

讲述用双脚丈量战火、用鲜血书写忠诚的战争往事

# 退役老兵走进苏园中学播撒爱国种子

郴州日报·今日郴州客户端讯(全媒体记者 译洁)4月17日,“传承红色基因·弘扬革命精神”爱国主义教育活动走进苏园中学。退役老兵红色宣讲团成员喻外洋以《红色血脉铸忠魂——一位侦察兵的生死承诺》为题,为该校七年纪近千名师生讲述了一段用双脚丈量战火、用鲜血书写忠诚的战争往事。

在宽敞的体育馆里,师生们整齐入座,凝神聆听。身着绿色军装、佩戴荣誉勋章的喻外洋满怀激情地讲述了自己17岁时立志参军报国、服从军令奔赴对越自卫反击战前线,成为一名冲锋在前的侦察兵的心路历程。他还深情回顾了白天潜伏观察、夜晚渗透侦察、勇猛抓捕战俘、亲历枪林弹雨,以及目睹指导员牺牲的刻骨铭心经历。

“战争是极其残酷的,今日之和平来之不易!”喻外洋感慨,“孩子们,你们可曾想

过,今天的和平从何而来?我们的幸福生活从何而来?这背后,是抗美援朝“冰雕连”的至死坚守,是黄继光用胸膛堵住的枪眼,是千千万万无名英雄把生命化作界碑,用鲜血浇灌而成的信仰!”

学生苏冰莹分享了自己的感受,她说:“聆听了老兵爷爷的故事,我的内心久久不能平静。他的经历让我深切感受到了革命先辈为祖国和平做出的巨大牺牲,这些付出为我们今天的国泰民安、岁月静好奠定了坚实的基础。这份红色记忆值得我们永远铭记,更是照亮我们前行的精神明灯。”

据了解,为进一步发挥优秀退役军人“忠诚担当”的榜样力量,用好活用“行走的红色教材”,市退役军人事务局多次组织退役老兵进校园,分享军旅生涯的感悟与收获,引导学生厚植爱国情怀,让英雄精神代代相传。



退役老兵走进苏园中学,为师生们讲述战争往事,播撒爱国种子。

## 筑牢校园“心”防线

市五中开展班主任心理培训

郴州日报·今日郴州客户端讯(通讯员 曾庆芳)为切实加强学校心理健康教育工作,近日,市五中开展班主任心理健康能力提升专题培训,全面提升班主任识别、应对学生心理问题的专业能力,筑牢校园心理健康防护网。

培训紧扣班主任日常工作实际,围绕如何发现学生心理问题、发现后如何处置、如何配合干预中重度心理问题三大核心内容展开。培训明确了心理异常判断标准,传授共情沟通、危机干预等实用技巧,为班主任提供可操作的工作方法。

此次培训内容实操性强,填补了班主任在学生心理干预方面的知识技能空白。下一步,市五中将持续加强心理健康教育,完善家校协同机制,以更专业的能力、更细致的服务,为学生身心健康保驾护航。

全市高中英语学科研讨活动在湘南中学举行

## 聚焦高效课堂 精准备战学考

郴州日报·今日郴州客户端讯(通讯员 杨双琴 樊小琴)近日,我市“质量提升工程”高效课堂展示暨2026年高中合格性考试英语学科复习策略研讨活动在湘南中学举办,全市各高中英语教师、教研骨干齐聚一堂,共研学考备考策略。活动旨在明晰复习方向,优化教学策略,提升全市高中英语合格性考试复习备考的针对性与实效性。

为营造浓厚的教研氛围,湘南中学成立专项工作小组,逐项落实服务保障工作。培训会设置了精品示范课、专题点评、备考分享与专家讲座等环节,集课堂展示、经验分享、专家引领于一体,为全市英语教师搭建了交流平台,助力全市英语教学质量稳步提升。

## 谈学议教

## 春假落地暖人心

□ 孔德淇

春风送暖,万物勃发。今年初以来,各地陆续推行中小学春假制度,联动推出文旅惠民政策,以多维举措护航假期,精准破解“学生放假、家长在岗”的民生痛点。当春假从政策蓝图走向现实,当细腻的民生关怀照拂千家万户,这个春天更显暖意融融。

