

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[2024] 4 号

编委主任 李爱军 主编 董立顺

学校网址: <http://www.dxyz.gs.cn>

2024 年
1 月 8 日
星期一
第 10 期
总第 223 期



研学实践促成长 最美课堂在路上

——我校部分师生赴兰州参加研学实践活动

为更好发挥博物馆在立德树人方面的重要作用,全面加强学生对历史的直观感受,2023 年 12 月 16 日,定西市第一中学 110 余名师生在校长李爱军、副校长肖进雄的带领下,赴甘肃简牍博物馆、读者博物馆参加了以“研学实践促成长 最美课堂在路上”为主题的研学实践活动。

在甘肃简牍博物馆,工作人员引导广大师生从“简牍时代”的考古发现、“简述丝路”的丝路故事、“边塞人家”的边关生活、“书于简帛”的书法艺术四个单元全面了解了甘肃大地丰富的文化遗产,感悟了绵延千年的简牍文化。方寸之间虽只言片语却极大开阔了大家的眼界,坚定了大家弘扬文化传统的信心。

在读者博物馆,工作人员从“同心

创业薪火相传”、“锐意进取 茁壮成长”、“发愤图强 走向辉煌”几个单元为师生详细讲解了场馆建成历史,并介绍了这里陈列的读者出版集团发展历程中不同时期珍贵的历史原件材料。在读者插图艺术馆,一幅幅精美的插画为大家打开了品味《读者》、感悟《读者》的窗户,让大家提升审美品味的同时,也为大家上了一堂别开生面的美育教育。

本次研学实践活动让广大师生更加深刻地领略到中华文化绵延数千年的文脉传承,感悟到阅读经典体悟人生的厚重力量。广大师生纷纷表示要从文化传承中汲取奋进力量,坚定文化自信,把在研学中的所得所获转化为推动学校教育高质量发展的大动力。(党政办公室)

甘肃省“中小学德育工作六星校”核查专家组 莅临我校开展实地核查工作

12 月 13 日,由兰州市第十六中学校长马莹、兰州市七里河敦煌路小学校长牛军昌、西北民族大学教育科学与技术学院副教授王荣山组成的专家团队莅临我校开展甘肃省“中小学德育工作六星校”创建实地核查工作。定西市教育局二级调研员马玉刚,定西市教育局基础教育科干部水进江陪同检查。

在党委书记刘顺义、校长李爱军等校级领导的陪同下,专家组一行参观了我校心理咨询中心、社团工作室、书画展厅、大数据调度中心、校史馆等,深入课堂,与我校师生进行了面对面的交流,并通过查

阅资料、与学校领导、学生家长代表、教师代表座谈交流的方式,全面了解了我校德育工作的开展情况及取得的成效。

党委书记刘顺义从建章立制、严规矩,强化领导有担当;以文化人重熏陶,营造育人好环境;课程思政主渠道,夯实育人主阵地;全员育人导师制,一岗双责助成长;习惯品质与信念,三维目标分层次;家校协同育人才,同心圆梦助成长;实践活动常开展,于无声处育栋梁;抓实抓细抓长效,潜移默化铸师魂八个方面汇报了我校的德育工作。

专家组充分肯定了我校德育

工作取得的成效,认为我校德育工作设计思路清晰,开展方式多样,工作成果显著,“三全”育人机制完善,通过“青蓝工程”师徒结对、青年班主任技能大赛、课前一首歌、校园舞比赛、“大思政课开讲啦”等多种方式,营造了浓厚的校园德育氛围。同时,专家组也对我校德育工作提出了宝贵建议。

我校将以此此次实地核查评估工作为契机,坚持立德树人根本任务,认真贯彻党的教育方针,坚持德育为首,进一步健全德育工作体系,创新德育工作方式,不断开创学校教育高质量发展新局面。(党政办公室)

织密“三网”拒绝校园欺凌

为贯彻落实市教育局关于防范中小学生校园欺凌相关文件精神,持续深入做好学生欺凌防治工作,我校通过构建“合力共为”阵地网、“家校协同”机制网、“智慧校园”防护网,打造“三网共织”防护体系,切实保护学生身心健康,努力将校园建成最阳光、最安全的地方。

学校调研发现,平时教育引导比事后被动处置更有效,预防校园欺凌的重点在于强化教育阵地的建设,为此我校积极拓宽教育阵地,形成了以课堂教育为主线,以专题讲座、国旗下讲话、主题班会、应急演练、心理驿站、励志教育、大型节庆活动为辅的教育体系。

邀请“法制副校长”及法律专业人士进校园开展法治安全教育专题讲座,通过每周校园安全广播,运用鲜活的案例、通俗易懂的语言,向同学们讲解校园欺凌的概念、产生的原因、危害及影响,面对校园欺凌该怎么办等,引导他们树立法治安全意识,远离违法犯罪,增强自我保护意识,养成遵纪守法、合法抵制不法侵害的良好习惯。

充分利用“国旗下讲话”这项严肃庄重的活动,向学生传递国家意识和责任感,充分认识校园欺凌的危害。组织开展主题班会,学生围绕校园欺凌这一主题展开深入的探讨,通过集体的力量和智慧,同学们更加清晰地认识到尊重他人、友善互助的重要性。

通过定期组织疏散演练,增强了学生的安全意识和应对突发事件的能力。在演练过程中,同学们按照规定的路线和程序进行疏散,确保了在紧急情况下的安全撤离。通过观看宣讲优秀校友事迹,坚定学生的信念和追求,激发学生的积极性和自我价值感,引导学生树立正确的人生目标和价值观。通过专业的心理咨询和辅导,帮助学生处理情

绪问题、解决心理困扰,为化解矛盾提供了有力的支持。通过定期召开家长会、开展全员育人导师制“爱与陪伴——六个一”活动、举办家庭教育讲师团活动,加强与家长的沟通和联系,让家长了解孩子在学校的表现和情况;加强对校园周边环境的治理,防止外来人员对校园的干扰和侵害。

依托“5.25 心理健康日”“第 28 个全国中小学安全教育日”“第 15 个全国防灾减灾日”“2023 宪法宣传周及宪法晨读”等活动,开展各种活动,搭建展示学生才华和爱好的舞台,提供思想教育的阵地。在参与这些活动的过程中,同学们提高了团队协作能力和自我管理的能力,有效防止校园欺凌事件的发生。依托智慧校园管理平台,将校园分为三级网络,共 10 个网格,现有网格员 10 人,网格员 96 人,形成了“网中有责、责中有格、责任到人、智慧管理”的安全防控体系。各网格员通过隐患排查上报、手机喊话干涉、远程视频监控等方式对各网格区进行监督管理;各班设立安全委员和心理委员,确保学生间的隐性矛盾得以及早发现和处置;学校定期召开班主任、安全员、心理委员会议,不断推进防范校园欺凌工作,有效预防和遏制校园欺凌事件的发生。

