

济中校苑

JI ZHONG XIAO YUAN

主办：济源市济水一中

创刊号 2014.01

总编辑：慎玉杰

2014年10月25日

星期六

总第7期

本期四版

■校长论坛

有效实现专业引领

◆副校长 孔冬青

8月23日在教研室李主任的带领下，我们一行50人到上海参加华东师大济源教教研员高级研修班的培训学习，我感到非常荣幸。平时工作太忙，忙在每天的备课、上课、批改作业上，忙在每天的各种事务性工作上，而用来学习思考的时间少之又少，用来听课、评课跟岗指导青年老师的课堂教学的时间也不算多，难得有这么整的时间全身心投入学习。因此我十分珍惜这次学习机会，更难得的是这次同行的有学识渊博的教科所孔所长，有全市所有的中小学教研员，也有各个学科的领军人物、专家，有各中心校、高中以及市直初中的业务副校长、教导主任。我相信和大家一起学习、交流，能获取很多好的教育教学及管理方面的经验，所以我一直期待这次培训有满满的收获。

带着这种期待，培训期间，我认真聆听了每一场报告，仔细咀嚼每一场报告的丰富内涵，反复揣摩每一位教授的教育思想，深刻反思自己的教育教学实践，反思作为业务副校长在促进教师专业发展方面所做的工作，我的内心一次次被震撼，我的心灵一次次被洗涤，观念在更新，思想在转变。

★感悟一：引领教师形成自己的教学特色

近两年我感到非常迷惘，一直在思考自己的发展，开始怀疑自己的能力，明显感到自己的浅薄和不足，有日渐退步的惶恐与不安，想努力又有些力不从心，已经成为特级教师、河南省名师的我总有些愧对称号的心虚，我“名”在哪？我的教学特色是什么？我的教学主张是什么？这些让我苦苦思考的问题，始终找不到满意的答案。

徐阿根校长的报告让我犹如醍醐灌顶，恍然大悟。

一个老师教学特色的形成，要经过长期的教学实践，然后是用心进行经验凝练，提炼独特的风格，还要进行精神品质的挖掘。那么这长期的教学实践不仅是教学时间的积累，而且是用心体会自己所教学科的特点和性质，它有什么功

能，对学生的发展有什么作用。就像徐阿根校长的地理老师，抓住了地理学科的功能，让学生把地图刻画在自己的脑子里；就像徐校长自己，在体育课上让男孩子懂得每一个训练动作能锻炼哪块肌肉，怎样利用力学原理学好滚翻，让女孩子懂得怎样训练能够减少腰部以下的肌肉，让每个学生对体育课充满期待。而我，教学近30年了，日复一日，年复一年，凭着所谓的丰富经验，凭着对教学工作的痴爱，不辞辛劳，以优异的成绩送走一届又一届毕业生，我给学生留下最深刻的印象是什么呢？如果不是迫于考试的压力，又有多少学生能每天期待着上数学课呢？想到这里，总是感到脸红心跳。

如果不能静下心来思考自己的教学，那终究会落后于年轻人的。所以，我想从现在开始，应该思考的问题是重新审视数学学科的特点和功能，找准激发学生热爱学习的切入点，创造适合学生的教学方法，大胆实践，不断探索，长期训练，提炼经验，形成特色，让学生爱上数学这门学科，让自己的教学越来越具有活力，能够真正成为学校的业务引领者，引导每一位老师都能努力提炼自己的教学特色，形成自己独特的教学风格。让教师以学科素养，以特有的魅力征服学生，促进教师的专业成长，让老师们能体会到教学工作那份特有的幸福、快乐。

★感悟二：引领每位教师学会理性反思

叶澜教授说：“一个教师写三年教案成不了名师，写三年反思就有可能成为名师。”而我们也曾经坚持写反思，可总感觉进步不大。

听了胡东芳教授的报告，让我对老师的反思有了全面、深刻的理解。我们的反思只限于经验层次的反思，缺乏理性的思考，而且我们的反思只停留在浅层次的表面现象的感叹，缺乏深层次的思考。

教师的专业发展是我们永恒的追求，只有发展自己，才能成就学生。所以我们不仅要如饥似渴地学习，提高自己

的专业素养，更要不断反思自己的教育教学行为，为自己、为他人提供经验，不断努力成为最好的自己，真正做一个学生一生中最重要的那个人。

★感悟三：努力培养自己的课程领导力

影片《蒙娜丽莎的微笑》中女教师的教学行为呈现给我们，我们能否做到像胡教授那样从根本到细节的深刻分析，而胡教授他是反复研究老师的每一句话，每一个动作之后得到的结论。我们现在每学期都要在录播室为每个老师至少录两节课，对于自己的录像课，我们的老师能否反复观看，仔细揣摩每一个教学环节，每一句课堂语言，每一个肢体语言，认真观察学生的课堂表现而进行认真反思呢？我自己没有做到，我的老师们能做到的寥寥无几。在学校层面我们反复强调，要求老师们写课堂实录，和本组老师一起观看、研究、写课后反思，大多数老师也是在完成任务。那么，有哪些组做的好，有哪个老师做的实，能否举出一个典型案例在全校展示，这些我们都没有落实。所以我们的教研深层次研究不够，我们还只停留在关注教师的课堂表现，而没有真正把目光聚焦在学生的学。所以我们的学生考出了成绩，但却付出了太多太多的努力，学生对学习发自内心的渴望与追求在大量的重复练习中被消磨殆尽。大多数学生都在被动学、刻苦拼，学习的快乐，学习的享受，学习的幸福对我们的学生来说成为一种奢侈。

原来一直埋怨老师的不上进，埋怨老师缺乏科研意识和能力。胡教授的报告让我感到了自己肩上的责任。他是那么看重榜样引领的作用，对于他儿子的教育，对于学生学习的指导，对于教育教学研究，他无时无刻不在做一个引领者，做一个典范，而我却没有这种意识。对于教师的教学反思，作为业务领导没有做到正确的引导，只是布置，而没有教给方法，没有深入落实，发现典型，树立榜样，没有能激发老师专业成长的内在动力，所以促进教师专业发展的措施很多，但往往没有真正的实效。

我想在今后的工作中，我首先从改变自己做起，真正做到静下心来学习，潜

下心来研究，不断通过反思、实践提升自己，引领大家理性反思，不断提高教学能力。

★感悟三：努力培养自己的课程领导力

今天的老师普遍缺乏课程意识，眼睛盯着教材。近两年的北师大、华东师大听课中，让我感触最深的是自己与名家、与名师最大的距离就在于课程意识的缺乏。

这次培训的第一天晚上我混进隔壁山东的业务副校长高级研修班，听了上海特级校长王洪伟的报告。他说现在上海的校长正在评级，特级、高级、初级。分两组进行，高中组和初中、小学组，把初中小学校长放在一组答辩，大家感觉小学校长一定会吃亏，结果小学校长淘汰一个，初中校长淘汰一大片，原因是什么，原因是初中校长大都是苦干型，课程文化的建设能力普遍低于小学校长。正因为我们的课程领导力的缺乏，所以我们只关注学生的文化课学习，片面追求分数，从来不注意学生的生活品质，把学习变成了枯燥、乏味的事情，所以初中生厌学现象越来越严重。

