用汗水致敬青春

2019级1班 赵柏翰

编者按：2019年8月27日，我校2019级入校新生在经过为期七天的紧张有序、严格艰苦的军训后，在北校区综合运动场成功进行了军训汇报表演，圆满通过了校领导和教官总指挥的检阅。本次军训，使受训新生完成了队列、军体拳、内务整理等军事技能训练，聆听了军事思想、爱国教育、现代国防、消防安全等知识讲座，认真学习了学生行为规范，领悟了校园特色文化，从而培养了自身的国防意识、团队精神和独立生活能力，锻造了自强不息、立志报国的坚强意志，增强了纪律观念，形成了良好的生活、学习习惯，提高了综合素质，为高中阶段从容应对艰苦繁重的学业打下了坚实的身体和心理基础，促进了青春阶段自身的健康成长。本文系新生代表赵柏翰同学在汇报表演现场发表的军训感言。

尊敬的老师们、教官们、亲爱的同学们：

大家上午好！我是内黄一中2019级高一（1）班的赵柏翰，十分荣幸能够在这里向大家汇报我这次军训期间的体会。首先感谢各位老师、教官与我们相伴至今，感谢各位家长在百忙之中来这里为我们加油助威！

今天是一个特殊的日子——我们军训的最后一天。细细想来竟还有些不舍，这已和我军训第一天的想法截然不同。我们是初入高中的学生，进入内黄一中的第一课就是接受军训的考验。为期七天的军训对我们来说，无疑是一种挑战，一种对自我的挑战。而这七天我们赢了，我们改掉了常日娇气的习性，从原本懒懒散散的暑期生活中脱离出来，接受了阳光的洗礼。面对种种的考验，我们学会了吃苦！我们的整条手臂在这个炎炎如夏日的操场上变成了两种不同的颜色。

军训是苦的！苦在脚上磨出的泡，苦在踢正步而麻木的脚，苦在站军姿时酸疼的背，苦在烈日下黑黝黝的脸颊……都说人的意志是可以战胜肉体的，的确，军训就是一种人生体验，是一个磨练意志的好机会，是一个战胜自我的过程。半途而废，意志薄弱对于我们来说都是一种耻辱。现在回想起来，当初的忍耐与坚持何尝不是一种快乐，一种更好地朝向人生目标前进的勇气，一份完善自我的信心！

这几天的军训是我想象中的军训：站军姿一个小时，蹲一个小时，一百个俯卧撑，蹲着十字跳五十组……那时觉得教官又严又狠，一犯错就是花样体罚。但同时又不是我想象中的军训：这七天让我们充分了解了彼此，互帮互助，相互关心，让我们了解到同学们的多才多艺，也让我们学会了自立、自理，懂得了怎样与他人相处和欣赏他人的优点。从中我们感受到了来自老师和教官们的关心，他们都是我们最可爱、最可敬的人。

七天的军训生活是短暂的，但它给我们留下的回忆却是永恒的。每个人或许都有不一样的体会。而对于我，军训已经超越了它本身单纯的意义。它已经成为一种宝贵的经历，扎根在我的记忆中，成为心灵上不可抹杀的一部分；它已经成为一种力量，支撑着我们人生旅途上各种风雨中可能动摇的心。这就是军训的价值！古人云：天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨……同学们，未来是属于我们的，我们要在高中阶段认真度过每一分钟，认真对待每一堂课、每一道题，让我们一起努力，去迎接更美好的明天，谱写内黄一中新的辉煌！2022高考必胜！

谢谢大家！

雪的记忆

2018级二部29班 何治广

窗外，正春意盎然，而我却不知为何想到旧年的雪了。

旧年的雪，来得晚而又猛烈，是充满希望的、温馨的而又苦涩的。还记得，那天的雪花很大，像一叶小蒲扇，不是如南国的雪那样洁白无瑕，略有些暗，却又似乎充满了无限的活泼。

那场雪时间跨幅很大，足足有一整天。这是近几年从未有的。还清晰地记着，那时我就站在店门口，望着玻璃门外那些个雪花从暗沉的天空洋洋洒洒地随风呼啸下来。街的前面是大概足有十几米高的大楼，楼上各户的窗都紧闭着；街道的车，似乎也惧怕着这骤来的大雪，缓缓地在车流中匍匐前行着。我穿着店内配发的青衫长褂，倒颇有些古风意味。我边望着大门外稀疏的人群是否有进店的意思，边笑着对老板娘说：“看这雪真大。”老板娘托着下巴回道：“是啊，将近年三十了，这场雪可使咱店多来了不少人呢——”是的，将近年关了，我也觉得这几日来店的人成几何倍地增长。我初来店中时，倒不是很忙，整日优哉游哉地做着工作，那时只觉得比学校中更有几分生活蕴味，生命似乎也潇洒许多。突忽觉得学校生活如同嚼蜡般，这眼前的或许才是我想要的生活吧。我这样想着，外面天空猛刮了一下风，风夹杂着雪，直吹得玻璃门咔咔的响，可是，这几日越发的接近年关，我也更加地忙碌起来，单穿的青衫长褂，还觉得汗水浸身，直热的受不了。回到家除了累，便只觉得脚板不是我的脚板了，只是一截木头或是一堆无知觉的肉。这样的生活倒又变得像一口已嚼过无数次的饭，却还是不断地、机械地嚼着、嚼着……