放好春假,不仅有利于孩子走向户外、放松心情,也为家长创造了陪伴孩子的机会。然而,长期以来,家长忙碌的不同步,让春假难以发挥出预期的效果。今年,“支持有条件的地方推广中小学春秋假,落实带薪错峰休假制度”首次被写入政府工作报告,这体现出政府对群众关切问题的积极回应。

最近,从媒体报道中可以看出,各地招硬招密集出台,推动春假保障更有力度、更显温度。江苏多地工会与人社部门协同发力,鼓励企业错峰休假,依托工会经费开展公益托管与研学服务,构建“休假有安排、看护有保障”的全链条支撑;浙江以常态化监管压实带薪休假责任,整治无效加班,优先保障有育儿需求的职工休假权益;安徽提前谋划工会托管服务,文化馆等场所开设公益托管班,切实为双职工家庭纾解难题……一系列举措跳出口头倡议,以制度供给、资源下沉,让春假从“纸上”走进生活,成为可感可及的民生红利。

文旅服务暖心惠民,让春假的民生底色更

加鲜明。苏浙皖多地景区面向中小學生免门票,对随家长推出折扣优惠,打造亲子研学专场、推出博物馆实践课程。这些举措让孩子在假期既有休闲乐趣,更有成长收获。景区让利不是简单的商业促销,而是对民生政策的积极响应。春假与文旅福利双向赋能,激活消费市场、带动文旅复苏,也为家庭陪伴拓展美好场景,实现民生福祉与产业发展同频共振。

春假平稳实施,是政府、企业、社会协同发力的生动实践。从政策顶层谋划、制度刚性支撑,到企业积极响应、灵活安排用工,再到工会、景区等主体的细致保障、优化服务,多方协力疏通执行堵点、补齐服务短板,让春假

饱含民生温情。这背后是对家庭需求的尊重,是对职工权益的维护,更是对青少年健康成长的悉心守护。

从春秋假成为今年全国两会热词,到各地快速响应、精准施策,春假落地的全过程,见证了民生汇聚到民享实惠的高效转化,体现了基层治理能力的持续提升。各地先行先试的宝贵经验,也为后续政策深化完善提供了有益借鉴。

春假的有序落地,是一次假期制度的创新。唯有持续对接群众需求、强化制度保障、凝聚社会合力,才能让春假真正惠及每一个家庭、助力每一名孩子向阳成长。

(摘编自《中国教育报》)

## 韶山行:青春与信仰的对话

□ 市二中780班 何跃鑫

阳春三月,在生机勃勃的春天里,我们整装出发,从郴州火车站乘坐绿皮火车抵达湘潭韶山。一路上,我们兴高采烈,手举小红旗,带着好奇和期待,在一片欢声笑语中,迈着矫健的步伐,踏着铿锵的节奏,走进伟人故里。

第一站是毛泽东广场,这里是纪念毛爷爷的重要场所。首先映入眼帘的是毛泽东铜像,他目光深邃,望着远方,仿佛在为此片土地的未来思考。一百多年前,他怀着理想,走出韶山;一百多年后,我们带着敬意走进韶山。脚下的每一寸土地,似乎都在诉说着那段波澜壮阔的历史。它让我们铭记历史,珍惜当下,更让我们明白,今天的幸福生活来之不易,是无数革命先烈的生命和鲜血换来的。

在毛泽东纪念馆内,最令人动容的,是那些记录领袖朴素生活的日常物件,73个补丁的睡衣、家庭生活账本、生锈的水壶、磨损的枪支,都在诉说着那段艰苦卓绝的斗争岁月。泛黄的手稿上记录着“为有牺牲多壮志”的诗句,让我们感受到那个时代的热血与纯粹。

走进毛泽东故居,一件件文物、一处处旧址、一张张照片,珍贵且耐人寻味。土木结构的农舍中,一盏桐油灯引起了我的注意。穿越时空,带着岁月的痕迹,我仿佛看到一位青年在桐油灯下伏案读书的模样。思绪拉回,16岁的我在宽敞明亮的教室里为一道道数理化题而烦恼。课堂上的教与授,做题时的思与想,管理上的严与宽,时代不同,但迷茫与追寻,似乎又有些相同。

停下脚步,我开始思考:身处新时代,我们这代人的“韶山行”又该走向何方?我想,作为一名高中生,在迈向强国建设、民族复兴新征程之时,我们更应饮水思源,从中汲取精神动力,未来路上,好好学习,创造更加辉煌的明天。