“合力共为”阵地网增强了学生的法律意识和自我保护能力,“家校协同”机制网形成了全员参与、共同防范的良好氛围,“智慧校园”防护网使我们能够及时发现和处理校园欺凌问题,“三网共织”使我校的防治校园欺凌工作取得了显著的成效。今后,学校将加强组织,强化协作,明确分工,强化职责,进一步摸排工作死角,持续完善“三网共织”防护体系,深入开展平安校园建设工作,促进学生健康快乐成长。(保卫处)

教学教研齐心协力,共研共商共谋发展。为全面贯彻落实习近平新时代中国特色社会主义思想主题学习教育学习精神,深入推进“三抓三促”行动开展,切实提升教育教学质量,优化教学管理过程,12 月 6 日,我校组织召开以“集体备课、试题研制、作业布置”为主题的教研教学工作推进会。校级领导、教务教研处负责人、年级主任、教研组长、备课组长参加会议。会议由副校长田永强主持。

副校长田永强以《提高课堂教学有效性专题调研报告》为载体,对本学期高一高二年级月考试题自主命题反馈情况、集体备课的常规落实情况、作业布置的调查情况作了通报,并以调

研报告反映的问题为重点,从师生情感上认同、教师思想上提升、教学动作要规范、师生学习要支持、教育底线要守住等方面,对提高课堂教学有效性提出精细化发展要求。

党委书记刘顺义围绕习近平新时代中国特色社会主义思想主题教育的相关调研数据,借鉴先进地区的教育成果,就备课组长的选拔、教研工作重要性从“规定动作要做实,自选动作要创新”角度作出强调。一是成功的核心密码在于教研。名校为什么是名校,关键在于教研、备课组长的精诚团结、集体备课的精准落实、高考试题的常态研究。二是成功的关键力量在教师。教师为什么成为名师,关键在于教学的创新落实在教师、教师的教学提升在学

生,师生教学相长,学校方能实现教育优化。

校长李爱军以学校教学教研的高质量、精准化发展为目标,以“想了都是问题,做了都是答案”为线索,提出“五个要”的发展要求。一是集体备课要真实。集体备课的改革是新时代背景下教育发展的关键一环,其是否真实直接影响教学质量的提升。二是试题命题要专业。尊重知识、尊重专业,以做人善良、做事专一的姿态努力实现自主命题从“拿来主义”到“自我创新”的转变。三是作业布置要落实。选课组班模式的实施,警示我们必须从传统“一刀切、不检查、不督促”的作业布置观念中走出来,实事求是的实现作业的分层、精准布置。四是课堂教学要创新。新课程理念、新教育

理念要求教师必须具备完美的人格态度、多元的知识结构、娴熟的教学技术、先进的教育理念、执着的创新精神,唯有此,方能适应新高考教学要求。五是学科竞赛要靠团队。竞赛是一个团队教学教研能力的客观体现,优异的竞赛成绩离不开团结、进取、创新的优秀科研团队。

教学在日常,教研在时常。唯有守真至善,方能宁静致远。通过此次推进会,相信全体教师会在复盘和反思中更进一步统一教学教研思想、明确学校发展方向,从而以更坚定的教育信念、更务实的“教”“研”行动、更敢为争先的创新精神,应挑战、抓质量、求突破,为学校卓越高中建设再添色彩!

(教研处)

2024 年新年致全校师生的一封信

(2023 年 12 月 30 日)

尊敬的老师们、亲爱的同学们:

大家好!

时光荏苒,岁月如梭;鼎故辞旧,万象更新。

值此元旦佳节来临之际,定西市第一中学谨向全校师生致以最美好的元旦问候与祝愿!

宝剑锋从磨砺出,梅花香自苦寒来。2023 年,全校师生在市委、市政府的坚强领导下,在上级主管部门的关心支持下,坚持以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导,深入学习贯彻党的二十大精神,坚持德育为首,重视家校合作,扎实开展各项教育教学活动,不断提高课堂效率,积极推进高考综合改革,各项成绩再创新高。

一年来,学校聚焦党建,始终高举中国特色社会主义伟大旗帜,坚持把主题教育和“三抓三促”作为一项重大政治任务牢牢抓在手上,充分发挥党建引领和保障作用;一年来,学校深化

课堂教学改革,切实转变育人方式,集体备课成效显著,2023 年的高考取得突出成绩,稳居全市榜首,荣获定西市“高考质量振兴奖”;一年来,学校聚焦学生核心素养,不断扩展德育途径,促进学生全面发展,“五育并举”成绩斐然,在甘肃省第五届中学生运动会上我校男子篮球、男子排球、女子排球均获得冠军;一年来,学校全面改善办学条件,着力提高办学水平,加快推进数字化建设,构建数字化背景下的新型教与学模式,助推高考改革。

学校始终致力于有社会责任感、有创新奋斗精神、有突出实践能力优秀人才的培养,2008 届校友唐胜杰成功入选神舟十七号载人飞船飞行乘组,2022 级(3)班学生王宇轩代表中国参加 2023 年世界自由式轮滑锦标赛并荣获冠军。一年来,一中学子以卓越的成就回馈社会,不断展现学校“五育并举”的丰硕成果。

新的一年,我们将以更从容更

自信的姿态应对机遇和挑战。

新的一年,我们将勇毅前行,接续奋斗,立足“五环节”高效课堂 2.0 版,依托集体备课和人才队伍建设,进一步提高教学质量,加快全省卓越高中建设步伐。

新的一年,我们将坚持德育为先,构建家校协同育人机制,同心协力,齐抓共管,大力推动新形势下教育模式的积极转变。

新的一年,我们将不断强化安全意识,优化育人环境,持续构建文明书香校园。

旧岁已展千重锦,新年再进百尺竿。相信在全体师生的共同努力下,定西一中一定会开拓新局面、谱写新篇章,成就新辉煌!

最后,在元旦到来之际,衷心祝愿全体教职员工身体健康,阖家欢乐,万事如意!祝愿全体学生学习进步,心想事成,金榜题名!

