剧为主线,细腻入微地勾勒出18世纪上半叶中国封建社会的全景图。曹雪芹先生以其如椽巨笔,将笔触延伸到家族的每一个角落,从钟鸣鼎食的贵族主子到卑躬屈膝的底层奴仆,每一个人物都被赋予了鲜活的生命,在历史的舞台上演绎着各自的悲欢离合。

书中最动人心弦的,无疑是宝黛之间的爱情。贾宝玉,这位封建贵族家庭中的叛逆者,宛如一颗遗世独立的星辰,在封建礼教的重重阴霾中坚守着内心对自由、平等的向往。林黛玉才华横溢,恰似空谷幽兰,她的敏感和多疑,实则是对封建环境的一种本能抗拒。他们在共读西厢时的心灵共鸣,在葬花时的惺惺相惜,每一个细节都流淌着至纯至真的情感。然而,这朵在封建礼教的束缚下绽放的爱情之花,终究无法逃脱命运的无情碾压。

除了这段刻骨铭心的爱情,《红楼梦》还塑造了一系列栩栩如生的少女形象。薛宝钗端庄稳重,恪守封建妇德,深谙人情世故,行事周全得体,却在不经意间流露出对封建礼教的深深认同与无奈遵从。王熙凤精明干练,杀伐果断,凭借非凡的管理才能将贾府这个庞大的家族机器运转得有条不紊。然而,她的权力欲望与狠辣手段最终落得个“机关算尽太聪明,反误了卿卿性命”的悲惨结局。她们的命运,是封建时代女性群体的缩影,深刻地揭示了封建制度对人性的压抑与扭曲。

透过贾府的兴衰荣辱,我们看到的是整个封建社会的腐朽与衰落。家族内部的勾心斗角、争权夺利,以及奢靡无度的生活方式,如同慢性毒药,逐渐侵蚀着这个庞大家族的根基。

合上《红楼梦》,书中的人物与故事依然在脑海中回荡。这部伟大的作品犹如一面历史的镜子,映照出人性的善恶美丑、社会的炎凉百态。它是中国文学史上的一座巍峨的丰碑,每一次重读,都能从字里行间挖掘出新的内涵与启示,引领我们在历史与现实的交织中,不断探寻人性的真谛与生命的意义。

指导教师:马娟

飘絮  
洁白中掺着些朦胧的灰,像雾,却非尘。这是外界难见的景象——连天成片的絮,急急地压过来,又匆匆地飞去。

你说你的终点在不知名的远方,可这里也曾是你的远方。飘到深山里,便落下一场甘霖;飘散间,哀绪也随之消散,絮落在身上,似披了件轻柔的衣裳。有时,你失足从乘风的风中跌落,风从不会回头,它注意不到你的身影,却带走了你叫喊的声音,所以你落地时悄无声息。

风是你到不了的地方,你是风早已遗失的过往。乘风时,太阳为你描金;落地后,却只能与泥土混在一起,你是在惧怕这个吗?

原谅我记不清你的模样,只能随手扬起一把你与你的同伴,然后离去。远处的夕阳染上墨色,你们再次喧嚣着追逐黎明。

仙台  
仿佛抬手就能触到青天  
的纹理,袅袅的烟轻吻着

# 漫长的梦境

高一(3)班 刘小雅

群山,像众人朝着矗立在天地间的仙台聚拢而来。

我手上握着一根苍翠欲滴的修竹,腰间的紫皮葫芦里,琼浆随着我的步伐轻轻作响。心念一动,便可稳稳站在高耸仙台的边缘。

在这一隅天地,浮云为我游走,长风为我高歌。我悠闲地踱步到山顶,将云雾吸入肺中。遗世独立的仙鹤也垂下头,让我登上它的脊背。白鹤载我直冲云霄,我突然间明白了人与仙的差别:天与地,云与泥,风与雀。

生在千山顶上头,断了恩怨断忧愁;三千青丝似水流,无人与我来同游。在穹顶不停地绕转,却总是到不了尽头。树木依旧葱郁,白鹤仍在啼鸣,但这里独独少了生机。如果这世间只剩我一人,那么人与仙又该如何对比、如何界定?纵有移山填海之力,却始终走不出这无形的牢笼。

原来我也不是被这方天地圈养着。于是,我又落回了仙台。

牧野  
周遭是广袤荡漾的牧野,我的世界躲在远离光明的角落。黑色的风拂过,空气变得冰凉,虫鸣一声接着一声,驱散了睡意。

干而不枯的荒草环抱着我,它们最后一次仰望太阳,将热量尽数灌进我的身体。明明只有无边荒草的地方,却像极了故乡。

繁星点缀着夜空,却个个亮得灼人,它们都想取代月亮。星星像极了我们,本就渺小,却也为自己寻一个恰当的定义。

我无所顾忌地倒在柔软的草甸上。这是别人摒弃的荒原,却独独是我一人的牧野。

良久,我幽幽地睁开眼,瞳孔中充斥着熟悉的光线。可这到底是现实中的苏醒,还是另一个漫长的梦境——我分不清。

于是,就这样在虚实之间,渐行渐远。

# 生命笔记中的知音

——读“病隙碎笔”有感

高一(17)班 杨予曦

天之骄子一朝沦为轮椅上的残障者,是从此一蹶不振、苟延残喘,还是重拾希望、坦然面对?面对戏剧般的人生转折,史铁生在《病隙碎笔》中给出了震撼人心的答案。

对于史铁生,我早在小学课本中的《秋天的怀念》和高中课文《我与地坛》中便已有所了解。他年少成名,10岁斩获作文比赛第一名,13岁考入清华附中,堪称“别人家的孩子”。那时的他,手握“大男主”剧本,在20岁前肆意挥洒着青春的光彩,谱写着属于自己的华丽乐章。