因此，我想在今后的工作中，要加强学习，转变观念，能够挖掘学科教学的课程资源，并合理进行课程资源整合，提高自己的课程文化建设能力。引领老师由关注学科教学到关注课程建设，从关注知识掌握到关注学生的学习体验，从关注学生的考试成绩到关注学生的可持续发展。

几天来从讲课老师的个人才华，敬业精神，学术追求，人格魅力，从每一个讲座的丰富内涵，从每一位学友的学习态度等各个方面都得到了有益的启迪，收获太多，无法一一赘述。我想，在今后的工作中我还要再研读每一个报告笔记，反复琢磨各位专家的教育思想，再梳理自己的工作历程，思考今后的努力方向，并踏踏实实落实到行动上，从改变自身的的学习力、领导力着手，有效实现专业引领。

要敬业，更要专业；要奉献，更要智慧！期待自己的和老师们一起成长。

热烈祝贺我校 孔冬青副校长被教育部授予“全国优秀教育工作者”荣誉称号！



济水一中理化生学科三朵姐妹花同时夺得省级优质课大赛一等奖

在刚刚结束的全省初中物理、化学、生物优质课大赛上，我校物理教师石云燕、化学教师李艳花、生物教师牛慧琴代表济源参加全省决赛，均以优异成绩荣获一等奖，其中石云燕老师夺得全省第二名骄人成绩，并将代表河南省参加明年的全国物理优质课大赛。

图片新闻



为深入贯彻落实《济源市教育局关于建立教育发展联盟促进义务教育均衡的实施意见》精神，认真开展好教育发展联盟活动，9月26日下午，济水一中召开教育联盟学校轮岗交流工作协调会。



在国庆节来临之际，为了丰富教职工的校园文化生活，进一步促进学校精神文明建设，9月29日晚，我校举行“迎国庆·做文明有礼济中人”校园文艺演出。



10月9日，在学校大会议室，全校50名班主任和全体行政会议成员相聚在一起，交流班级工作经验，为全校的班级管理工作再上新台阶奠定了基础。

■身边榜样

成功，就是一一直在努力

——记济源市2014年“最美教师”郑艳霞

“优秀，源自心中的那个梦想，源自一个优秀的团队，源自不断地学习和反思。”这是济源市2014年“最美教师”获得者——济水一中优秀教师郑艳霞的获奖感言。2014年，郑艳霞老师被评为济源市最美教师。在学生心目中，她的美不仅源自她心中的教育梦想，更源于她对教育的那份执着与热爱。

成长，源自一个优秀团队

郑艳霞是济水一中初三七班的班主任兼数学教师，教学管理事情多，工作压力大，但是，多年带班的经历，使她有了丰富的班级管理经历。在教学方面，她善于学习和钻研，积极参与新课程改革，在课堂大胆探索实践三环自主教学模式，形成了自己独特的教学风格。她的数学课堂生动有趣，学生学得高效、学得快乐。在济源市优质课大赛中，多次获一等奖，但是，参加河南省优质课大赛还是第一次。刚开始她有些犹豫，一度产生放弃的念头。慎玉杰校长的一席话，让郑艳霞深受感动，立即打消了原来放弃的念头。备课组的同事们在下课后的默默支持她，一遍一遍地给她听课，说课，一字一句、一个环节地帮着磨课，大家毫不保留地奉献自己的智慧、灵感和经验。当她很疲惫时，总有同事不断地给她打气，张敬敏老师说：“事大事小到时候就了。”黄海平老师说：“慢慢来，先回去睡一觉。”赵小凤老师说：“有这么多人给你献计献策，相信自己是最好的。”侯海燕组长说：“需要伙计们帮什么忙，你说。”制作课件时，韩廷军老师随叫随到，刘丰提老师认真到把稿件中的逗号、句号都给她修

正，就连政治组的马小艳老师，生物组的牛会琴老师，也参与进来了。他们用自己的审美经验给郑艳霞指点课件颜色的搭配，微机组的老师帮她解决课件的高难度问题，语文组的常园花老师帮她揣摩词语的精准……

讲课的前一天，郑艳霞还有一丝忐忑，但是，让她没有想到的是，孔冬青校长和黄小国主任，不顾一周的劳累，周五晚上连夜驱车赶往鹤壁，帮助点评指导。孔冬青校长的到来，带领组织的关怀和温暖，艳霞彻底放松了。大赛前那晚上，她酣然入睡，为第二天的精彩充满了信心和力量。

数学教研室的李老师在，在全市第一轮选拔选手的时候，就对郑艳霞充满信心。他认为郑艳霞是个实力派教师，也是个很有魅力的教师，潜力很大。李老师百忙之中抽出时间，和郑艳霞交流，在专业方面进行引领和指导。郑艳霞虚心好学，步子迈得更加稳健了。在全市第一轮选拔中，她果然不负众望，轻松拿下全市第一名，一下子闯入了全省决赛。

当郑艳霞接到教研室李老师的通知时，她没有把它当压力，而是把这个来之不易的机会，作为对自己的一次历练。她给自己定的目标是，无论下多大功夫，吃多少苦，必须拿出自己的最高水平，拿出一个优秀团队的真实水平。在准备课的过程中，几乎每天晚上，她都会忙到深夜十二点，甚至凌晨两点。同事们的每一个提议，她都要仔细揣摩，虚心接纳，尽量做到最好。课件上每一个小小的改动，都会点上N次鼠标，文字稿中每一个词语都要认真思考是否恰当，能否触动人的心灵。“那个过程真的很累，很苦。但当她站到舞台上时，充分的准备让我的胆

量、勇气和信心大增，让我游刃有余，让我觉得就是在享受那个过程。”那段日子现在回忆起来，郑艳霞依然会怦然心动。

机会总是青睐那些有准备的人。郑艳霞是幸运的。第一次到鹤壁参加全省优质课大赛的她，再次演绎了自己的传奇故事，同时，也续写了一个团队的新辉煌！

赛后，郑艳霞激动地说：“我只是一个幸运儿，就像《神雕侠侣》的杨过，吸纳了众人的功力，练就了自己的功夫，我深深地感受到这个集体的力量。同仁们用大爱和奉献诠释了‘我为人人，人人为我’的中华传统美德。让我真切感悟了‘一个人走路可以走的很快，多个人走路可以走的很远’的深刻含义。”

郑艳霞老师用行动验证了一个教育真谛——那就是“真正优秀的学校，没有最优秀的教师，只有最优秀的团队。”

成功，源自心中那份真爱

“有爱才有教育”。这是郑艳霞老师常说的一句话。今年暑期，她看了于荣光导演的《木府风云》，其中韩国演员秋瓷炫饰演的孙媳妇阿勒邱，深得著名演员潘红演的婆婆的信赖，就是因为阿勒邱用大爱、宽容，把对手，甚至是敌人变为朋友，用自己真诚的奉献和帮助，赢得了他人的尊重和爱戴。郑艳霞老师一直在思考：她为什么能做到，她是怎样做到的。然后，自己就开始向她那样要求自己，不断模仿和创新。生活中她总是用自己的微笑来和大家打招呼，用自己的热情来帮助他人，让自己的心中充满大爱。在鹤壁的几天，她学会了怎样快速融入陌生的城市。不论走在校园和还是大街上，她都会尝试用自己的热情主动和他