我校开展走访慰问退休老教师活动



岁末年关,新年伊始。为了表达对退休教师的敬意和关怀,12月28日,学校领导班子、相关处室负责人看望慰问了部分退休教师,向他们送去了节日的温暖和祝福。

在退休教师家中,学校领导与他们亲切交谈,对他们为教育事业做出的贡献表示敬意和

感谢,一致认为长期以来,他们为学校教育事业奠定了坚实的基础、做出了杰出的贡献,他们身上无私奉献、勇于担当、开拓进取的精神是我校永远的宝贵财富。

同时,学校领导向他们转达了节日的关怀与问候,详细询问了退休教师的生活状况及身体情况,了解了他们的实际需求,汇报了学校工作取得的成绩,分享了学校未来的发展目标,并希望各位退休教师在保重身体的同时,继续支持学校的工作,为学校的发展积极建言献策。

在新年到来之际,祝愿退休教师们阖家欢乐、身体健康、万事如意,全校师生将继续发扬尊师重教的优良传统,上下齐心,共同推动学校教育向前发展。

(党政办公室)

我校高一年级举行“创新班会”先行课观摩活动

为进一步提高主题班会育人质量,关注学生成长历程,促进学生身心健康成长,12月18日下午,我校举行了高一年级“创新班会”先行课观摩活动。全体班主任老师参加。

一(7)班班主任赵亚龙老师以“成长的烦恼——我与我的父母”为主题,给大家带来了一堂精彩的主题班会课。

伴随着同学们动听的班歌合唱声,创新班会拉开了帷幕。赵亚龙老师以“生涯彩虹图”为切入点,带同学们了解

了人生不同阶段扮演的角色。接着同学们做了“照镜子”的热身活动,并分享了活动后的心得体会。

赵老师通过中央电视台公益广告《family》引导同学们思考:在你心中,当下的你是什么样子,在爸爸妈妈眼中的你是什么样子?大家就自身情况展开了精彩的发言。

针对月考的失误,有同学谈到,她的妈妈告诉她“你只是做错了一道题,不是走错了路”。赵老师充分肯定了

这位家长的话语,并借此说明了沟“通”是由感受、表达、需求等组成的,同学们明白了沟“通”的背后,流动的是“爱”与包容。

本次创新班会形式新颖活泼,学生参与度高,在轻松愉悦的氛围中取得了实效,达到了主题班会课的育人目的。相信在今后的生活中,同学们定会在更多的地方真诚表达自己,用心理解他人,让心灵的水流自由流动!

(政教处)

潜心育人展风采 提灯引路明方向

——我校举行本学期班主任基本功大赛

为贯彻市教育局《转发关于组织开展2023年中小学班主任基本功和思政课教师教学基本功展示交流活动的通知》的精神,进一步推进我校“卓越班主任强师工程”,培养高素质班主任队伍,促进专业化发展,提升班级管理质量和育人水平,我校于12月28日下午在报告厅举行本学期班主任基本功大赛。校级领导、处室负责人、年级主任及市级名班主任担任评委,全体班主任及高二年级部分学生参加。

本次比赛分为讲述育人故事、带班育人方略和主题班会三个部分,八位老师在规定的时间内展示了新时代班主任的风采。育人故事,彰显智慧。各位班主任深情讲述了一段段真实感人的教育故事,他们通过“小纸条的故事”走进学生的内心,化作“照进心田的一束光”表达对学生的关爱,用赏识的目光鼓励特殊学生……他们用爱抚平创伤,用爱创造奇迹,这些育人故事充分展现了班主任的教育情怀、教育担当。

育人方略,各具特色。各位班主任以学生思想品德教育为重点,通过班集体建设达成育人目标,总结了各自带班过程中的育人理念、思路 and 具体做法。

主题班会,精彩纷呈。八位班主任以说课的形式来展现他们对主题班会的思考。在班会中,教会学生在与父母和谐关系中收获成长,在团结互爱中变得温暖而强大。有的利用历史事件为同学们指引爱国的方向,有的教育学生知晓毒品的危害……各位老师设计的班会形式新颖、灵活,内容丰富多彩,赢得了现场阵阵掌声。

经过激烈的角逐,郭建基、徐衡老师获得一等奖;胡宝龙、杨小亚、窠旭伟老师获得二等奖;闫明、孙彦虎、殷虎虎老师获得三等奖。

校长李爱军在讲话中结合自己担任班主任的育人经历,指出当班主任是一件专业和幸福的事情。学校举办班主任基本功大赛,就是为了用我们身边的人和事鞭策教育身边的人,为班主任的学习、交流、成长、发展搭建一个平台。面对“内卷”的压力与焦虑,我们要有“破局”思维,只有“入局”才能“识局”,只有找准方向,才能打开思维。李校长勉励全体班主任只有发挥主观能动性,积极学、主动学、时刻学,择善而从,才能不断转变育人理念和育人方式,才有利于学校班主任队伍整体育人水平大幅度提升。

本次班主任基本功大赛的成功举办,充分展现了我校班主任至深至纯的教育情怀,至真至诚的育人能力,进一步增强了班主任的荣誉感、使命感和责任感。育人之路任重道远,一中人始终在路上!

(政教处)

普及健康知识 提高健康意识

尊敬的老师,亲爱的同学们:

大家早上好!今天我在国旗下演讲的主题是:普及健康知识,提高健康意识。

“世界强化免疫日”是1988年世界卫生组织大会为消灭脊髓灰质炎而设立的,旨在增强人群的免疫力。鉴于当前冬季呼吸道传染性疾病在学校学生中高发的形势,下面从如何增强免疫力和预防两个方面进行探讨。

一、增强免疫力的意义和方法

免疫力,就是人体抵抗疾病的能力。免疫力低下通常会导致防御功能减弱,抵抗病原体的能力下降,进而导致被感染的风险增加。所以,增强免疫力的意义:即提高人体抵抗疾病的能力,减少人体发病。人的免疫力一部分是与生俱来的,另一部分则需要后天不断完善。对学生而言,主要造成免疫力降低的因素是营养不良和过度劳累。所以针对学生增强免疫力的方法如下:

(一)均衡饮食。营养不良是营养不均衡和食物摄入量不足造成的。各种面食、肉类、蔬菜、水果都应摄入,且保证足够摄入量,这样才能达到增强免疫力的作用。

(二)保证睡眠。睡眠是生活方式中对免疫力影响最大的,缺乏睡眠更容易受到病毒的侵袭。

(三)适度的体育锻炼。适度的运动能让人心情愉悦的同时,促进血液循环,进

而改善免疫力。

(四)药物提高免疫力。免疫药理学研究表明一些药物具有提高免疫力的作用。针对学生的特殊体质,在特定时段可以服用一些药物。

二、如何预防冬季呼吸道传染性疾病

主动预防,筑起健康屏障。当前呼吸道传染性疾病种类较多。由于多种病毒同时爆发,从而导致两种及以上病毒感染的风险出现,这样使感染者病情较重,疗效不理想。所以,如何预防就显得尤为重要。可从以下五点做好预防:

(一)接种疫苗。接种疫苗主要是为了控制传染性疾病的发生和流行,是目前预防控制传染病最有效的手段。

(二)佩戴口罩。呼吸道传染病主要通过飞沫传播,所以佩戴口罩是预防呼吸道传染性疾病的有效手段。

(三)讲卫生,勤洗手。良好的卫生习惯有利于预防传染病。特别是回家后、饭前、触摸口鼻前,用洗手液和流动水洗手。

(四)保持定时通风。教室是人流聚集的场所,传染源较多,所以应定时通风。

同学们,让我们在这个特殊的日子,了解免疫力的重要性以及如何通过共同预防,达到共同守护学生身体的目的。让我们的学生迈向更健康、更快乐的未来!