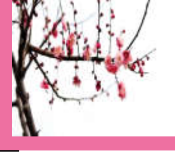
下午下班后，觉得累而麻木。但到底按捺不住去公园看雪的心。徒步走向公园，这时雪下得有点缓了。冬日的太阳，一如既往地躲在暗暗的云后，天地还是有些不敞亮。到公园走一遭，雪虽小了，但人们似乎没有看雪的心情，懒懒地躲在家中。公园没有一个人，只有我，天地中似乎也只有我，前方没有光明，有的是暗暗的云。走出公园门，看见一对情侣缓缓地走着，男的肤色有点黑，穿着亮黑色的袄，女的穿着长式黑袄，只是无法看到脸。他们互相搀扶着在滑滑的雪地上缓步行走，从我的面前走过，待他们走远了，我依然还凝望着。街旁的大楼早已被雪覆盖，另旁的公园里在雪中依稀星闪着绿色，那对身穿黑袄的情侣在这轻柔的白雪下显眼得很，细听似乎有走过雪时发出的轻咔声。突然觉得那依偎行走的两人配着极目无际的天，唯美的多像一幅温馨的画。好久，我终于回神过来，想起母亲嘱咐过我要缴学费，我于是急匆匆地向银行走去，暗暗的大雪似乎有了停止的趋势，那久藏云后的太阳也终于有了要跳出来的意思。

想着，想着，几声欢快的鸟叫打断了我的思绪。窗外的校园一派萌萌的春意，我微眼细看，新抽芽的柳枝柔顺地低垂着，眼前那片草地已早早地铺满绿色，甚至有棵不知名的树还开出了小半粉红的小花，整片天地都洋溢着蓬勃的活力。忽然有些想笑了，这些情景依旧遮掩不住那天雪停日出后那片充满银光、安静、祥和的白雪天地！只是，此时窗外的这鸟儿又清脆地欢声叫起来了。

追魂一梦

岑嶙

漫言衣食经营苦，
更有书痴坐病多。
痨女嗔亲殉宝玉，
癫男立主祭颦娥。
一礅遗石折千梦，
万界曹迷沉两歌。
历览人间文史册，
红楼底是大顽魔！



岁月凶猛 珍重前行

北校区2017级3班 邢君杰

我们现在的年龄大都在十七岁，试想一下，再过十七年，我们将步入中年，那我们现在所经历的一切就必会成为那时非常难忘的回忆。

岁月就是这么凶猛，所以希望我们每一个人都能珍爱最亲的父母。十几年前，我们的父母见证了我们的诞生，而几十年后，我们也将见证他们的衰老甚至逝去。就在此刻，我们当中还有不少的人在埋怨自己的父母不能理解自己，而我们又几时体会过他们的辛酸与不易？

试问一问，我们当中有谁认真听过自己父亲的鼾声？一次偶然的机会，我和我爸睡在同一张床上，他头一碰枕头便打起了呼噜，那鼾声缓慢，沉重，又压抑，每一次呼吸都很吃力。父亲曾经跑长途运输，开了近三十年的半挂货车。我曾在某个夏天在他的货车上待了一个月，从小就喜欢享受坐车的我却第一次在车上感受到了前所未有的痛苦，单调重复的活计，狭小压抑的空间。身心俱疲的我躺在驾驶室后的卧铺上却怎样都睡不着，因为卧铺下是轰隆鸣响的发动机。我爸却很神奇，他是可以抱着发动机睡觉的人。他的鼾声中有日日夜夜的煎熬，有半生的不易，有整个家庭的重担，有血有汗有泪。家里只有一张我爸年轻时的照片，照片中的他精瘦、干练，没有胡子，称不上英俊，但看起来很干净；没有现在的啤酒肚，没有现在的胡子拉碴，也没有现在的邋遢。无法想象，照片中那个白白净净的小伙子，就是今天我眼前这个又黑又胖不大招人喜欢的中年人。我想，可能你父亲的工作比我父亲的还要重，鼾声更响，白发更多，那你就更有理由去用心珍爱自己的父母了。

岁月凶猛，我也希望我们每一个人都能珍重守护教育我们的老师。他们是一群守望者，是一群最忠实的守护者，是极平凡中的最伟大者！师道尊严是千百年来老师们用绵长岁月和职业操守铸就的。师与生看似一种工作关系，但只要是师生，他们之间就必然存在着一种超越工作关系的情感联系！我们的老师教给我们的也许不是最有用的应试技巧，但一定是最好的让我们受益终生的知识，而且一定是无所保留的全部！我感到很幸运，自我上学以来，所遇见的老师都是我生命中很重要的人。遥记小学时，我遇见了一位终生难忘的老师，她是一名语文老师，很瘦小。当时学校里普遍存在着一种“认知”：学习差就意味着一无是处，学习好才是老师的掌上宝。但当时我和和我一样的“差生”们却受到了那位老师很好的对待，她从不轻视任何一名学生，总是把最好的也给我们，鼓励我们，让我们保持自信。在她的鼓励下，我还曾在一次绘画活动中获了二等奖呢。在她的课堂上，我们感受到了那种人格上的平等，现在我也在我的高中老师身上看到了她的影子。现在想起那位名叫许艳丽的老师，除了怀念，更多的是感激。惊风飘白日，光影驰西流。若干年后，学生已不再是老师当初的学生，而老师却永远是学生爱戴的老师！

岁月凶猛，我还真诚地希望我们每一个人都能珍惜我们身边的朋友。在初中，我没有学到很多道理，却交到了几位真心朋友。他们会看着我毫无顾忌的放声大哭而不感觉我是懦夫，也可以在接受我的每一波吐槽后翻给我一个无奈的白眼，或者抬起脚给我一记无情的猛踢。那时候不是因为能玩游戏才快乐，而是因为能和他们一起玩游戏才快乐；不是因为挨骂才痛快，而是因为能和他们一起挨骂才痛快。那群朋友曾在我中考落榜时陪着我轧过凌晨一点多钟的马路，并且不厌其烦地安慰我：“没关系，考不上一中又怎样？几天后，工地上又多了一位搬砖的好汉！”到家后又给我发消息：“没事儿，再考一年，你别放弃自己”。我也曾在那个暑假无数次接待过刚刚在网吧熬通宵的他们，像个保姆一样给他们放热水洗澡、泡方便面，给他们铺床，让他们睡觉。如今我们早已分别而去，各自追求着自己的生活，有的早已失去了联系。可能这就是朋友，突然出现在你的生命中，和你一起承担痛苦，度过美好，然后在该分别的时候相别而去，再难相见，只给人留下一段深深的怀念。所以每一段友情都有它的开始与结束，它现在存在，不代表它永远存在，它曾经开始，但也可能会随时结束。我们可不能等到失去它时才想到当时没能好好珍惜。