人交流，微笑着和陌生人打招呼。这样的尝试是成功的，有效的。事后，她回忆，正是因为这样的交流，不仅转移和化解了内心的巨大压力，而且让她进一步了解了当地的教师和学生，与周围的人更和谐了。她很快融入了圈子当中，信心十足的迎接挑战了。她说，当自己期待望他人回报，用一颗真诚的心去对待他人，关心他人，却常收到意外的惊喜。

鹤壁一家理发店的女老板听了她的故事，深受感动。参赛那天，早上5:30，店老板破例起了个大早，准时起来给郑艳霞老师化妆、盘头，希望她在课堂上将最美的一面展示给老师和学生。

在讲课时，她总主动从前排走到后排，给看不清大屏幕的学生抄题，给书写不规范的提出要求，用期待、惊喜的眼神与学生交流。把自己的爱融入在课堂中。在讲课的最后，当她用寄语鼓励鹤壁的学生，希望智慧的孩子插上梦想的翅膀到更广阔天地中去遨游时，再次赢得台下的阵阵掌声。她把数学课堂变成德育的课堂、人文的课堂，用思想抵达了学生的内心深处，唤醒了学生对学习的热爱。

“郑老师，你的课堂语言很丰富，极具感染力。”一位参赛的外地教师不无羡慕地说道。其实，郑艳霞老师的成功，除了心中那份真爱，还得益于她这些年的专业阅读。她不仅阅读数学专业书籍，还醉心阅读教育名著，业余时间还广泛涉猎家庭教育、心理学等方面的书籍。这样的阅读，让她积淀了深厚的人文底蕴，丰富了课堂语言，提高了人格魅力；也让她逐渐了解了孩子的内心需求，领悟了教育的真谛就是老师如何说，孩子才肯听，老师怎样听，孩子才肯讲。

教学是一门艺术，艺无止境。郑艳霞说，作为老师，无论自己如何的准备都不为过。只有准备充分了，肚里有东西了，才能拥有技压群芳，气压群雄的自信和霸气，才能将赛场变成自己的梦想舞台，才能hold住现场，发挥自如，游刃有余，享受破茧化蝶后自由飞翔的美丽。（本报记者：周天祥 谢毓坤）

校园微视

●日前，济水一中被评为国家级“优秀校本研修学校”，30余名教师被授予“国培计划（2013）校本研修项目优秀学员，受到中国教师研修网的表彰。

●在九一八“国耻日”，济水一中通过开展安全疏散演练和国旗下演讲活动，进一步加强对全校师生的爱国、安全教育。

●为贯彻落实《国家通用语言文字法》，提升我校语言文字工作规范化水平，9月19日下午，我校在多功能教室举行语言文字规范化培训会议。

●9月23日，太行路学校初中部的李艳校长带领学校的理、化、政、史老师到我校交流教育教学工作。

●9月25日，我校举行“学习愚公家乡好少年，做文明有礼济中人”演讲比赛活动。

●近日，为落实《济源市教育局关于做好2014年国家学生体质健康标准测试上报工作的通知》精神，济水一中完成了全校3100余名学生的体质健康测试。

●10月10日下午，济水一中2014届学生会招新预选活动在各班举行。

●近日，国家二类城市语言文字工作评估专家组莅临我校检查工作，对我校语言文字规范化工作给予高度评价。

教学锦囊

“锦囊”相助 构建高效课堂

科学组 李艳花

随着课程改革的不断深入,如何提高课堂教学的有效性,使课堂教学更高效,已成为我们广大教师关注的热门话题...

锦囊一:微笑

微笑是教师永恒的魅力,教师面带笑容出现在课堂上,以自己积极乐观的情绪感染学生...

如果老师能常在课堂上带着微笑,亲切自然地对待学生,学生学习兴趣就高,会将“苦学”变为“乐学”...

锦囊二:实验

心理学研究表明,个体通过亲身经历而获得的信息,比通过其它感官而获得的信息在大脑皮层的痕迹要深...

化学实验是学生学习化学中最基本最重要的实践活动。学生参与实验有着特别浓厚的兴趣和热情...

锦囊三:鼓励

鼓励是提高学生兴趣的催化剂。我们要善于发现每个学生的闪光点,善于用鼓励、赞扬之情激发学生的学习热情...



在传统的教学中,教师总是强调要认真听讲,学生几乎没有机会参与课堂教学活动...

锦囊四:民主

在传统的教学中,教师总是强调要认真听讲,学生几乎没有机会参与课堂教学活动...

要解决这一问题,就是要视学生为主体把民主带进课堂。教师要创造民主和谐的课堂氛围...

在课堂上,只有充分的发挥学生的主体作用,还民主于学生,杜绝“一言堂”“满堂灌”的教学方法...

锦囊五:竞争

根据初中生好胜心强的心理特点,在课堂教学中,我积极引入竞争机制,充分调动学生学习的积极性...

锦囊六:乐趣

教育家乌申斯基说,没有丝毫兴趣的强制性学习,将会扼杀学生的探索真理的欲望...

锦囊七:合作

学习需要独立思考,也需要同学的合作,课堂上要为学生创造讨论的机会,合作学习的条件...

锦囊八:总结

总之,教学是一项工作,更是一门艺术,如何将课堂教学更高效,如何将这门艺术进行到底...

教学心得

让思政课教学回归生活世界

政史地组 宋亚娟



著名教育家陶行知先生说过,教育和生活是同一过程。教育含于生活中,教育必须和生活结合才能发生作用...

一、创造性地使用教材,让教材生活化。课程要求我们教师在教学中要学会“用教材教”...

导学生第五课《中华文化与民族精神》后,跳过第六和第七课,直接引导学生学习与文化有关的第八课...

二、灵活创设情感情景,让课堂生活化。思想品德课教学情境的创设必须立足生活,反映生活...

三、生活化教学。思想品德课教学情境的创设必须立足生活,反映生活,与生活紧密相连...

初二外婆家:外婆婆罗了一桌好菜,有鱼,有虾,有酒,饭后,大舅说下午得到健身房去做减脂运动...

初三姑妈家:姑妈是一个中学教师,年过四十还在进修研究生学历,她说:这叫“活到老,学到老”...

三、针对性的开展实践活动,实现学生的生活化。我们在教学中要将正确的价值引导蕴含在鲜活的生活主题中...

总之一,我们思政课教师在教学中,要用心去关注学生,关注生活,关注社会,把课堂教学与学生生活有机地结合起来...

物理课程标准明确提出,要改变物理学学习方式,通过科学探究,使学生经历基本的科学探究过程,学习科学探究方法...

一、自主探究。爱因斯坦把兴趣称为“最好的老师”。布鲁纳认为“按照理想,学习的最好刺激乃是对所学知识的兴趣”...

生直接探究,或把探究目标转换成系列尝试题再探究。尝试题的设计要利于突破本节内容的重难点;要有开放性,有利于学生的创新思维能力的培养...