(高二11班团支部)

我校开展2023年“宪法宣传周”系列活动

为全面贯彻党的二十大精神,深入学习宣传习近平法治思想,12月1日至7日,我校开展了以“大力弘扬宪法精神 建设社会主义法治”为主题的“宪法宣传周”系列活动,学习宣传宪法,弘扬宪法精神,维护宪法权威。

启动仪式于12月1日上午,在办公楼三楼会议室,举行了2023年“12.4”国家宪法日暨“宪法宣传周”活动启动仪式,校领导、处室及年级负责人、部分教师代表参加。

宪法晨读 2023年12月4日是第十个国家宪法日,教育部组织开展了教育系统“宪法晨读”活动,我校全体师生观看了直播,并跟读了宪法部分条款,各班跟

唱了歌曲《宪法伴我们成长》。

主题班会及知识竞赛 各班召开了“学宪法 讲宪法”主题班会活动,全面落实学校法治教育“135”机制,同学们通过学习《未成年人保护法》、《预防未成年人犯罪法》、《未成年人网络保护条例》等法律法规,进一步增强法治素养和尊崇宪法意识。

此外,学校还开展了“学法用典 护航青春”宪法课,通过法制课堂的形式向全校师生上了一堂法治课;组织全体

教师和高一、高二年级学生参加2023年互联网法律法规知识云大赛,深入学习宣传贯彻习近平法治思想、习近平总书记关于网络强国的重要思想,各班开展课前传唱《宪法伴我们成长》活动,充分发挥宪法主题歌曲的教育作用;校广播站开展了“礼赞宪法 护航青春”校园之声活动,在每天下午大课间,系统播放全国法制宣传日、宪法伴我们成长、精彩人生路法治伴我行、莫要为了“潇洒”挑战法律的底线等音频……

本次“宪法宣传周”系列活动,是我校“八五”普法的重要组成部分,学校领导干部积极带头学习法律法规,全体师生严格遵守法律制度,并将法治理念贯穿于学校的方方面面,有效促进了学校良好的法治氛围的形成,有利于引导全体师生成为宪法的忠实崇尚者、自觉遵守者、坚定捍卫者。

(政教处)

荣誉升旗手风采



高二(2)班的马梓睿同学勤勉踏实,乐观向上。在生活中,她乐于助人,遵守社会公德。在家里,她总是做一些力所能及的事,比如拖地、洗碗、擦桌子。在爸爸妈妈劳累时,她总会为他们捶捶肩,送上一杯热茶。在学校里,她尊敬老师,团结同学,遵守校规校纪。课上她遵守课堂纪律,认真思考,举手回答问题。课后她总是独立完成作业,并帮助学习有困难的同学。在平时积极保持校园卫生,看到老师、同学能够热情地打招呼。作为班干部,她乐于成为老师的好助手,成为联系老师与同学的桥梁。在社会中,她乐于承担自己的义务。自觉践行道德规范,自觉履行公民义务,关心身边有困难的人并积极伸出援手。她的座右铭是:没有谁的成功是轻轻松松得来的,只有那些懂得积累和沉淀的人,才能让机遇的种子有土壤扎根。



高一(7)班的周铂渊同学积极上进,谦虚谨慎,脚踏实地,乐于助人。学习上,他有着勤奋刻苦,持之以恒的学习态度。课堂上,他踊跃发言,积极思考,自觉遵守课堂秩序;课堂外,他经常阅读有益书报,以开阔视野,增长见识。学校里,他尊敬老师,团结同学,遵守校规校纪,积极参加学校的各种活动。生活中的他,尊敬长辈,孝敬父母,在家里主动帮助家人做一些力所能及的家务活,以减轻父母的负担。在文明礼仪方面,他表现更为突出,养成了礼貌待人,谦和礼让的好习惯。他兴趣广泛,热爱体育运动,尤其热爱篮球,是一位德、智、体、美、劳全面发展的优秀学生。他的座右铭是:立志当下,放眼未来,惟有奋斗,方能成功。

物理与生活(七)

——铅球比赛中的物理
物理教研组 古建新

铅球比赛是一场力量的较量,有的同学扔得远一些,有的近一些,而且并不是身高体壮的同学扔得更远,为什么呢?因为铅球运动是一种典型的抛体运动。在高中物理中,我们学习过平抛运动,但在实际生活中,我们更常见的抛体运动是斜抛运动,比如发射炮弹,体育比赛中的铅球、铁饼运动等。要能在铅球比赛中取得胜利,首先需要深刻认识斜抛运动的重要规律。下面我们先认识斜抛运动的研究方法,与平抛运动一样,因斜抛运动物体在水平方向上不受力,因此,我们仍可分解为水平方向的匀速直线运动和竖直方向的匀变速直线运动,不同的是斜抛运动物体在水平和竖直方向都有初速度,其速度和位移公式如下,设初速度与水平方向的夹角为 α ,初速度大小为 v_0 ,则

$$v_x = v_0 \cos \alpha,$$

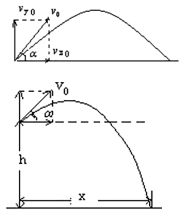
$$v_y = v_0 \sin \alpha,$$

因此 $v_x = v_0 \cos \alpha,$

$$v_y = v_0 \sin \alpha - gt$$

$$x = v_0 \cos \alpha t$$

$$y = v_0 \sin \alpha t - \frac{1}{2} gt^2$$



由以上的运动规律我们就可讨论一些实际问题了,下面通过一个具体问题来做说明。

例:在掷铅球时,铅球出手时距地面的高度为 h ,若出手时的速度为 v_0 ,求以多大角度掷球时,水平射程最远?最远射程为多少?