岁月凶猛，希望我们每一个人都能在现实下尽心守护好自己的一切，包括我们的初心。扪心自问：我们的初心是什么？它是否还在？两年以前，我们共同踏入一中，成为这个学校中的一员，那时，你是否和别人打过赌？赌一年以后能冲进培优班，赌两年以后能减肥成功，赌三年以后能考进自己梦想的大学。如今，两年已过，我们赌的结果如何呢？都说岁月无情、时光如流，其实不是岁月在流逝，而是我们的生命在流逝。莫泊桑在其《羊脂球》中说：一切的光鲜亮丽都敌不过时间，并且一去不复返。我说，岁月不是涓涓细流、悄无声息，而是洪水猛兽、奔腾咆哮。它会带走我们身边的一位又一位朋友，它也将夺去我们的父母，又会把我们最熟悉的事物从记忆中一一抹去，最后它将终结我们的一切，包括生命。

所以，有生之年，希望我们每一个人对自己最亲的父母、身边的朋友、默默付出的老师都能加倍地珍惜、再珍惜，揣好自己的初心，背上远行的行囊，勇往直前！惟其如此，方能不畏岁月之凶猛，不惧光阴之如流！

评语：

这篇习作，作者小小年纪本当是满眼的微风不燥阳光正好岁月如歌，却偏于大好的青春岁月中翻出如此深刻的人生领悟，让人读来颇觉见解脱俗，笔灵心慧，文畅情达，情真意切。文脉由父母而师长再到朋友，清晰条理，让人于中看到了作者深怀的对岁月的敬畏之心，以及对身边人的珍爱、感恩之心。

（指导教师：申玲芹）

尊师重教兴宏业 立德树人营远图

内黄一中報
NEI HUANG YI ZHONG BAO
2019年9月15日 星期日 总第78期 责任编辑：陈 雷 编辑：赵陆英
主办：内黄县第一中学网信室校报编辑部 电话：0372-7729620 网络支持：www.nhyz.net.cn 电子信箱：nhyzbao@163.com

砥砺刚韧 激扬青春

——我校成功举行2019级新生军训汇报表演

中2019级新生军训汇报
赵陆英 摄

8月27日，我校在北校区综合运动场成功举行了2019级新生军训汇报表演，县武装部部长李云波，校领导杨刚雷、王凯法、张学杰、王国法，军训总指挥武安杰亲临现场检阅。

军训汇报表演随着学生方阵摆出的“10、9、8、7……”数字倒计时字样正式开始。一曲手语《感恩的心》，令全场师生经历了一次心灵的洗礼；女子徒手匕首操表演，一招一式，刚柔相济，尽情展现着青春的柔美与活力；教官们的步兵班进攻战斗表演，精彩纷呈，更是将表演推向了高潮。

伴随着雄壮的阅兵进行曲，在国旗方队的引领下，全校高一年级的44个军训方阵，迈着整齐矫健的步伐，依次通过主席台接受检阅。他们坚定的神情、飒爽的英姿、整齐的队列、嘹亮的口号充分展示了军训刻苦训练后取得的骄人成果，赢得了观演师生阵阵掌声。随后，军训总结表彰大会在全体师生齐唱的国歌声中拉开序幕，仪式由副校长王凯法主持。副校长张学杰宣读了获奖班级，并进行了现场颁奖。县武装部部长李云波代表全体军训教官寄望全体同学通过军训中的爱国主义教育，立志报国，自强不息，为实现中华民族的伟大复兴梦而努力拼博，为今后的学习生活打下坚实的基础。

最后，校党委书记、校长杨刚雷作了总结讲话。他说，军训是一个艰苦的历程，然而相对于高中三年的学习生活来说，这还仅仅是一个前奏、一个开始，在今后一千多个日子里，更需要大家用顽强的意志和坚定的毅力去克服一个又一个困难，攀登一个又一个高峰，夺取一个又一个胜利！他希望全体同学努力成长为中华民族的伟大复兴梦的坚定实践者和强力推动者。

本次军训活动为期7天，旨在激发学生的爱国热情，锻造学生的坚强意志，培养学生严于律己、遵规守纪、互助协作的团队精神。

多年来，我校一直非常重视新生军训工作，并以此为德育阵地对学生进行吃苦耐劳、奋发图强、团结合作等品质的教育。尤其在今年的军训过程中，每天举行两次的防灾疏散演练，让同学们在完成训练任务的同时，亲身体验到了贴近生活的防灾害教育，使军训活动融入了独特的消防特色，为校园筑起了一道安全“防火墙”。（郭瑞增）

赵陆英 摄

赵陆英 摄

县委书记王建国教师节莅临我校慰问

时值第35个教师节，9月10日下午，内黄县委书记王建国一行怀着对全县教育事业的高度重视和对教师的特别关切，冒着大雨莅临我校，走访慰问辛勤耕耘在教育教学一线的教师。县委副书记谢东，县委常委、县委办主任马伟才，县政府副县长李红霞，县教育局局长张军陪同慰问。