二、合作释疑。教学过程是师生交流、共同学习的互动过程,教师是学习活动的组织者、引导者、参与者...

生活的广泛联系,学会综合运用所学知识和方法解决简单的实际问题,加深对所学知识的理解,获得运用物理知识解决问题的方法...

的长度来改变连入电路的电阻。结果发现灯泡的明暗变化随着电阻线连入电路的长度的变化而变化...

三、巩固拓展。教育家第斯多惠说:“教学艺术的本质不在于传授本领,而在于激励、唤醒、鼓舞”...



2012年5月3日,全省校本教研实验学校工作会议在郑州第二实验中学召开。以此为起点,我作为实验学校实验学科的一名教师代表,全程参与了此项活动...

通过校本教研,我真正关注了教师个人专业成长的一种教研,是一个旨在成就个体、带动整体的教研...

一、校本教研是真正关注教师个人专业成长的一种教研。它引领教师加强学习,提升理论水平,促进教师专业成长...

在每一次的校本教研交流活动中,几乎都有专家引领,这些专家所讲的内容各有千秋,但他们都有一个共同点:善于学习,坚持学习,专注于学习...

二、校本教研是一个旨在成就个体、带动整体的教研。独行快,众行远,合作才能创佳绩。在一个集体中,一个教师优秀,不是真正的优秀,真正的优秀在于通过集体智慧和智慧的碰撞,让每个人都优秀...

三、校本教研是以课题为抓手,促进教学实践中具体问题得以解决的教研,而课题研究的目的是对校本教研的深化。在我们的教育教学实践中,经常会遇到一些非常棘手的教学问题...

在课程改革的不断深化的时代,作为一名教师,仅仅会教书是远远不够的,还是一位“科研型教师”。正如叶澜教授所说:“具有科研的意识、知识与能力,是所有专业人员的共同特征”...

论:在体育上,我班同学都参加了哪些项目?请大家思考,假如你正在和同学赛跑时,突然所有的力都消失了,会出现什么情况呢?这是同学生完摩擦力这节课之后,我设计的反馈题目...

通过理论联系实际使知识得到升华,可以让学生更深刻地理解和掌握牛顿第一定律和摩擦力的相关知识。再如《变阻器》一节的教学,我设计了一些有关滑动变阻器在电路中的应用及连线方法的习题...

总之一,课堂教学模式既非固定模式,也非一成不变,教无定法,贵在得法。在遵循课堂教学规律的前提下,依据教学对象、教学内容、教学手段及教学环境不同,教师要正确的教育理念,具有现代化教学的能力,借助现代化教学手段,激发学生学习和物理的兴趣,学会正确的学习方法,有效地培养学生的创新意识和创造能力。

比如下学完《牛顿第一定律》之后,我设计了如下情景讨论:在体育上,我班同学都参加了哪些项目?请大家思考,假如你正在和同学赛跑时,突然所有的力都消失了,会出现什么情况呢?这是同学生完摩擦力这节课之后,我设计的反馈题目...

通过理论联系实际使知识得到升华,可以让学生更深刻地理解和掌握牛顿第一定律和摩擦力的相关知识。再如《变阻器》一节的教学,我设计了一些有关滑动变阻器在电路中的应用及连线方法的习题,让学生讨论解决;了解生活中的汽车油量表、地磅秤、收音机的调节音量的旋钮、电扇的调速开关等其实都是滑动变阻器在生活中的应用,来拓宽学生的知识面,让物理走进生活,促进学生创新能力的发展。

小小编辑语:

同学们好,我是2012级10班的商雨欣。自从我校开展“认星争优”活动以来,在我们的身边一颗颗璀璨的“星星”不断涌现。让我们通过“小记者采访”了解认星争优的具体内容;通过明星居里夫人、爱迪生的故事,了解明星是怎么练就的。哦,忘了,本期学生天地还有我们各班评选出来的美德少年哦,他们的“星事迹”、他们的“星事迹”都有别样的风采哦。没有上榜的同学们也不要气馁,只要肯努力,下次你也会脱颖而出!做最好的自己,每个人都是“来自星星的你”!

※ 来自星星的你 ※

群星璀璨,争做济中之星



小小编辑语

星星是怎么「诞生」的?

小记者:自从认星争优活动轰轰烈烈进驻各班以来,我们身边涌现了不少“美德少年”、“勤奋星”、“孝顺星”、“劳动星”……这些“星星”们是怎么诞生的?你是不是也愿意成为济中校园中耀眼的一颗呢?我们一起走近这项活动的牛校长,进一步了解我校“认星争优,做美德少年”活动的相关事宜。
牛校长:“您好,牛校长!作为济水一中的一名学生,我非常想知道我们学校为什么要开展认星争优这个活动?”
牛校长:“根据济源市文明办、市教育局的活动通知,结合我校实际,在全校范围内开展“认星争优,做美德少年”活动,旨在引导济中学子从我做起、从小事做起,以星级标准规范日常学习、生活言行,树立“做一个有道德的少年”的价值追求,养成良好品格,着力打造济水一中学校德育特色,使“认星争优,做美德少年”成为学校德育有效载体及品牌。”
小记者:“哦,原来有这么大的作用啊!那么,‘认星争优’这个活动中都有哪些星可以让同学们认领呢?”
牛校长:“共分为孝敬父母、尊敬师长、团结友善、热爱劳动、勤俭节约、勤学上进六颗星。”
小记者:“那么这些星评定的标准是什么呢?”
牛校长:“具体内容咱们大门口的宣传栏和各班下发的通知里有,例如虚心接受老师教导,上课时遵守纪律,认真听讲,按时完成老师布置的任务等等。”
小记者:“认星争优活动的大致程序是什么?”
牛校长:““认星争优,做美德少年”活动分认星、创星、树星、争优四个环节,引导学生自主选择星级目标,确定努力方向,重在人人参与。相信随着这一活动的深入开展,每个同学都能展现个人最精彩的一面,做最好的自己!”
小记者:“好的,我明白了!谢谢您接受我的采访!”
(辅导教师 杨彩虹)