解:根据题意,我们可以写出该铅球运动的位移公式如下:

$$x = v_0 \cos \alpha t \quad ①$$

$$y = -h + v_0 \sin \alpha t - \frac{1}{2} gt^2 \quad ②$$

由②得 $\frac{1}{2} gt^2 - h = v_0 \sin \alpha t \quad ③$

①与③联立消去 α 可得

$$\left(\frac{1}{2} gt^2 - h\right)^2 + x^2 = v_0^2 t^2, \text{化简得 } x^2 = -\frac{1}{4}$$

$$g^2 t^4 + (v_0^2 + gh)t^2 - h^2$$

当 $t^2 = -\frac{b}{2a} = \frac{2(v_0^2 + gh)}{g^2}$, 即 $t = \frac{\sqrt{2(v_0^2 + gh)}}{g}$ 时, x^2

有极大值,

$$x_{\max}^2 = \frac{4ac - b^2}{4a} = \frac{g^2 h^2 - (v_0^2 + gh)^2}{-g^2} = \frac{v_0^4 + 2ghv_0^2}{g^2}$$

$$x_{\max} = \frac{v_0}{g} \sqrt{v_0^2 + 2gh}$$

此时由 $t = \frac{\sqrt{2(v_0^2 + gh)}}{g}$ 代入③得 $\frac{1}{2} g \frac{2(v_0^2 + gh)}{g^2} -$

$$h = v_0 \sin \alpha \sqrt{\frac{2(v_0^2 + gh)}{g^2}}, \text{解得 } \sin \alpha = \frac{v_0}{\sqrt{2(v_0^2 + gh)}}$$

以上过程说明,最佳投射角不仅与 v_0 有关,还与 h 有关,且总是小于 45° 。由 $\sin \alpha = \frac{v_0}{\sqrt{2(v_0^2 + gh)}}$ 可知, h 越大, α 越小, v_0 越大, α 越

大。这就告诉我们,身高越大的人,投铅球时投射角度应稍小点,出手速度大的人,投射角度应稍大点。另外,当 $h=0$ 时, $\alpha=45^\circ$,这也是在地面上发射炮弹的最佳投射角。

铅球比赛除了以上问题外,还有个技巧需要说明,我们看到大型运动会上,运动员在铅球比赛中,总是要先退后一些并下蹲,这样才会发挥更好,这里其实用到了惯性的知识。扔铅球时,退得越远,发力距离越大,铅球得到的初速度越大,由于惯性,铅球会保持原速度继续向前运动,这和跳高运动员助跑是一个道理。因此,铅球比赛时,应该首先尽量后下蹲,然后发力,接着掌握合适的角度扔出铅球,在力量相当的情况下,一定会取得更好的成绩。

言之须有物,雅俗应共鉴

高三(19)班 康培森

脱口秀,曾是西方喜剧表演艺术的一种,它作为21世纪中国的新生文化,以其通俗的表演形式打破常规束缚而广受中国观众的喜爱。脱口秀演员用“梗”调侃社会问题,用“自嘲”和玩笑来消解生活的不快,引发社会的共鸣,让观众们在幽默中释放情绪,收获思考。脱口秀广受民众喜爱,标志着一种新生文化的觉醒,是个体意识被重视的表现,也展示了当代青年的风采与时代的风貌。

新生文化如同星辰闪耀在当代历史的苍穹之上,标志着人类文明这首历经万年传唱的歌谣仍在谱写新的篇章,并将继续繁荣壮大下去,创造璀璨的文化。然而,脱口秀作为一种新生文化的代表,其背后仍然有不少乱象,引人深思。不少脱口秀节目存在过度娱乐化的倾向,一味迎合观众,作品不乏庸俗、低俗、媚俗的内容,不仅会引人不适,也降低了观众的审美水平。诚然,青年人通过脱口秀的“梗”来调侃人生百态,是一种消解压力的方式,并无不妥。但,“梗”终究只是方式,而不是目的。正如丘吉尔所言:“不伴随力量的文化,到明天将成为灭绝的文化。”若仅仅执着于造“梗”来博人眼球,最终只会让脱口秀沦为浅薄的娱乐,而折损了其反映现实,引发公众讨论的能力,不过是过眼云烟,难成气候。

通过脱口秀背后的问题,反观当代艺术与大众审美。之所以会产生披着艺术外衣的低俗产品,是因为群众更乐意接受通俗的说法与不加思考的短暂娱乐。他们之中,大部分不过是为生计奔波的小人物,不过是想在尘世闲暇中获得片刻喘息的机会,而脱口秀的自身特点正好满足了这一需求。但生活中的放松并不等于精神上的麻痹,我们不该因为不经大脑短暂的快感而丧失了深度思考的能力。同样,艺术也不可趋向于“言之无物”,艺术可以通俗,为群众带来快乐,但不可以低俗,恶意的思想不应玷污文字的殿堂。“人是一根会思想的芦苇”,若是因为追求刺激而放弃思考,落入了盈利者精心设计的消费陷阱而不自知,何不是一种悲剧?古人所言“雅”“俗”,一种来自于庙堂,一种来自于山间田野,却无一例外都反映了人们对美好生活的向往,对未知事物的好奇,大约艺术的本心便是如此了吧。时代变迁,无论人类如何进步,在面对一切美好事物时内心的悸动不会变,在仰望浩浩苍穹时,心中的震撼与求知欲不会变。“雅”和“俗”是艺术的两种形态,但都来源于生活。我们应该以一颗热爱生活的心,不停思考的大脑,赏雅俗共鉴的艺术。

阳春白雪虽曲高和寡,却空灵飘逸超出尘世;下里巴人虽来源于俗,却扎根泥土贴近百姓。而我们应以善于发现美的眼睛,独立清醒的头脑,赏雅俗共鉴的艺术。

推荐教师:马娟

《论衡》中说“才有深浅,无有古今;文有伪真,无有故新。”经过时间洗练的真

理——马克思主义是人类智慧的结晶。它在任何一个时代都能彰显独特的价值,为青年提供思想上的明灯,启蒙混沌之中,博爱大千世界。作为有志青年,我们应当以实践作为检验真理的唯一标准,在坚韧传承创新中有所作为。

“纵有疾风起,人生不言弃。”我们难以避免生命中的打击与磨难,但一切的束缚都不是沉论的借口。面对挫折,我们应有一种坚强的韧性,即使身处深山巨谷,也要拼尽全力飞向晴空。

《庄子·养生主》中记载了这样一个故事:一个技艺超群的庖丁为文惠君解牛,他的动作合乎《桑林》舞乐的节拍,又合乎《经首》乐曲中的节奏。梁惠王问他:“你的技艺是怎么达到如此高超的境界的?”庖丁回答他的第一句是:“臣之所好者道也,进乎技矣……”

那么,何为“道”?他真的有如此神妙的力量吗?

庖丁心中有“道”,他以神遇而不以目视,手中挥动轻薄的刀刃,在牛的筋骨间游走。“以无厚入有间”,避开坚韧的地方,找中间隙,一下子挑开盘结错杂的筋骨,在解完之后,虽“踌躇满志”,却又“善刀藏之”。他心中了解的,正是“道”在牛体结构上的表现。

在社会中生存,不也正如庖丁解牛一般吗?有些人在生活中如一头猛兽,强

青年有梦,砥砺前行

高一(18)班 王绍博

志合者,不以山海为远;青年者,更有青云之志。作为赓续中华精神的青年们,正在崛起着!

有人将改革开放称为“数千年未有之大变革”。如今,面临着新的“数百年未有之变局”,所有人的目光,一同交织在了青年人的身上。作为时代的奋斗者,青年无疑占据着最大的优势,有资源,有思想,有心底汹涌不止的热血,有冲破天际势不可挡的勇气,热爱如斯,抱负如斯,何以惧山海之远?