王书记首先代表县委县政府向我校全体教师致以节日的问候和崇高的敬意。他指出，高中教育是整个基础教育的最高阶段，事关全县教育事业发展大局。一中是内黄教育的金字招牌，县委县政府今后将继续加大对一中的关注和支持，使一中能够更好地发挥示范引领作用。他希望我校能树立更远大的目标，重视教育创新，不断提高教育教学水平，为社会培育更多的高素质人才！

我校党委书记、校长杨刚雷代表全校教师对县委县政府的慰问表示感谢，并简要汇报了学校工作情况。他说，近年来，县委县政府对一中的发展倾注了很大的心血与热情，给予了极多的鼓励和支持，使一中有了长足的进步。当前，学校管理科学高效，校园设施完善升级，教师队伍人心思上，学生整体素质持续提升，各项工作开展平稳有序，正能量充溢校园。他表示，内黄一中人将牢记使命，肩承重任，绝不辜负县委县政府的期望，全力开创一中教育教学工作新局面，努力办好人民满意的教育！（郭瑞增）

我校举行『青春逐梦新时代 我与祖国共奋斗』迎国庆暨新学期升旗仪式

金风送爽，丹桂飘香。9月2日早上，我校在南校区国旗广场举行了“青春逐梦新时代，我与祖国共奋斗”迎国庆新学期升旗仪式。

仪式上，升旗手英姿飒爽，步伐整齐，护卫着鲜艳的五星红旗入场。在激昂的《义勇军进行曲》中，升旗手振臂一挥，五星红旗徐徐展开，3800多名师生庄严肃立，齐唱国歌，注目五星红旗冉冉升起。

校党委书记、校长杨刚雷在升国旗仪式上发表讲话。他说，爱国主义是一面具有最大号召力和凝聚力的旗帜，是我们民族精神的核心内涵。新学期开学第一天的升旗仪式，是一堂生动的爱国主义教育课，也是落实立德树人根本任务、加强和改进思想政治教育的一项重要举措。同时他强调，奋斗的人生是充实的，是幸福的。你们生长的时代，是一个鼓励每个人都拥有梦想的时代；你们出生的国家，是一个可以让人人都有出彩机会的国家。“有梦想，有机会，有奋斗，一切美好的东西都能够创造出来”。只要我们勤奋努力，锲而不舍，坚信每一个同学都能成功！他希望全校上下团结起来，用智慧和力量汇集成一支无坚不摧的铁骑劲旅，以坚韧不拔之意志，自强不息之精神，去实现每位同学的人生梦想，去实现内黄一中的腾飞梦，去实现中华民族的伟大复兴梦！

本次升旗仪式由政教处主任张学军主持，教师代表、学生代表分别作了表态发言。

（郭瑞增）

赵陆英 摄

赵陆英 摄

我校举行2019年德善班合作签约暨开班仪式

9月2日上午，安阳市德善爱心慈善会、安阳市教育基金会领导莅临我校参加德善班合作签约暨开班仪式。

两会与我校合作三方领导首先在学校会议室进行了座谈。县政府副县长李红霞，安阳市德善爱心慈善会理事长陈爱民、副理事长吴章成、秘书长尹小鹏，安阳市教育基金会办公室副主任韩华帅，我校党委书记、校长杨刚雷，副校长张学杰共同参加了座谈。

座谈会上，我校党委书记、校长杨刚雷向与会领导汇报了本校2019年高考取得的优异成绩，以及自德善班达成初步协议以来学校所做的主要工作，特别是针对“德善生”的选拔，学校坚持“实地查访，严中选优”的原则，经过入户调查和家访，从中招考试前200名优秀学生中选拔出40名“家庭困难、品学兼优”学生作为本届的德善生。他说，学校将对该部分学生倾注更多的教育资源，进行重点培养，力使德善班成为寒门学子鱼跃龙门、成就梦想的摇篮。

安阳市教育基金会办公室副主任韩华帅表示，教育基金会将继续做好服务，募集资金，将各项助学政策落到实处，惠及更多学生。

安阳市德善爱心慈善会理事长陈爱民在座谈会上说，安阳市德善爱心慈善会成立于2017年，由众多志同道合、热心教育事业的企业家组成。成立以来一直致力于帮助“家境困难、品学兼优”的学生，以使其拥有公平而有质量的教育机会。本次与内黄一中合作成立的德善班，就是为了帮助40名“家庭困难、品学兼优”学子顺利完成高中学业，成长为国家的栋梁之才。

县政府副县长李红霞在座谈会上表示，非常感谢安阳市德善爱心慈善会、安阳市教育基金会对内黄贫困家庭学子的真诚关怀和对内黄县教育事业的大力支持。安阳市德善爱心慈善会“捐资助学，成立德善班”这一义举，是一项利在当代、功在千秋的公益事业，也是企业家服务和回报社会的慈善义举，充分体现了我们中华民族团结互助、奋发图强的传统美德。县委县政府十分重视教育，今后将进一步加大对投入力度，改善教育教学设施，提升教师工

（下转第2版）

我校被清华大学授誉为『优质生源基地』

赵陆英 摄

7月20日上午，清华大学“优质生源基地”授牌仪式在我校南校区学术报告厅举行。清华大学河南省招生组组长谢旭东教授、副组长丁青青教授，清华大学河南校友会会长车喜柱、副会长李新等亲临现场颁发奖牌，县政府副县长李红霞，县教育局副局长王树方等出席授牌仪式。仪式由我校党委书记、校长杨刚雷主持。

县政府副县长李红霞为会议致辞。她指出，清华大学“优质生源基地”授予内黄一中，不仅是品牌，更是压力、是挑战、是责任、是使命。希望内黄一中以清华大学“优质生源基地”授牌命名为新的平台和起点，谋划长远，高点定位，务实创新，努力为清华大学等名校输送更多的优质生源，为加快推进全县高中教育发展做出新的贡献！