星星的事迹

济中星闪烁

赵潇潇,济水一中八年级(11)班班长,一位特别开朗的女孩,总是带给人欢笑。她的班集体荣誉感极强,从小就注意自己的言行,是老师们的得力小助手,同学们的好榜样。
她学习刻苦努力,特别讲究方法,思维敏捷,不向任何一道难题低头,勤于思考,直到找到正确答案为止。她总是在各方面严格要求自己,虚心接受老师、同学们的意见,并改正自己的缺点。课堂上,她认真听讲,敢于提问,积极回答问题,对所学的知识能理解地掌握。课后独立完成作业,养成当天任务当天完成,绝不推迟的好习惯。课后经常和成绩优异的同学一起,帮助班里的学困生,主动给他们讲题,直到听懂为止,从不厌烦。她自觉提前预习好明日要学的新功课,正是这种良好的习惯促使她不断发展,并获得了丰硕的成果——学习成绩均保持在班里的前茅。偶尔,考试成绩不理想,她认真查找自己的不足,争取下次考出好成绩。但她从不骄傲,不气馁。同学之间如有矛盾纠纷,她都尽量去排解。当同学遇到困难时,她又会热情帮助,想法加以解决。
身为一班之长的她以身作则,尽职尽责,起到带头作用。老师交给她的任务,她乐意接受,并且认真完成,把班里的工作组织的井井有条。从来没有为了自己的私事而耽误,成为老师不可缺少的好帮手。她能积极参加学校组织的各项活动,为灾区献爱心,走上街头推广文明用语,参加学校组织的“语言文字规范”活动等。
她不仅学习成绩优异,而且在美术、书法、体育等方面也是佼佼者。她的绘画作品在“第三届书画展”中荣获二等奖,硬笔书法作品在河南省第六届小学钢笔组荣获一等奖。她在家能帮助爸爸妈妈做一些力所能及的活,从不让父母操心。见到熟人时,她主动打招呼,邻居们都很喜欢她。每逢过年时,她都要为爷爷奶奶写副对联或画幅门神,可爷爷奶奶不舍得贴就挂在墙上,每到亲朋好友去做客,就骄傲地介绍那是他们的孙女画的。
她是一位德、智、体、美、劳全面发展的共青团员,不骄傲,不气馁,是她最大的优点。她一定会在未来绽放光彩,创造奇迹!
(推荐教师 孔祥军)

我与星星有个约会

跨越百年的美丽

——执着勤奋的居里夫人

追星潮流在班中又一次掀起,同学们都喜欢各种各样的明星:张杰、exo、tboys、华晨宇……而我却喜欢一百年前的一位伟大的科学家,她就是居里夫人。她的坚忍不拔、执着勤奋、不图财富、珍惜时间无一不打动我,她的一切一切都令我敬佩不已。
玛丽·居里于1867年出生于波兰华沙,她是家中5个子女中最小的。她的父亲是一名收入十分有限的中学数学教师,妈妈也是中学教员。玛丽的童年是不幸的,她的妈妈得了严重的传染病,是大姐照顾她长大的。后来,妈妈和她在她不满10岁时就相继病逝了。她的生活中充满了艰难。这样的生活环境不仅培养了她独立生活的能力,也使她从小就磨炼出了非常坚强的性格。她的父亲早先曾在圣彼得堡大学攻读过物理学,父亲对科学知识如饥似渴的精神和强烈的事业心,也深深地熏陶着小玛丽。她从小就十分喜爱父亲实验室中的各种仪器,长大后她又读了许多自然科学方面的书籍,更使她充满幻想,她急切地渴望到科学世界探索。但是当时的家境不允许她去读大学。19岁那年,她开始做长期的家庭教师,同时还自修了各门功课。



这样,直到24岁时,她终于来到巴黎大学理学院学习。她带着强烈的求知欲望,全神贯注地听每一堂课,艰苦的学习使她身体变得越来越不好,但是她的学习成绩却一直名列前茅,这不仅使同学们羡慕,也使教授们惊讶,入学两年后,她充满信心地参加了物理学学士学位考试,在30名应试者中,她考了第一名。第二年,她又以第二名的优异成绩,考取了数学学士学位。1894年初,玛丽接受了法国国家实业促进委员会提出的关于各种钢铁的磁性科研项目。在完成这个科研项目过程中,她结识了理化学教师比埃尔·居里,他是一位很有成就的青年科学家。用科学为人类造福的共同意愿使他们结合了。玛丽结婚后,人们都尊敬地称呼她居里夫人。后来她辛勤地开垦了一片处女地,最终完成了近代科学史上最重要的发现之一——发现了放射性元素镭,并奠定了现代放射化学的基础,为人类做出了伟大的贡献。即使居里夫人她的童年很不幸,但她却从来没有放弃过,而是乐观的面对每一天;长大后她凭借着自已优异的成绩考上了大学,她每天认真听课,珍惜每一分每一秒,她惜时如金,不浪费一点光阴;当她有所成就的时候,她没有骄傲,而是更加努力的工作;她为科学事业做出了重大牺牲,即使她的身体已经被击垮,可她仍然不放弃,全身心的投入到科学事业中去……她的每一个精神都是那么美丽。1937年7月14日,居里夫人病逝了。她最后死于恶性贫血症。她一生创造、发展了放射科学,长期无畏地研究放射性物质,直至最后把生命贡献给了这门科学。她一生中,共得过包括诺贝尔奖在内的10种著名奖金,得到国际高级学术机构颁发的奖章16枚;世界各国政府和科研机构授予的各种头衔多达100多个。但是她一如既往地那样谦虚谨慎。伟大的科学家爱因斯坦评价说:“在我认识的所有著名人物里面,居里夫人是唯一不为盛名所倾倒的人。”
尽管居里夫人说过:“在科学上我们应该注意,不应该注意人”,但她的许多优秀品质,如同她的巨大的科学贡献,不得不让人瞩目。她的闪光的品质永远是人类的骄傲,并将永远激励着我们后来者向崇高的目标奋进!”
(2013级12班孔涵冰推荐分享)

静夜,品一杯清香的茉莉,再一次翻起那泛黄的书页,走进他的世界……
他,总有一些奇怪的想法,他,总是对“为什么”情有独钟,他,不管怎样都要打破沙锅问到底的,他就是改变我们世界的“明星”——爱迪生。
电报、电话、电灯,这些东西在科技发达的今天看来是多么的普通和司空见惯,而它的创始人,却是一个一生只上过三个月小学的人——爱迪生。他的学问是靠母亲的教导和自修得来的。他的成功,应该归功于母亲自小对他的谅解与耐心的教导,才使原来被人认为是低能儿的爱迪生,长大后成为举世闻名的“发明大王”。
“天才就是百分之一的灵感加上百分之九十九的汗水。”这句老话流芳传了一代又一代。这句话伴随着爱迪生这位天才发明家的一生,时刻激励着他,鼓舞着他。爱迪生从小就对很多事物感到好奇,而且喜欢亲自去试验一下,直到明白了其中的道理为止。一次,他救了一个小孩,孩子的父亲为了感谢他,免费教爱迪生学习电报原理。从此,他便与电的世界结下了不解之缘,也因此踏上了科学之旅。
长大后,他带着浓厚的科学兴趣,投入了研究电灯的事业中,当他说要造出电灯时,大家都纷纷嘲笑他,但他并没有因此放弃,失败了也不气馁,一共试验了1600多次,这是常人难以做到的,但爱迪生做到了,靠的不仅仅是高智商,更多的是恒心、毅力,坚持。它的进取心是永无止境的,他并不因为让电灯亮而沾沾自喜,他向人们宣布,在灯泡寿命未达600小时之前还不算成功。而我们现在的就是这种好上加好,精益求精的进取心,爱迪生的辉煌人生少不了进取心。
1931年,伟大的爱迪生永远地去了,虽然他离开了人世,但他的精神与他的2000多项发明却永远的留在我们心中!是啊,人生没有永恒,我们要在有限的时间中去钻研无限的知识,爱迪生的一生是平凡的,可他却让我们看到了平凡中不平凡的美丽,他改变了世界,也同样改变了我们,向他学习那种持之以恒, Never Say Never,勇于尝试失败,有时,失败也很美丽。
夜深了,茉莉茶的香味却又久久回味,合上那本泛黄的书,心中不禁泛起层层波纹……