然而,命运无常。在最风华正茂、热血刚阳的年纪,突如其来的残疾如同一把利刃,在他面前剖开了血淋淋的现实。曾经意气风发的少年史铁生仿佛就此消逝,取而代之的是一个疾病缠身、焦躁不安,终日坐着轮椅在地坛附近徘徊的年轻人。

“左右苍茫时,总也得有条路走,这路又不能再用腿去蹚,便用笔去找。”在人生最黑暗的时刻,史铁生在内心深处的“黑夜”中,通过与自我的对话,找到了属于自

己的“皈依”之路——写作。他曾这样描述自己与写作的关系:“到了那儿就像到了故乡,倍觉亲切;到了那儿就像到了异地,倍觉惊奇……”这份真挚的情感令我感同身受,而他对写作本质的见解,更加如黄钟大吕般震撼着我的灵魂。“写作在我的希望中只是怀疑者的怀疑,寻觅者的寻觅。”“文学留给作家,写作单留给一些不守规矩的寻觅者吧”。那一刻,史铁生笔下流淌出的文字,俨然成为了我心中“高山流水”般的绝唱。

在这条“皈依”之路上,史铁生并非踽踽独行。仿佛是命运对勇者的馈赠,陈希米走进了他的生活。尽管外界流言蜚语不断,但正如史铁生所说,一旦过分在意,便会陷入“残疾渴望被认可”的精神困境。而他们之间的爱情,恰是对这种困境最有力的突破。“狭小的皮囊无法阻止灵魂在辽阔的存在中汇合,这是爱的真谛,是其永不熄灭的原因。”史铁生与陈希米以灵魂的交融,诠释了爱的深刻内涵。

2010年的最后一天,史铁生独自走向了生命的彼岸,为世人留下了这本充满灵性光辉的生命笔记。“人可以走向天堂,但不能走到天堂。”诚如斯言,我们每个人都永远走在奋斗的路上,在寻找自己“皈依”之路的征程中前行。而史铁生的明朗与乐观,宛如一盏明灯,照亮了我们前进的道路,给予我们直面困境、追寻希望的勇气与力量。

指导教师:马娟



《素描》 高二(14)班 庞秉眩

# 词二首

高一(19)班 王鑫

鹊桥仙

骄阳似火,佳音难忘,夏日蝉鸣聒噪。忆登西岩望凤城,任笑我,年少轻狂。马上射雕,纸中泼墨,宣扬壮志豪情。正当年少纵云时,向何处,任由风遣。

青玉案

垂杨系马斜阳暮,正年少,轻分付。剑魄琴心谁与度?杏花巷陌,绿杨津渡,总是同行处。而今各踏风尘路,犹记当时笑相顾。若问闲情都几许?一川星斗,满城飞絮,双鲤穿天素。

指导教师:漆增宏

# 骤雨初霁

高二(3)班 宋亚轩

天寂雷悄日冥冥,暗海无声浪汹汹。砚凝墨滞笔难举,低燕穿檐翅愈重。但见万千银蛇舞,孤城欲卷势如狂。万壑珠鸣争跳瓦,骤泻银河碎玉声。金缕破云雨稍迟,槐米化尘覆野藪。凤林相戏叶成喧,菡萏尖角蕴紫露。忽惊虹跨沧浪上,城郭如洗焕新晴。

# 菩萨蛮

高一(20)班 张鸿亮

吹箫弄玉乘风去,蓬山万里言难叙。人面似依然,桃花明年安?碧流藏古弦,愁沁空红浅。君为殿堂招,天河难耻嘲。指导教师:漆增宏

## 征稿启事

为了培养我校学生的文学兴趣，提高写作水平，校报“魁星阁”栏目面向全校学生征稿。

### 一、稿件内容：

叙写花样年华的花开花谢，青春岁月的潮起潮落，真诚告白自己在生活、成长中的感悟体会。

### 二、稿件形式：

散文、小小说、诗词、短评、戏剧小品。

### 三、稿件字数：

1000 字左右。

### 四、来稿要求：

1.稿件送办公楼二楼 204 室教研处。欢迎电子稿件。电子稿件用 Word 文档，以附件方式发送到以下邮箱 290391407@qq.com，征文格式为“题目+班级+姓名”。

2.稿件一定是作者的原创作品，拒绝抄袭、套作。

### 五、说明：

欢迎读者对征文真伪监督、举报。举报内容一旦属实，将在下期校报“举报箱”予以公布。

## 责任编辑

一版 陈德文

二版 薛 琴

三版 党彩娟

四版 马 娟

## 中学生礼仪常规

1.参加升旗仪式，衣着整洁，队列整齐，行队礼或注目礼；唱国歌要严肃、准确、声音响亮。

2.穿校服，佩戴校徽，坐正立直，行走稳健，谈吐举止文明。

3.使用好礼貌用语：请、您、您好、谢谢、对不起、没关系、再见。

4.使用好体态用语：微笑、握手、招手、鼓掌、右行礼让、回答问题起立。

5.进校第一次见到老师，立定问好；上下课，起立向教师行注目礼；课上，发言先举手；课余，进老师办公室或居室打报告或轻敲门，经允许后再进入。

6.在家中吃饭，请长辈先就座。离家或归家向父母打招呼。

7.对待客人或外宾，主动问候，微笑致意，起立欢迎，招手送别。