在与会领导的见证和热烈的掌声中，清华大学河南招生组组长谢旭东教授向我校党委书记、校长杨刚雷授牌。随后，他做了热情洋溢的讲话，殷切期望我校能培养更多的优秀学子报考清华大学。

清华大学河南招生组副组长丁青青教授介绍了清华大学2019年的招生情况，并作了一场精彩的励志报告，希望与会同学能够矢志不移，以坚定的意志和不懈的努力，奋力冲进清华大学，实现自己的人生梦想。清华大学河南校友会会长车喜柱代表清华大学校友会作了精彩发言。

最后，校党委书记、校长杨刚雷简要介绍了我校2019年的高考升学情况。同时他说，清华大学授予我校“优秀生源基地”，是对我校先进的办学理念、严格规范的管理措施、优异教育教学质量的认可与肯定，也是对我校的鼓励与鞭策。他强调内黄一中将以此为契机，进一步深化素质教育改革，加强我校与高校的有效衔接，本着以学生发展为根本的理念，为学生成才创造更好的环境和条件，一如既往地扎扎实实抓管理，一心一意抓教学，为国家、为内黄人民培养出更多的优秀学子。 (赵陆英)

拼搏高三 让青春不留遗憾

——我校召开高三师生励志动员大会

赵陆英 摄

7月8日早上，我校在南校区综合运动场召开了高三师生励志动员大会，校党委书记、校长杨刚雷出席大会并作了励志报告，高三全体师生参加了动员大会，会议由副校长叶俊峰主持。

会上，杨书记结合自己的亲身经历，现身说法，作了一场精彩的励志报告。他说，高三对于每一位同学来说，都是一场必须打赢的战争，大战来临之际，同学们需要的不仅仅是激情和决心，更需要的是冷静、沉着。我们要充分思考一下，这场仗该怎么打？

杨书记就此特别强调了以下四点：

一是“一个人能承担多大的责任，就能取得多大的成功！”作为青年学子，每个人都要有一种责任担当意识，要有家国情怀。他说，中华民族的伟大复兴梦，终将在我们一代代青年的接力奋斗中变为现实。我们作为内黄一中学子绝不能在这股实现人生价值的潮流中成为旁观者，而应主动融入进去，将个人的人生梦想融入到伟大的中国梦的实践当中，力争成长为中国梦的坚定支持者、奋进者、搏击者。

二是“耐得住寂寞才能守得住繁华，该奋斗的年龄不要选择了安逸”。他激励全体同学要耐得住寂寞，在该奋斗的年龄勇于负重拼搏。他启示广大同学，现在付出更大努力的意义在于：不要当父母需要你时，除了泪水，一无所有；不要当将来孩子需要你时，除了惭愧，一无所有；不要当自己回首过去时，除了蹉跎，一无所有。

三是“给心灵以春光，再长的道路也可以一路阳光、一路欢歌”。他说，面对高三的机遇和挑战，重要的是和自己比。看一看，今天的自己是否比昨天的自己进步了，明天的自己是否超过了今天的自己。失利了，看看自己是否有重整河山的勇气。战胜自己是最难的，而战胜了自己，必定会赢得成功，创造辉煌！

四是“科学备考，全力冲刺”。他说，高三冲刺的号角已经吹响，我们要想考好，必须做到心无旁骛，无论是学习还是生活，与高考无关的念头不要想，与高考无关的事不要做，全身心投入到紧张的复习备考中去，坚持做到四个“认真”，即认真上好每一节课，认真对待每一个学科，认真挖掘自己的增分空间，认真爱惜自己的身体。

最后，杨书记对高三全体师生提出了希望。他希望广大同学从现在开始，严格自律，奋起直追，抓住最后的时机，向最认真最勤奋的同学看齐，与最优秀最出色的同学竞争，和每一位老师悉心配合，形成合力，全心投入，再接再厉，在2020高考的考场上，做一匹决缰驰骋的黑马，做一只一飞冲天的雄鹰！ (郭瑞增)

赵陆英 摄

安阳市政法委副书记吴利群一行莅临我校调研指导心理健康服务工作

赵陆英 摄

7月9日上午，安阳市政法委副书记吴利群、安阳市政法委正县级调研员郑来运一行莅临我校调研指导心理健康服务工作。我县县委常委、政法委书记狄拥军陪同调研。

在我校南校区心理健康教育中心，我校党委书记、校长杨刚雷向吴书记一行详细介绍了心理健康教育中心沙盘室、宣泄室、音乐放松室等功能室的运行和使用以及中心成立以来开展的特色心理活动、校本教材编订等情况。吴书记听完后，对我校高度重视学生心理健康工作的做法给予了充分肯定，并提出了指导性意见。

接下来，我校将以吴书记一行的本次调研指导为契机，继续做好学校心理健康服务工作，让学生健康成长、成才，提升办学层次和办学水平，让更多家庭收获成功，享受喜悦。(郭瑞增)

县委书记王建国莅临我校视察

赵陆英 摄

7月12日上午，县委书记王建国在调研省文明城市创建工作中莅临我校视察指导工作。县委副书记谢东，县委常委、宣传部长马玉红，县委常委、县委办主任马伟才，县政府副县长曹卫彬，县委宣传部副部长、文明办主任张彦，县教育局局长张军陪同视察。