改变世界的「明星」

2014年济水一中迎元旦书画比赛通知

一、活动意义
本届比赛的主题是“魅力济源”。围绕弘扬中华民族优秀传统文化,体现时代特征、校园特色、学生特点,展示我校中学生热爱祖国、朝气蓬勃、勇于探索、健康向上的精神面貌。按照参赛人数比例设置奖项,获奖作品将陆续刊登在我校“济中校苑-学生天地”栏目中。
二、参加对象
全体学生。
三、比赛时间
上交时间:2014年10月25日至11月20日。
展出时间:2014年12月24日至12月31日。
四、比赛要求
1.绘画创作比赛要求:
可围绕主题进行自主命题,画种及表现形式不限,绘画作品采用四开,国画不大于四尺。
2.书法创作比赛要求:
可分为硬笔和软笔表现。字体不限,可用繁体字。硬笔尺寸为32开,软笔尺寸为不大于4尺宣纸。
所有作品背面右下角注明:作品名称、年级班级、作者姓名、辅导老师。
五、奖项设置
参照上交的作品数量和获奖情况设置班级集体组织奖和个人单项奖。如有变动另行通知。
济水一中美术组
2014年10月24日

济水一中迎元旦书画比赛报名汇总表

Table with columns: 项目, 姓名, 年级, 班级, 性别. Includes a note: 备注:此表请各班于2014年11月20日前以电子稿的形式发至jsyzw123@126.com邮箱。

各班美德少年名单

- List of students and their classes: 2012级 8班 邵希希, 9班 李沫晨, 10班 张丹丹, 11班 刘怡君, 12班 王翔龙, 13班 武金格, 14班 陈昕萌, 15班 刘智琳, 16班 李钦科; 2013级 8班 李炜思, 9班 郝钰洁, 10班 景京, 11班 赵潇潇, 12班 李泽琨, 13班 侯林超, 14班 贺子玉, 15班 姚鹏聪, 16班 汤雨茜.

课题成果推广 助推教师成长

教科室主任 王静



济水一中2014年教研课题成果推广会

秋天是喜悦的，是收获的季节。2014年的秋天，也是济水一中课题研究收获的季节。此时此刻，屋外丹桂飘香，屋内研讨氛围正浓。2013年至今，我校已顺利结题的省、市级课题有38个。其中，省级规划课题2项、省级教研课题4项、市级规划课题9项、市级教研课题1项、市级个人课题23项。面对这么多的结题课题，面对这么多的科研成果，我们是束之高阁还是提炼推广？我校坚定地选择了后者。因为教育科研成果的推广应用是教育科研效益的直接体现，也是教育科研转化为生产力的过程，不管是推广自己的还是学习借鉴他人的科研成果，都有利于实现科研成果的价值延伸和拓展，有利于培养科研骨干，更有利于优化课堂，提高课效。

基于上述思考，结合省、市教育局的要求，我校利用周二教研活动时间，以教研组为单位开展课题成果推广会，走出了科研转化为生产力的第一步。正如王校长所说：“课题推广，这种做法做好了课题研究的‘最后一公里’，这种做法接地气，更好的服务于教育教学。”搭建这样的平台，让我们发现专家就在我们身边，他们独到的见解、深邃的思考、智慧的碰撞给我们启迪，令人仰慕的同时也激发了我们要在研究中成长的冲动！

只要我们真正提高对课题研究的认识，树立课题成果推广应用的观念，真正意识到课题研究不是空中楼阁，而应该是植根于课堂；课题成果不是装点门面的花瓶，而应该是优化提高课效的有效途径；课题研究不是我们教师评优评模的加分点，而应该是丰富教师内涵、提高教师素养的重要途径。我想，我们就一定会构建一支适应现代教育需要的更高层次教师队伍，一定会更优化课堂，构建出符合校情的更加高效课堂教学模式。



课题成果推广会现场

备战中考

有效提高跳绳速度的方法

体育组 姚小玲

一分钟跳绳是《国家学生体质健康标准》中考必测的体育项目之一，其器械简单，场地要求不高，一根绳子、一小块平整场地就可以了。近年来花样跳绳风行，速度跳绳又是练好花样跳绳的基础，如何有效提高跳绳速度是笔者一直思考和探索的问题，通过几年的教学实践，取得了一定的效果，现阐述之，与大家共享。

一、选择一条适合自己的跳绳 在选择跳绳时，主要是看绳子的重量和材料。常见的绳子有PVC跳绳、钢丝绳、牛筋绳、竹节绳、棉绳、尼龙绳等。《国家学生体质健康标准》测试中跳绳项目均为一分钟跳绳，最理想的跳绳是PVC跳绳，它材质轻巧，空气阻力小，耐磨不易断裂，一分钟内可以达到180—300次，且经济实惠；钢丝绳也能达到这个速度，但容易打伤跳绳者及其周围的人；牛筋绳价格贵，竹节绳、棉绳、尼龙绳达不到理想的速度。

二、适时改变绳子的长度 ①初学者，单脚踩中间，双手拉绳至腋下，这样绳子在最高点距离头顶约30厘米，绳子开度也较大，不容易出错。因为绳子长，转动半径较大，摇绳的速度稍慢。

②当练习者基本掌握跳绳技术，连续跳绳不容易出错时，单脚踩中间，双手拉绳至胸前。绳子最高点距离头顶约18厘米，绳子打地时间变短，摇绳速度变快。

③当练习者熟练掌握跳绳技术，连续跳绳不出错，且有一定速度时，单脚踩中间，双手拉绳至腰间或更低，最后缩短至摇绳时只要能够过脚和头就可以了。绳子的运动周长越小，对提高跳绳的速度越有利。摇绳时要两臂下垂，贴近身体，手腕用力，不能以肩关节或肘关节为轴心摇绳，要保持绳子旋转的稳定性。

三、改并脚基本跳为双脚轮换跳 并脚基本跳对于初学者建立良好的绳感非常有效，当跳绳的节拍一致且熟练并有一定速度时，可改并脚基本跳为双脚轮换跳。首先让学生练习单脚跳，先右脚，再左脚（或者先左后右），右脚跳过后，左腿向前提膝，提膝要向前不要向后勾脚，避免绊到绳子，数次之后交换；熟练后接着让学生练习单脚跳（一只脚先跳2个，之后再换另外一只脚跳2个），换脚时跳脚向上提膝，提膝脚向下踩地；最后过度到双脚轮换跳，一脚跳过后，一脚向前提膝，如同高抬腿跑，速度要求更高时，提膝幅度会变小，近似高抬腿跑。