晚上的思政课《恰是风华正茂》更是吸引了大家的目光。全息投影技术栩栩如生地还原了历史场景,让我们身临其境地感受到信仰的力量。这节课让我明白了“惟创新者进,惟创新者强,惟创新者胜”的道理。在新一轮科技浪潮中,我们既是见证者,更是参与者。时不我待,只争朝夕!我们要把韶山行的理想信念带回家,以青春之名书写时代答卷。

点评:文章写出了韶山行的所见、所闻、所思、所感,结构清晰,层次分明,情感真挚自然。“家庭生活账本、生锈的水壶、磨损的枪支、土木结构的农舍”等细节描写,让读者仿佛身临其境,“看到一位青年在桐油灯下伏案读书的模样”的联想,增添了画面的感染力。文末将个人感悟与时代责任相联系,使文章升华了思想高度,立意深刻。

(指导老师:刘志锋)

## 聆听寂静的回响

——读《寂静的春天》有感

□ 市三中高二2408班 侯欣怡

在《朗读者》节目中,我第一次“听”见了寂静。当黄泓翔与珍·古道尔隔空朗读《寂静的春天》时,那段关于小镇从生机勃勃沦为无声之地的描绘,像一把钥匙,打开了我对人与自然关系的深度思考。我迫不及待地翻开美国科普作家蕾切尔·卡森这本问世六十余年的环保经典之著,在字里行间寻找那令人心悸的“寂静”之谜。

书中揭示的真相远比我想的更残酷。20世纪中叶,美国小镇为消灭榆树叶甲虫,大量喷洒DDT农药。化学物质在树叶上形成毒膜,随落叶进入蚯蚓体内,而以

蚯蚓为食的知更鸟仅食用11只体内含有DDT农药的蚯蚓,便足以毙命。原本是“杀虫”的药剂,实则成了“杀生”的利器,它不分好坏地消灭所有昆虫,让鱼儿不再跳跃,鸟儿不再歌唱。卡森用诗意的笔触,描绘了一个被人类亲手扼杀的春天。

更令人警醒的是,这场危机并未止步于知更鸟。一方面,通过“生物富集”效应,DDT这类难以降解的毒素沿着食物链成千上万倍地浓缩,最终汇聚于人类体内。另一方面,DDT甚至能随洋流抵达南极,残留在从未接触过农药的企鹅体内。卡森用科学家的严谨告诉我们:在生态系

统面前,没有孤岛,没有谁能独善其身。读完这些,一种沉重又揪心的情绪久久萦绕心头。

合上书页,我不禁思考:六十年后的今天,春天是否比那个“寂静的春天”更安全?答案喜忧参半。这本书唤醒了全球环保意识,DDT被禁用,但生态危机并未消失。所幸,在我的祖国,从塞罕坝的林海到长江的碧波,从“绿水青山就是金山银山”的理念到“双碳”目标的建立——一场前所未有的生态文明建设正在展开,我们正用实际行动回答卡森的质问。

我们可以让生态环境保护从日常生活

## 挤眉弄眼吃薯片

□ 市一完小四年级371班 李俊熙

“哇!我吃到啦!”“加油,再把头抬一下,就差一点点了!”……今天的语文课特别有意思,教室里传来了阵阵笑声,这是怎么回事呢?原来是在玩超有趣的“挤眉弄眼吃薯片”游戏呢!

游戏规则特别简单:把薯片放在额头眉心的位置,双手背在身后,在不用手的情况下,通过五官的“挤眉弄眼”把薯片吃到嘴里就算胜利;要是薯片掉在地上或者碰到手,就算失败,每个人有三次挑战机会。

老师刚说完规则,台下的同学们就兴奋得摩拳擦掌,有的同学还忍不住踮

起脚,想早点拿到薯片。在大家的欢呼声里,老师大声喊:“三二一,比赛开始!”说完还快速地在屏幕上点出了3分钟倒计时。

我赶紧拿起薯片,小心翼翼地放在额头上,仰起头使劲眨眼睛,可薯片像粘在了额头上似的,一动也不动。我心里嘀咕:这薯片也太“懒”了吧,我都挤眉弄眼半天了,它怎么还赖着不走?我着急地猛晃了一下头,薯片“啪嗒”掉了下去,我赶紧伸出舌头去接,但只舔到一点薯片渣。第一次挑战就这么失败了,我噘着嘴,有点小失落。

没过多久,第二次机会来了。这次我学聪明了,慢慢挑眉,让薯片一点点往鼻子那边滑,可刚滑到鼻梁,我忍不住笑了一下,薯片又掉了。看着地上的薯片,我心里打起了退堂鼓——会不会三次都成功不了呀?