王建国书记一行先后视察了我校北校区教学楼、清心园等教育设施，察看了校容校貌，并详细了解了北校区的年级设置、学生人数、教育教学等情况。王书记充分肯定了一年来我校北校区建设发生的显著变化，并对我校2019年高考取得的优异成绩给予了高度评价。我校党委书记、校长杨刚雷详细介绍了学校以全国文明校园创建为引领，大力实施“管理育人”“环境育人”的发展方针，并由此不断改善校园环境，努力提高教育管理水平和教学质量，全力助推内黄经济和社会事业快速发展的一系列措施与做法。

最后王建国书记指出，全县相关部门一定要大力支持县一中的全国文明校园创建工作，全力提供好服务。视察中，王书记来还对我校的全国文明校园创建工作给予了指导性建议。

(郭瑞增)

我校2019级新生研究性学习暨社会实践活动集训营开营

赵陆英 摄

8月2日上午，我校2019级新生研究性学习暨社会实践活动集训营正式开营。

校党委书记、校长杨刚雷出席开营仪式并作了重要讲话。他首先回顾了我校的发展历史，介绍了我校在六十五年的发展历程中积淀下来的文化自信和优良传统，并籍此勉励全体师生：

一要厚植家国情怀，强化担当意识，将个人的人生梦想融入到伟大的中国梦的实践当中，努力践行社会主义核心价值观，力争成长为中国梦的坚定支持者、奋进者和搏击者。

二要在该奋斗的年龄不要选择了安逸，永远不要给自己留有找借口的机会，任何梦想的实现都需要付出千百倍的努力。苦过、累过才能品尝到生活的甘甜，苦乐中奋斗的人生才会更精彩！

赵陆英 摄

三要严于自律，任何的“他律”最终都要内化为“自律”，最大的强大是内心的强大，丰盈的内心可以让我们拥有克服一切困难的勇气。只有经受得住高中三年的砥砺，同学们的人生之旅才会绽放异彩，青春才能不留遗憾。

本次集训营活动由学校教研处组织，内容安排丰富多彩，由学校骨干教师针对学科特点和学习方法作专题讲座，由县武装部组织开展室外拓展训练，由学校心理教师做心理健康教育指导，并安排了红色研学活动。这次集训活动是我校落实“立德树人，教己育人”办学理念的重要举措，旨在激励全体新生提前了解高中学习特点，尽快适应高中生活，以“勇立潮头，舍我其谁”的精神，奋发图强，超越自我，努力成长为志向高远，素质全面，基础扎实，特长明显的一代新人！ (郭瑞增)

(上接第1版)作待遇，激励学生奋发图强，建功立业，大力推动内黄县教育事业再上新台阶。

随后，合作三方在德善班教室举行了合作签约暨开班仪式。安阳市德善爱心慈善会副理事长吴章成激励40名德善生，正确面对困难，要坚持把磨难当作一种精神财富、一种宝贵的经历，把磨难和挫折转化成奋发向上的动力，将来做一个对社会、对国家有用的人。

我校党委书记、校长杨刚雷在仪式上发表讲话，他希望40名德善生能够坚持做到自立自强，志存高远，刻苦学习，艰苦奋斗，磨练一身好本领，学得一身真才干，努力将自己的人生梦想融入到中华民族的伟大复兴中去，早日回报社会，回报所有关爱和帮助过自己的人。在今后的学习生活中，积极培养友善诚信、乐于奉献的心灵和品格，无论走到哪里，都能够像帮助过自己的人一样，把爱心奉献给需要帮助的人，把助人为乐这一中华民族优良传统传承下去，并发扬光大。 (郭瑞增)

熟读精思 博文明理

总策划：杨刚雷
顾 问：王凯法 张红文 张学杰 吴琳华 王国法 叶俊峰
荣誉主编：王全艮
主 编：陈 琳
副主编：高翠丽 程利社 张书英
编 委：
郭瑞增 苏平恩
郭双朝 卢改云
杨献平 牛铭恩
张学军 宋占红
李 军 黄宏伟
李素红 付志勇
李 强 葛德林
王凤江 董现彬
袁振钢 刘晓红
宋 鹏
编辑部主任：高翠丽(兼)
编辑部副主任：程利社(兼) 张书英(兼)
责任编辑：高翠丽(兼) 程利社(兼) 张书英(兼) 陈 雷
编 辑：赵陆英 巩彦芬 申玲芹 王维维
网络支持：王颖伟

研究新教材 迎接新挑战

吕海志

2019年8月27日上午，教育部召开第二场“2019教育金秋系列发布会”，教育部教材局局长田慧生在发布会上介绍了普通高中三科统编教材有关工作情况。根据中央要求，2017年教育部启动了普通高中思想政治、语文、历史教材统编工作。经过两年多的努力，教材编审工作全部完成，将于2019年9月秋季学期开始，在北京、天津、辽宁、上海、山东、海南等6省市率先投入使用，其他省市根据新高考推进和各省实际情况陆续推进，2022年前将全部使用新教材。虽然，2019年河南省没有进入新高考，没有率先投入使用新教材，但根据中央要求，最迟2022年前也是要投入使用新教材的。古人云：“凡事预则立，不预则废。”我们应该预见未来新高考及新教材投入使用后给我们带来的新的机遇与挑战，作为教师，提前研究一下新教材是很有必要的，这有助于我们更好地把握新教材的编写思路，对于我们现在的高考备考也会有或多或少的帮助。下面仅以普通高中思想政治新教材为例，对新教材进行简要的介绍。

普通高中《思想政治》全套教材共7册，其中必修教材分《中国特色社会主义》《经济与社会》《政治与法治》《哲学与文化》4册，选择性必修教材分《当代国际政治与经济》《法律与生活》《逻辑与思维》3册。