四、速度练习方法 当双脚轮换跳动作协调自然，就可以开始定时、定量、定时定量、定量计时的速度练习。

①5秒、10秒、20秒——短时间定时连续快速跳绳训练。不要让学生因为稳定而不敢加速，尽可能用最快速度去跳。

②30次、50次——定量连续快速跳绳训练。

③10秒25次、20秒45次——定时定量快速跳绳训练。（根据学生水平来定）

④30次12秒、50次23秒、80次35秒——定量计时训练，即30次要在12秒内完成。

⑤最后有了快速的稳定性后，让学生进行体能练习，1分10秒跳、1分20秒跳、1分30秒跳等。

五、节拍器的妙用 节拍器是一种可以设定每分钟发出有规律的特定节拍的机械，它可以规范练习者的速度，增加动作的稳定性。开始练习时可以设定一个较慢的速度，学生可以胜任的速度，用慢速的放大镜子仔细将难点、重点一一攻克，然后逐渐加快提速、巩固，一直到目标速度。



班主任心声

靠近你 温暖我

——写给所有支持教育的家长朋友们

团委书记 牛利民

《做最好的自己》不是济水一中老师的文章，更不是任何一个学生的作品，但它却让我们当班主任的感动，让现在受益的家长感慨。

《做最好的自己》是一位已毕业的学生家长张群力为我在班级的书籍《幸福1+1》写的《代序》。这个命题与济水一中全体师生的座右铭不谋而合，欣喜、契合足以让我们更加愿意倾听每个关心教育的朋友们的声音。

张群力，济源电视台《身边》栏目策划、制片人，2009级学生张雪遥家长。早先知道雪遥爸爸非常有文采是因为以前的济源广播电视台每期开播都会登载他对当下热点的评论，后来很熟悉是因为他有一个优秀的孩子——一颗平和教育的心。每次家长会、接孩子都是父母双双到场，常引起我的注意；爱读书的他既是孩子的良师，也是我这个班主任的益友。沟通次数多了，便成了朋友。

2013年，我现在的班级想出印一本书，名叫《幸福1+1》，于是我找到了雪遥爸爸，当时《身边》开播不久，他非常忙，但依然乐意抽出时间与我和现在热心印书的家长朋友交流、探讨。硬是挤出时间写了这篇稿子，虽然我已觉甚好，印在书里，可他却一直自认为时间仓促、过于“粗糙”而深感愧疚。回想交往的五年时间，作为家长朋友，其意其情，让我珍惜；其景其形，让我敬佩。

手捧这本印下时光的记忆之书，感触家长朋友深夜写下的指尖温度，不由读来，品读，走走，看看。读到了教师与家长的信任，品味着家校弥笃真诚的友情，走在共同希望的道路上，看到了一起倾向的期待。借此想告诉我们的学生、家长，自己，还有广大济中师生和家长：让我们做最好的学生！最好的家长！最好的老师！最好的自己！再次感谢所有像他一样大力支持我们班主任工作的家长朋友们。

代序

做最好的自己

济源电视台《身边》策划、制片人 张群力

浓缩了的成长，温暖在记忆里。你们，是我们回不去的曾经。校园里，活动中，班会上。字字句句，时时刻刻，点点滴滴。总有一种似曾相识的感觉，总有一种不由自主的感动。

因为，三年前，我的孩子，也是其中的一个。不同的岁月，播下了同样的青春；不同的人群，重复了同样的欢笑；不同的面孔，洋溢着同样的笑容。

这才是最真实的成长——各种姿态，各种颜色，各种记忆，各种经历——不同的舞台，有不同的主角；不同的主角，有不同的骄傲；不同的骄傲，有不同的理由。

你作文最好，我算题最棒；你跳得最高，我跑得最快；你写字最整齐，我画画最生动；你最热爱劳动，我最助人为乐；你最有经济头脑，我最有团队意识……每次的成绩表，第一名只有一个。但生活与相处中，大家记住了你的幽默，你的勤奋，你的善良，你的担当，你的坚强，你的感恩，每个人，总有一种方式，可以灿烂自己。

每个人都可以做到——成为最好的自己。许多同学，都听过“别人家孩子”的故事。

你调皮时，“别人家孩子”很听话；你玩游戏时，“别人家孩子”老在学习；你想到做作业时，“别人家孩子”已经做完了；你好不容易考进前十，但“别人家孩子”这回考了第一。

别人家孩子，让父母很累，孩子更累。有些家长可能不太清楚，“别人家孩子”偶尔会是成长的动力，但在更多时候，会伤了孩子的自尊，激起孩子的叛逆。而有些孩子也并没有弄明白，“别人家孩子”再好，父母最亲、最近、最疼、最爱的，还是你们自己。

其实，父母的爱原本单纯；假如有一天，必须让他们在“第一”与“唯一”之间作出选择，他们只会选择唯一。其实，教育与成长，也是寻找与发现的一种经历；找亮点，找天赋，找兴趣，找爱好，找动力，找潜能。

所以，不妨让爱作主，用爱来主宰心灵，主宰教育。不做第一，只做唯一，不做别人，只做最好的自己。做最好的自己，不是让时光恣意流淌，不是让成长漫

无目标，不是让自己随心所欲。

不跟别人比，但一定要给自己一个承诺。每天成长一点点，每天进步一点点。不一定战胜别人，但一定超越自己。时时刻刻，分分秒秒，都记住自己的誓言：做最好的自己。

超越自己，可以是分数的提高，可以是成绩的进步，可以是品德的完善，可以是做人的感悟。每天不妨问问：今天我有没有成长？有没有全力以赴？有没有能做到，但没有做到或根本没有去做的遗憾？

青春，是一种无可复制的财富，每个人都曾经拥有，但它不属于挥霍的人。台湾作家龙应台，曾经把这样的一段话，写给自己的

孩子：我要你读书用功，不是因为我要你跟别人比成绩，而是因为，我希望你将来会拥有选择的权利，选择有意义、有时间的工作，而不是被迫谋生。当你的工作在你心中有意义，你就有成就感。当你的工作给你时间，不剥夺你的生活，你就有尊严。成就感和尊严，给你快乐。

快乐，其实是天下父母对孩子最初也是最终的心愿。只有成长，才会带来更久、更深、更多的快乐。

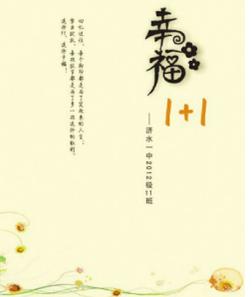
读书，其实是最便捷的一种成长。我们，不一定要走得那么快，不一定要拼得那么累，但一定要不停下脚步，不要看轻自己，不要轻言放弃。

做自己，或许很简单。但要把自己做到最好，却也需要天长日久、经年累月的坚持。

未来还很远，人生还很长，身边的世界还有许多你无法预知的面对。但一定记住，每一朵花都有盛开的理由，每一个人都能成为最好的自己。

如今天，此刻，翻阅这一幕幕清晰如昨的成长。每个人，都绽放着独一无二的光芒。

每个人，都呈现出一种最华丽、最精彩、最清新、最质朴、最真实、最生动的自己。



育人天地

再多一点爱心吧

语文组 孔祥军



养儿方知父母恩，随着女儿渐大，逐渐发觉岁月的刻刀已把父亲变成了老人，要强的他从不服老，但在消化系统疾病面前，他无奈接受了事实。

那天夜里两点多在卫生间折腾了一个多小时也没通便后，顶着冬日寒风去医院路上，他对我说：“孩啊，老子真不中用了。”我突然意识到，从前在我心中的那座高大坚固的山，此时变成了一泓浅浅的水，让风也忍不住掠过一丝波纹。我意识到这个老人对于我生命的意义，那是血脉里流淌的无法割舍的亲情。