前有马云把握时机,一手打造阿里巴巴的江山;后有B站CEO陈睿奇思妙想,共聚青年人的盛会。无数热血在中国企业这条血脉下涌动着,创造了无数个中国奇迹,这场属于青年人的商业搏击,正在改革开放的巨浪中激烈进行着,也正因如此,青年人们一手翻覆了一片天地,诚如毛泽东在青年大会上提及的“青年的奋斗精神”,这就是奋斗,青年人理应有这样的奋斗精神,让中国的创业创新,形成一种“万类霜天竞自由”的局面。

正如圣埃克佩里所言:“真正的事物用眼睛是看不见的。”青年人理走出加达默尔所说的“前文本世界”,本着踏实的

态度,去寻找青年人在新时代的意义。什么是走出“前文本世界”?就是要让青年人有创新意识,不拘囿于原本事物的客观规律,而是积极地寻找一种突破,达到一种创新。“创新是发展的第一动力”,创新创业,也是真正能改变原有格局的事情,我们应做史怀哲笔下“狮子般雄心的年轻人”,在大数据时代下投入新行业的怀抱。

周国平有言:“无所投入可悲,无所坚守可叹。”青年人更应扬帆远航,40年改革开放以来,中国青年已然愈加自信,愈有能力做时代的奋斗者。中国青年,不论是在中国的舞台,还是在世界的舞台,都有了光芒乍现的一刻。从一开始的懵懂无知,到如今的“世界范”青年,道阻且长,但每一个青年,都会披荆斩棘,砥砺前行,努力做好中国青年的新标签、新风范。

生逢其时,也应重任在肩。我们作为新青年,作为中国薪火的赓续者,终将在新时代背景下乘风破浪,浩荡千里。

薪火相传,力不知火尽。

青年有梦,应肆意追逐。

(“学习新思想 做好接班人”主题征文活动优秀作品)

回首古时,愚公不畏人言带领众人移山开路,以扭转被大山困困的命运;至于当下,毛相林七年如一日,背负巨大压力于山岩上修路,换来

下庄村崭新的未来,摆脱了世代代贫穷的桎梏。当困顿的阴霾将生活笼罩,当挫折将希望重重阻隔,唯有不

生而逢盛世 青年当有力

高二(7)班 罗慕禾

惧艰难坚守所望,才能凝聚开山之力,为未来搏出一个日月新天。

每一场坚守的背后都有一个伟大的理由,对于“90后”守墓人冯炼来说,她的坚守是一种报答,更是对老一辈精神的传承。在日复一日、年复一年的坚守中,冯炼感悟着英雄们面对艰难险阻时永不放弃的坚定意志,在因

境中舍弃小我的大爱精神,她以自身为表率,告诉我们

要铭记每一位英雄、每一段历史,也铭记肩上的责任与担当。不驰于空想、不骛于虚声。青年人须把握当下,传承精神

品质,孕育美好品质。物理界冉冉升起的新星曹原,将才能天赋潜藏在低调之中,将青春芳华奉献给理想与信念、才思与

奋起,让他在自己的领域中开辟出一番天地,仰望星空,让他始终保持平和谨慎。“石墨烯的驾驭者”并不能定义他人生的全部,坚定初心,前路依然

是去重复。”创新是科技进步的巨浪,青年是时代动力的源泉,两者结合会推动人类社会滚滚向前。

传承“亲历新旧两时代,愿将一生献宏谋”的志愿,“奋斗者号”总设计师叶聪,放眼浩瀚海洋,绘出一道道时代航线,矢志不渝,将图纸化作潜海重器,直下千丈探索深海极限;刘永坦甘愿埋首纸堆,兀

兀穷年,兼攻理论与实践,用雷达为祖国筑就“海防长城”。正是因为一代代青年的奋斗,以尘雾之微补益山海,萤烛末光增辉日月,才成就了时代的辉煌,没有辜负人民的期望。

栉风沐雨,筚路蓝缕。求索真理的道路那么漫长,然而青年之心永远炽热不僵。积极进取,不畏险阻,是青年精神,也是青年之魂。

(“学习新思想 做好接班人”主题征文活动优秀作品)

心存天道

高三(19)班 常鹏



悍尖锐又固执倔强,最后在如迷雾般迷茫的社会里撞得头破血流。又有另一种人,他们在社会中摸索、思考,他们学会了如何为人处世,如何保全自己,如何在危机重重的地方全身而退,如何在迷幻的境地坚守本心。他们是生活中的探险家,凭借着途中发现的珍宝,游刃有余地生存。正如庖丁发现并掌握了牛身上的“道”一样,他们掌握了生活中的“道”。

在那个时代众多的哲学家、政治家,庄子着实是个怪人,哪怕如今给一个不了解庄子的人讲他的故事,这人必然说:“哦,这是个疯子。”他的妻子逝去,有人来看望他,安慰他,却发现他坐在院子里敲瓦盆唱歌,他疯了吗?不,这是因为

他心中有“道”,如史铁生说的那样,他将生死看做一个必然到来的节日。他做梦,梦到自己变成了一只翩翩起舞的蝴蝶,醒来后,又

做出这样的思考:到底是庄周梦到自己变成了蝴蝶,还是蝴蝶梦到自己变成了庄周?他将现实看作是虚幻的,他将自己与别的自然界的生灵画上了等号,超脱生死,超越现实,这种心境便是庄子心中的“道”。他在那个混战的世界追求逍遥,追求真正的自由,以心中的“道”趋吉避凶,顺应自然,敬畏自然,在乱世中保全天性。不做殿堂上供奉起来的占卜的龟壳,只做为泥水中打滚的老鳖。

这也正是庄子通过庖丁要告诉我们的:在社会生活中,要依理、谨行、藏锋,心存天道,顺应自然,做一个善于解牛的庖丁。

推荐教师:马娟

前路

高三(1)班 曹紫涵

买了几样东西——都是些无关紧要的，他专心只是向家走。

前方似有些热闹：乌压压的人群聚拢着，有几十个。然而也无法确定，又或是上了百。想上前一看，竟挤不进，平白得了几个白眼。

好容易瞥见了：原是杀头。周围的人面上都带着些相似的紧张兴奋，又夹着木然的眼神。

刽子手的刀慢慢向上，“忽”一声，人如受惊的群鸭四散开，带着些心满意足的神气。然而有懂行的故意一皱眉，“今天这场，不好看！刀使得不行！前天那场，刀快得多！”原来满意着的人，此时便也很为自己的见识短浅而愧了。还有的谈论着受刑者的身份：似乎是造反丢了脑袋。他忽而忆起方才与那人的对视，那双眼中央锐利的光，杂着苍凉与悲哀。但又有更要紧的事抓住了他，“真不像话！杀头！这伤风败俗——时辰有误！然而都是些愚民，似乎也无甚告诉的必要。”