普通高中《思想政治》教材总主编、南京大学教授张异宾介绍，必修4册教材采取总分方式，《中国特色社会主义》是总览和基础，让学生对中国特色社会主义的形成和发展有总体了解；《经济与社会》《政治与法治》《哲学与文化》分领域进行深入阐释，让学生具体理解如何坚持和发展中国特色社会主义。选择性必修3册教材则重在培养学生用全球视野认识人类社会发展大势，用法律手段处理日常问题，用科学思维探索认识世界。

整套教材系统讲述习近平新时代中国特色社会主义思想，从经济、政治、法治、文化、民族、宗教、社会、生态文明、国家安全、国防和军队、外交、党的建设等各方面详细阐述。重在引导学生系统、深入掌握习近平新时代中国特色社会主义思想，做到真学真懂真信真用，帮助学生掌握马克思主义活的灵魂，在理解中贯彻新思想，在感悟中建设新时代。

对于政治新教材的编写理念，我们要重点把握如下几点：

一、贯彻党的教育方针，落实立德树人根本任务。要充分挖掘和发挥政治学科独特的育人功能，有机融入社会主义核心价值观教育，充分体现马克思主义中国化最新成果，引导学生爱党爱国爱社会主义，坚定“四个自信”，树立正确的世界观、人生观、价值观。

二、加强法治教育。必修3《政治与法治》教材系统讲述中国共产党的领导、人民当家作主和依法治国；选择性必修2《法律与生活》介绍了民事权利和义务，以及与学生未来密切相关的婚姻家庭、就业创业、社会争议解决等方面的法律内容。通过加强法治教育，帮助学生理解依法治国的历史必然性、制度优越性、人民获得感，增强法治意识，自觉做到尊法学法守法用法。

三、加强中华优秀传统文化和革命传统教育。在中华优秀传统文化和革命文化中，蕴藏着取之不尽的教育资源和砥砺奋进的动力。教材注重让学生从传统文化和革命文化中汲取养分，从理论和实践上深刻认识只有中国共产党才能救中国、只有社会主义才能救中国，为学生人生奋斗与建设国家提供源源不断的精神动力，增强精神认同。

四、着力改进教与学的方式。这次教材编写坚持了理论性和实践性相统一，注重选取与学生生活相关的案例、材料，便于学生结合实践理解理论问题、利用理论解决实际困惑，把爱国情、强国志、报国行有机统一起来。所以，我们在教学中，可通过问题情境创设、综合探究活动设计等，激发学生学习兴趣，促进学生合作学习、探究学习，提高实践能力。

相比旧教材，新教材必定会给我们的教育教学理念和教学方法带来全新的挑战，我们应尽快拿到最新的教材，并着手研读，不只是高中的政治学科，其他学科也同样如此。虽然最新的教材在我们这儿的新华书店还难能买到，但我们可以网购。最近几天，我专门在天猫、京东、当当等购物网站上查了查，上面均有最新的教材在售卖。在此，也郑重建议学校能尽早地给我们的老师团购到最新的教材，早了解，早研读，早投入，早受益。

谈谈高考作文的命题形式和命题规律

马卫红

回顾1977~2019这42年间的高考全国卷作文题，梳理近三年各地市的作文试题，可以看出，高考作文命题，变化的是形式，不变的是对人生、社会和自然等的感受和思考。正如王大绩老师所说的“高考从来一文题，亘古千秋一话题”。

一、命题形式

在命题形式上，主要有材料作文、命题作文和话题作文三种题型。尽管1980、1981年考了读后感，1987年考了简讯，1991年考了发言稿，1993年考了广播稿，2019年考了演讲稿，1985、1989、2015、2018年考了书信，但都可以看作是材料作文的一种，抛开应用文格式的外衣，最终都是对材料的解读、对思想认识的考察。

近几年的高考作文，命题作文时有涉及，话题作文逐渐淡出考生视野，而材料作文却显得势头强劲。2013年高考，除了天津卷为“材料+半命题”的形式外，其他16道均为材料作文；2014年高考，全国18道作文题全部是材料作文；2015年除北京卷为命题作文外，其他15道均为材料作文；2016年除全国卷I为漫画作文、北京卷为命题作文外，其他7道均为材料作文；2017年除北京卷为命题、全国卷III副标题为命题作文外，其他7道均为材料作文；2018、2019年除北京卷为命题作文外，其他7道均为材料作文。

材料作文中所给材料是多种多样的，可以是一则故事、一条新闻、一首短诗、几则名言、几则事例、一段对话、一副漫画等。考生根据自己对材料的理解、感悟，自定立意、自选文体、自拟标题进行作文。它能够给考生提供一定的条件与情景，却又不失之宽泛，在特定环境规定下作文，具有更大的真实性与可检测性，如今年的高考作文既符合时代要求，又能够贴近同学生活；时代需要我们成为追梦人，可梦永远不是做出来的，是干出来的。因此，这道作文题中对于劳动这一话题的关注可谓切合时代精神，极具时代特征。并且没有让考生去讨论“该不该劳动”，而是坚定地将写作方向指向了“热爱劳动，从我做起”，也体现了高考的教育、指导意义，这也正符合“立德树人”的教育方针。其实，所有的材料类作文都是一种解决途径：用你所知道的新材料来印证你所生活的世界，去启发你的思考，引导你的关注，抒发你的情怀，表达你的观点。

命题作文是一种常见的命题形式，自恢复高考以来沿用至今。一般是指出题者给出一个既定的题目，要求考生根据这个既定题目进行写作。这类命题一般包括三种类型：单纯的命题、“材料+命题”、半命题。命题作文限制性强，考生写作时容易出现偏、跑题现象，而“材料+命题”作文，则降低了审题难度，让传统的命题作文焕发了生机。如2012年的江苏高考作文、2013年的天津高考作文、2015年的北京高考作文均采用的是“材料+命题”的形式。纵观近几年的命题作文，情境型的“材料+命题”形式仍将是高考命题作文中的一种重要形式。