最后一次机会,我深吸一口气,总结前两次失败经验。我先轻轻皱起眉头,让薯片顺着额头慢慢往下挪,滑到眼角时,我慢慢眨眼睛,把薯片往脸颊移动,再微微歪头,薯片终于滑到了嘴边!我赶紧张开嘴巴,“咔嚓”一口咬到薯片,咸香的味道在嘴里散开,我激动地跳了起来:

## 快乐

□ 骆仙小学二年级74班 刘家瑜

春天的一个早上,小蚂蚁、小青虫、小蝴蝶不约而同来到河边,只见河的两岸春意浓浓,有红花,有绿草,还有清澈见底的河水。

小青虫想到河的哪一边去玩,便问一旁的小蚂蚁:“我们怎么才能去到河的对岸?”小蚂蚁东张西望,突然看见不远处有一个像小船的东西。此刻,它们开心极了,走近一看,原来是半个蛋壳。小青虫

和小蚂蚁齐心协力把蛋壳推到河里,然后坐在蛋壳里,摇啊,摇啊,终于到达了河的对岸。

看到小蝴蝶在天上自由自在地飞,小蚂蚁也想飞上天去。正在这时,小蚂蚁看见前方有一个塑料袋,它走过去把塑料袋套在蛋壳上。忽然,天空刮起了风,蛋壳伴着塑料袋像热气球一样飞了起来,小蚂蚁和小蝴蝶非常高兴,它们

看到了风景如画的田野,还有万紫千红的花朵,仿佛春天像一个小姑娘悄悄地走来。

到了下午,天气像三岁孩子似的,说变就变。不一会儿,雷声阵阵,天空下起了倾盆大雨。小蚂蚁怕淋湿,就对小青虫说:“我们把蛋壳立起来吧。”说着,它们联手把蛋壳立了起来。雨渐渐停了,小

开始:拒绝食用野生动物,倡导低碳生活,实施垃圾分类……这些根植于心的自觉,终将汇成山河青绿的底色。

聆听窗外清脆的鸟鸣,我心中满是珍惜与警醒。《寂静的春天》用沉痛的故事告诉我们:自然的生机并非永恒,人与自然是生命共同体。唯有以敬畏之心尊重自然,才能让每一个春天都鸟语花香,让那份令人窒息的寂静,永远只停留在书页之间。

点评:本文立意高远,由节目《朗读者》引入,从DDT之害到生物富集,层层深入,揭示了“寂静”背后的生态警示。更可贵的是,作者将目光投向祖国的生态文明建设,最终落脚于日常行动,体现了“读”与“感”的融合。文章结构清晰,语言凝练有力,结尾的“生命共同体”升华主题,展现了当代少年的格局与担当。

(指导老师:陈慧)

“我成功啦!”

我扭头看周围的同学,大家的样子把我笑坏了:有的同学嘟着嘴,像条小金鱼;有的同学伸着长舌头,跟小狗狗似的;还有的同学已经吃到薯片,正眯着眼睛美美地嚼着呢。

游戏在一阵阵欢声笑语中结束了,我们的嘴里还留着薯片的香味。这个游戏太好玩了,我更懂得了“失败乃成功之母”的道理。

点评:文章以童趣笔触写了游戏全过程,从规则介绍到三次挑战,细节描写活灵活现,将薯片的“调皮”与自身的着急描写得绘声绘色。结尾的感悟自然又真切,字里行间满是课堂的欢乐与成长的思考。

(指导老师:李蕾)

乡。于是,它与小蚂蚁一起把蛋壳改装成了一个小摇篮,在晚风的吹拂下,它们慢慢地进入了甜甜的梦乡!

这个故事让我明白了什么是快乐,快乐就是遇到困难时会想办法、会动脑筋,从而战胜困难。这样,就一定会收获满满的快乐!

点评:这篇童话充满想象力,小作者把半个蛋壳变成了小船、热气球、雨伞和小摇篮,按时间顺序讲述了一场既有趣又温暖的冒险。语言活泼,结尾自然地悟出“快乐就是遇到困难时会想办法”的道理。

(指导老师:黄素珍)