于是带着些不满，又踱步前走。一辆黄包车呼啸而过，飞起的泥水溅了路人，那人正要跳起脚骂，看见车上的洋人，又敛了声息。几个穿着蓝布衫的女学生聚在一起谈论着什么，匆匆看他一眼，漏出一两声古怪的笑。巡警阴着脸在街上阔步——真是上不得台面！本只是些无聊的事，见了巡警后，不满几近成了恼怒，他加快步子朝家走去。

刚坐下，喝了一口茶，学生就过来找他。他坐正，看着眼前最得意的学生。

“先生，我今日来，是要向您辞行的。”

他很是吃了一惊，“辞行？”

“我就要到新式学校去了。”

他又是一惊，“你竟要去那里？预备走那歪门邪道？你只是幼稚，不知那地方将要灌于你的些什么东西！”

“先生，我只为了找一条能救国的路……旧学毕竟不能救世！”

他气极，摘了眼镜抹脸上的油汗，“读了几年圣贤书，却说出这般荒唐话！我向来赞赏你——你！”停下喘了口热气，接着道：“我向来赞赏你，实不忍见你走那邪路。那路我……我也曾走过，后来醒悟罢了。”

学生只知他是当地有名望的乡绅，对经学颇有研究，却不知还曾有这段经历。抬头似要在他脸上找些旧日的影像。

“你知道，我家是有些权势的。”他脸上现出一点光亮，但很快又暗淡下去。“几十年前被父亲送入传统学堂，而那时鼓吹什么‘自由’‘进步’。我信了那话，只顾求新，极看不上我的家庭，又想上新学，几近与家中断了关系。进了学校，同学极力怂恿去参加什么学生社。学生社！如今再看，不过是些痴人聚而谈些痴梦，然而那时却梦着救国。后来碰了一串钉子，几乎丧气了。又是受怂恿，端地想闹甚么‘革命’！印了几份传单，聚了几次集会，却立刻要被捕。那群人！造反的逆贼不敢抓，几个糊涂了的学生竟要被他们捕去！”

他鼻尖上又冒出几粒油汗，许是激愤，然而又或只是天然。“入了狱，同学都被杀头，但因家中来救，我被接了出来。此后我才清醒，去研习经学，丢了祸人的新学，你看，现在多好。”

他所言为实，只是或许无意疏漏些细节。入了狱，天气一日冷似一日。他恍恍惚惚，在浓稠而没有具象的黑暗中，生了恐惧怨恨，尤其痛恨带他“革命”的同学。“若不是他们……”。他向看守解释，自己原是误入歧途，现已清醒，恳求放他出去，被几下打倒。后几日，“同伙”都被带去杀了头——以儆效尤。而他的判决迟迟未下。一夜，却忽听有人来接他——他所厌恶着的旧家的人！这时他忽地感激涕零起来，旧家的人救了他，那他们就不能称为旧家人，而是完全合乎美德的家人了。

自那以后，他似乎的确是“醒”了。继承家业，研习经学，在当地被敬为“老爷”，周围人都欢喜于他的醒悟，他亦颇为自己的清醒而自得。

但对面立着的

学生却愤了：“然而这不是我的前路！这国家病着，我要去为她寻医。你只是昏睡了，绝非醒悟。那刽子手未曾杀你，你的魂灵却被杀了！”

他鼻尖上淌出更多油汗，“天行有常，不为尧存，不为桀亡。你只管守好自己的本分。热血？热血又有何用？你却会为此白白失了前路！循原道难道不能带于你安稳前程？”

“若国家都将倾，我便不要这安稳！你可知今天来的路上，我看到革命党人被杀头，而他所为之赴难的众人，却只是痴痴地笑看，我当时只觉发冷；又见洋人坐的车飞起泥水溅了人，反要这人道歉赔偿；民贫国弱，列强环伺，若我能叫醒几个昏睡着的人，医好几处这国的疮口，你就不能说绝无希望！”

他忽而冷静了。学生眼中，有一种火光，与被杀的革命党，与曾经的他都相似。只是革命者的在被杀后熄灭，他的在入狱后熄灭，但这学生的，还在跳动，带着燃尽一切的决心。

他知道再劝已无用：“那么，你去吧。”

学生预备再辩的神情忽地变成讶异，带着些未消去的激热向他行礼，“那么，我去了，先生。”最后两字被他说得极慢、极沉。

“若他后来能醒，倒也好，然而……”学生没有回头，他却仿佛失了气力，垂头默坐下去。

天阴沉着。他还在旧路上踟蹰，学生已毅然踏上行程。前路不知怎样，但太阳撕开天边厚暗的云层，透出一线光。

距离他离世，已经四年有余了。

他的名字我早已忘却，就连那张严肃古板的面容也在记忆中愈发模糊，他去世时黑白挽联上称呼他为“王老太爷”，对我而言，只有干巴巴的“爷爷”的称呼。

从我小时候开始，直到他逝世，也没叫他几次“爷爷”，如今叫出来也怪别扭的，就干脆用“他”来代替吧。

关于他的记忆没有溢于言表的亲切感觉，更没有什么深刻的印象。

刚上小学时，我家和大伯家住在一个小区，他住在大伯家，每天早上都是他送我去学校。他站在我家楼下固定的位置，等看到我出来，就会走近然后拿起我肩上的书包背上，粗糙的手拉起我的手往学校的方向走去，等到了学校的巷子口，便放下我的手让我自己去学校。

记忆里他总是不说话，去学校的路上总是索然无味，我并不喜欢他送我上学，每天盼望着“救星”姥姥从乡下回来。小时候，因为母亲工作忙，我总是被寄养在姥姥家，我是姥姥一手带大的，姥姥总是逗我玩，给我做可口的饭菜，扎小辫，还给我买零食，我和和姥姥感情很深。姥姥回来后，他便“识趣”地不再送我上学了。

姥姥送我时，他便每天坐在大伯家的阳台前目送我和姥姥走出院门。去大伯家时，我总会溜进那扇紧闭的房门，窗台上晾晒着泡茶的橘子皮，橘子皮旁放着冒着汩汩热气的茶炉，他坐在旁边的椅子上，罕见地笑了笑。

四年级时我们搬了家，我的生活中关于他的影子愈发少了，听到他的消息时，是他住院了。还记得他躺在病床上，脸上戴着氧气面罩，鼻青脸肿，眼窝处有深深的青印。他见我来了，还是没有笑，只是摸了摸我的头，给了我一百元，让大伯带我吃顿好吃的，又让我把钱装好。