话题作文是用一段导引材料启发思考，激发想象，用话题限定写作范围的作文题型。“话题”就是指谈话的中心，行文要围绕这个中心内容进行选材。话题作文的优点是开放性强，限制性较弱；给考生写作的空间和发挥的余地更大。局限是立意过于宽泛，不利于考查考生思维的敏捷性和严密性，容易出现宿构和套作，故此几乎淡出了高考平台。

(未完待续)

高中生厌学原因分析及其应对策略

张丽

在当今这个各行各业竞争前行的时代，高中生面对自身繁重的学业自然同样有着不小的心理压力，因而普遍存在厌学心理也就不足为怪。针对这种客观情况，如何使高中生走出厌学心理的误区，就成了我们教育工作者迫切需要解决的问题。笔者认为，只有针对高中生厌学心理的原因进行精准的分析，才能提出克服其厌学心理的正确应对策略，以不断提升高中生自身的自觉学习能力。

那么，什么是“厌学”呢？顾名思义，是指学生对学习感到厌倦或厌恶学习、不愿意主动学习，是学生除智力原因之外的其他各种因素所导致的对学习有着烦恼厌倦的心理，它是学生消极对待学习活动的一种行为反应，是一种消极适应环境的不健康的学习心理。这种消极心理对学生来说，会让他们看不到学习的希望和目标，进而导致学习欲望的缺失，产生厌倦的学习情绪。

学习压力越来越大，会导致学生精神上的萎靡不振，记忆力衰退，记忆效果下降，进而产生厌学情绪，最后不学，更有甚者还会走向行为极端；而且还会出现考试焦虑，特别是遇到较为重要的考试学生的焦虑会更为严重。高中生现在所学的知识，基本上是为考大学而准备的，而能考上大学的毕竟只是一部分学生。在追求升学率的指导思想下，学校把班级分为普通班、培优班，在班级和年级里进行双重排名。因此，学生会感觉学习任务太过于繁重而讨厌学习，从而形成品行障碍。面对考学难，就业难，出路难的现象，学生都会产生或轻或重的焦虑感。在此我用一个图片来说明学生对于学习的不同反应。

据统计，我国当前大约有70%的学生存在厌学心理，而厌学心理程度的不同，也影响着他们的学习与生活。高中生厌学，主要是由于缺少学习动机以及情绪和意志力等方面的问题引起的. 要想消除高中生的厌学心理，就必须采取相应的对策对诱导高中生产生厌学心理的不良因素进行消除。俗话说，心病还须心药医，针对心理问题，就要从其心理上去疏导。

1.告诉学生，别指望别人推着你走。积极主动的态度是实现个人远景的原则。无论你愿不愿意学，只要想考大学，做一个有出息的人，做一个对家庭、对社会有用的人，你就必须去学，自己确定目标，自己寻找动力。

2. 告诉学生，忠实于自己的人生计划。“以终为始”是实现自我领导的原则，它将确保自己的行为与目标保持一致，而不受其他人或外界环境的影响。我们将这个书面计划称之为“使命宣言”。任何一个存在的社会组织都需要“使命宣言”，当然任何一个人也不例外。“使命宣言”需要阶段性的评估，以及持续的修正和改良。确立目标后全力以赴，就是我们所说的，在正确的时间做正确的事，并把事情做对。

3. 告诉学生，选择不做什么更难。每个人的时间和精力都是有限的，所以要首选做重要的事。要想集中精力于当前的要务，就必须先排除次要事情的牵绊，要勇于对首选以外的事情说“不”。

下一步就是要激发学生的学习兴趣，而要激发学生的学习兴趣首先要提高学生的学习动机。学习动机是人生来就有的，是个人在良好的环境和积极的心理状态下表现出来的一种心理倾向或能力。即使是那些看起来丧失了学习动机的学生也可以重新获得这一能力。

我们可以从以下几个方面着手，激发学生的学习动机，确定合理的学习目标。

1.要考虑学生现有的学习基础和认知结构，它构成了学生的学习特点。了解学生的学习基础不是笼统地看学生的学习表现和学习成绩，而是要细致分析学生在每门学科中已有知识的建构、思维特点等。还要分析学生学习方法的科学性，以及学生个性特征等。只有详细了解了上述内容，才能对其设计出合理、稳妥、有效的学习计划，从小目标到大目标，从局部目标到整体目标，一步步地前进，一点点地品尝学习的成功，树立学习信心，树立人生信心。

2. 正确对待考分。学生的考分只能代表学生某一阶段学习的情况，而不能作为全面评价学生的标准。老师和家长不应该以分数作为评价学生的唯一标准，而应该形成一套更其客观、更其合理和更其全面的评价标准。老师和家长应从不同的方面表扬和鼓励学生，以增加学生的信心，而不是单从学习成绩的好坏来评价一个学生。久而久之，学生的学习自信心必会大大增强，而且其他方面的能力也会不断得到提高。

3. 形成良好的学习习惯和学习方法，从中体会到学习的乐趣，促使学生在不断的成功中增长自信，主动学习，提高效率。

4. 改变观念，接受自我。教师和家长要能不断地从正面对厌学学生予以肯定，让他重新认识自我价值，并不断强化，让他在前后比较中接受自我，认识到自己并非无可救药，而是能学好的，相信自己也是一个有能力、有前途、受尊重的学生。当然，对厌学学生的评价必须客观、中肯、善意，绝不能讽刺和偏激，以免增添其逆反情绪。

总之，消除高中生的厌学心理，就必须要培养其学习兴趣，树立其人生信念，使之逐步养成良好的学习习惯和正确的学习方法，进而朝着目标坚定前行，一步步地从成功走向成功，最终圆满实现自己的人生梦想。