那顿饭我和大伯家的弟弟吃得都很香，全然忘了躺在病床上的他。

他

高三(6)班 王一诺

在和姐姐刷着视频追着剧的时候，余光偶尔瞥到他的身影，却是吝啬得连一点眼神交流也不愿给予，那个一老一少牵着手走在上学路上的场景封存在记忆库里的“很多年前”。

听到他去世的消息时，心中并不是悲痛，反而是有些空洞，只记得香台后放着的蓝色冰棺，院子里“王老太爷一路走好”的黑白色挽联，院子外摆放的一个个花圈，总是响得令我耳膜生疼的鞭炮声，络绎不绝的前来悼念的人，还有我们折的元宝和拓印的纸钱。

我穿着孝服跪在冰棺旁，看着来来往往的人上香，给那些人作揖，鞭炮一响姑婶婶仿佛受到了指令，拉着长调开始痛哭。那几日我麻木但也厌烦这些事情，那时的感觉只有空洞，时间仿佛永远都流不尽，哭号总是响在耳畔。

等到下葬，尸身要放到那口木棺里，至亲都要看他最后一眼，我记得那张面容依旧严肃，皱纹在脸上沟壑纵横，他的眼睛紧闭，头上戴着那顶他常戴的帽子。封棺后，棺材抬到墓地，那口木棺慢慢地被土掩埋，花圈、纸钱、元宝……他被蓝色的火苗吞噬，黑烟冲天，等到火焰不再燃烧，我看着地上的灰烬，有一种说不出的无力感。

回到大伯家，那扇总是关着的房门打开了，看着那些橘子皮，我的眼泪不知不觉地滑出了眼眶。

之后再到大伯家，再无那些橘子皮的踪迹，我询问它们的去向，大伯说没人喝茶，橘子皮坏了，早扔了。

他的眼圈红红的。我感觉眼睛干涩得厉害。

(此文获第二十届“叶圣陶杯”新概念作文大赛省级三等奖)

推荐教师：陈俊

江城子

高一(15)班 李维刚

推荐教师：党彩娟
满身伤，破万苍。
会赛大国之风范，
为国争光，何为国之梁？
意气刚，鹤鸣翔。
莫辞正值少年郎，
不畏风，敢破浪。
追逐前方的光亮，
热血流淌，百米赛梦想。
展锋芒，露华章。
健儿不畏千里浪，

西北

高三(4)班 丁娅璇

(一)

风你猛烈地、无情地吹吧！
纵然黄土沙石吞噬一切——
掩埋不住春天的芽啊
压弯不了庄稼人的背啊

(二)

雪庆幸落在祁连山上
骄傲地俯视一切时
它意识到
生命长达几个季

(三)

又是一行长途跋涉而来的学者
虔诚地在沙漠中环视
那湾伟大的泉
千年石窟中
我们泪流满面

(四)

西北她沉默着
用自己贫瘠的土地、干涸的河流
耗尽所有将一代代儿女抚养长大
又沉默着
目送他们一个个离开
唯有保佑

尘客叹序

高三(10)班 贾轩

风城故郡，山南佳处，层阁翼然，郭郊明隔。钩名陇而引西域，阻北沙而望天河。崇山岩麓，群峰簇冬日之清；映阶墨树，苍松挂千壑之壁。千山绝雪，盛冬未寒，独漫步失魂至今，昔曾常心念旧颜。忆佳人相之槐下，春风送暖；剩而今身之孤行，落枯满台。盖世事变迁，如白驹过隙，心中盛景，已是旧情，山川依旧，朱颜易改。空江东去，尘事难全。

枯柳拂冬，冷客心愁。漫寒尘而西风起，浮珀日而碎光稀。孤舟楫于江上，迎冷风于阁旁。仰北斗之耀天，俯孤雁之向暖。重霄青云，万丈金开；青墙朱瓦，情言尽难。流空欲止，望故雨之落愁；槐叶飘声，忆昔日之桃李。

待层云遮日，顷刻雪至。风生雪叶龙舞，云压流光尽散。梨花漫天，似诉故冬往景；树隙卧蚕，层峦千雪共映。乾坤乱没，松壁杂凌。冽冰欲封九重寒天，狂风惜怜尘客悲颜！斜木枝压，柔雪情冷之姿；鸟鸟惊飞，鬓妇悲泣之鸣。

俄而雪稀，风犹低啼。拂轻雪而徘徊下，云驳色而烛日出。须臾画寒，如梦虚至。星阁旧景，孤雁安在？傲冰散华，忘却连天之志；悲风唤雪，遗存尘客思弦。寂柳铮铮，客影黯黯。妄求千雪复归，不闻悲风逆回。

嗟呼！良景瞬逝，雪尽不留。古来万事，怎得日月之恒；常时满怀，岂逢心中末局。时不吾与，皆成昔景。心语无言，终不复见。既

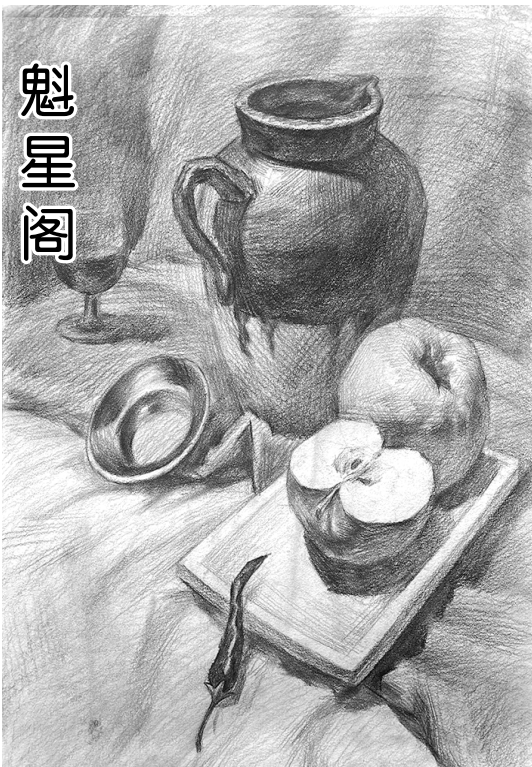
有彭年，非能解尘事之忧；欲求殇岁，难避其旧颜常留。人生似雪，乱非棋局易破；孤身望远，流光托山迷离。何为明舍？安成难得？

呜呼！生当春木，谁悲逢雪之寒；厌为返鸟，岂知故林难再？流年逐水终不止，念昔叹者卑如尘。心生旧景，久难释情，故作四韵，以抒心怀。

悲风扬雪漫天，苍松劲存云旧颜。
迷雁孤旋渐岸远，客犹回首惊鸿间。
生当常怜昔桃雨，何处春木满流年？
清冰封尘欲留水，谁人复见江春眠。

推荐教师：王亚丽

魁星阁



《素描》高三(2)班 赵佳蓓

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。