遗憾后悔起了曾经。夜里和同事吃饭到深夜，一遍遍接到父亲的电话却一次次不耐烦几句：“知道了，就回去，我都这么大了的人，你放心吧。”济源的几个景区自己踏遍了却从没带父母去过一次；下班之余陪父

母聊天的时刻少之又少。

我开始害怕这叫作时光的东西了。为何许多擦肩而过的东西只有在回头时才能看到它的美丽呢？

想起了零二届学生。寒假同学会时苗森问我：“老师，你还记得你打过我吗？”愣了愣竟不记得了。他说：“我那次和李文兵星期天作业偷懒没做，你把我两叫进屋子，一人手心敲了五下。”“那你们恨我吗？”“不恨，不恨，高中老师打得更狠，要不我还考不上北京的一本呢。”

六年前的时光恍然拉到了眼前，那小又整洁的校园，几颗参天的白杨和那群可爱的学生们，仿佛可以一下子抓得到，却又是空空的感觉。美好让人留恋，怀念也许就是踏出步子后的回眸吧。但我为什么不能采用其他的方式来对待不写作业的学生呢？来让这段回忆更充实呢？

又记起了这样一句话：无论成绩好坏，请想想：每个孩子都是一颗花的种子，只不过每个人的花期不同。有的花，一开始就会很灿烂地绽放，有的花，需要漫长的等待。不要看着别人怒放了，自己的那颗还没动静就着急，相信是花，都有自己的花期。细心地，呵护自己的花，慢慢地看着长大，陪着他沐浴阳光风雨，这何尝不是一种幸福。也许你的种子永远不会开花，因为他是参天大树！”

所以，把手掌合拢好，攥紧每分每秒，珍爱身边的美好，深爱着每个爱你的人吧。

小编的话：听说牛校长抓贼的事迹之后，很是激动和感慨，恰又看到济源晨报上的“寻访济源好人”的活动，我想这样不假思索抓贼的自然行为是不是好人的标准、学生的榜样？我们的榜样，即使不是济源好人，但作为济中人也是值得激动和骄傲的！几次征询牛校长是否发布的意见，他说事太小，不值宣传。生活平淡，事情琐碎，小事如此，危难更是如此。这种习以为常的“本能”不更让我们学习和赞赏吗？

2014年10月17日，济水一中师生都在传颂济水一中牛校长的抓贼事迹：版本不同，有的说牛校长在早上检查车区时，发现有贼偷车，于是一个箭步上去，把对方置于地上，扭送到了校内警点。有的说贼偷了车后骑上就走，牛校长以离弦之速追上去，把这个人从赛车上拉了下来。紧跟着郭主任也赶了过来，两人共同把此人移送校园保安室，拨打110报了警。经查，该人就是偷车贼，丢失的这辆车是我校七年级某位同学的。

【教师心声】教师1：牛校长身形矫健，就在我从大门口走到路对边时，突然听到抓贼的声音，回过神，贼已被制服，这速度、这反应，一般人绝对做不到，这和牛校长平时带体育课、坚持训练体育人，有一个好的身体素质是分不开的！教师2：好惊心动魄啊，一般人肯定追不上，也不一定有这勇气，牛校长真厉害。充满正义、高度责任心都是我们学习的地方。

【一些建议】1.学生到校不骑新车、赛车、高档车、电动车；2.所骑车辆一定要按学校要求放到指定车区，班主任派专人负责，按时上锁；3.遇到可疑情况及及时上报学校政教处或保安，确保师生车辆安全。



身边好人

喂，毛贼哪里走？！

政教处、团委

感悟读书

一生中最重要的约会——读书

语文组 卢素霞

记忆中总是有许多幅读书的画面，或温馨或浪漫。如今，岁月流逝，我却在日益浮躁的心态下疏远了读书的历程，心情也莫名其妙的随着文字的消失而烦躁不安。

双休日在家，翻箱倒柜想要丢弃一些杂乱之物，没想到在书柜的最角落却静卧着一本泛黄的日记本——淡绿的封面上是一位古典美女在颌首微笑。翻开首页，出现的是我的一位中学同学给我的临别赠言：愿你做暴风雨中的海燕！做简爱一样的坚强者！回首往事，真的让人忍俊不禁，那时的我们，竟然在语文老师的带领下把高尔基的《海燕》背的滚瓜烂熟，还学会了运用！那时的毕业留言也如此豪情壮志，一点都不浪漫！至于《简爱》这本书在当时确实是我的最爱，在那个初三的紧张岁月里，我还时不时的把自己的阅读感悟在宿舍里说给室友听听！第一页上写的是：我和书有个约会，一生一世！再翻开日记内容一看，连我都不相信，整整一年的时间，我几乎没有停笔搁浅，每一篇一字都抒发的是高中生活的酸甜苦辣，厚厚的一本日记里，记载了我读书的快乐，生活

中的不愉快以及少女情怀的小秘密。

整整一个下午，我轻倚斜阳，在阳台上的小石桌边品味着上学生活的一瞥一笑，一举一动。听窗外风声不断，我却时而泪流满面时而呵呵大笑！20年的时光如白驹过隙，20年前的我该如何的迷茫着读书：小学的时候，最喜欢的就是下午放学归来，路边一坐，不管风吹日晒，看书看的眼睛发疼，然后顶着夜幕一路狂奔回家；中学的时候，竟然多次在课本下面放上一本课外书，读的亦不亦乐乎，然后在老师的提问下下一脸茫然；《简爱》就是在那样紧张的学习生活中读完的。再翻开我的日记本，第二篇日记就是简爱的一段话：“难道就因为我一贫如洗，默默无闻，长相平庸，个子瘦小，就没有灵魂，没有心肠了——你想错了，我的心跟你一样丰富，我的心胸和你一样充实！”她拥有一颗智慧、坚强、勇敢的心灵，那些外在的美在这内在美面前黯然失色。更为可贵的是简·爱并不因为自己的贫穷和平庸的外貌而自卑，相反，她勇敢坚定：“我和我的灵魂是平等的”。简爱在我的心中是最美的！

把日记本给女儿看，她竟然大呼，“老妈，你上学时候写的日记真是一本励志书啊，我得好好读读。”我知道女儿在和我开玩笑，但我也知道，我浪费了许多美好的时光，我浪费了生活给我的恩赐，我冷落了曾经热血沸腾的心！我早已把当初的诺言抛到九霄云外，在日复一日的忙碌中没有了书的滋润，精神世界唯有空虚和颓废！

再次浏览书柜，轻轻抽出一本书，拂去浅浅的灰尘，在《轻倚斜阳看落花》这本书里，我再一次找到了心灵的归宿。一篇《读书——一生中最重要的约会》让我真正平静了许多，作者说：“当我面对那些曾经在夜灯下亲近过的书籍时，总会产生一种别样的温情，过去的生命信息依然存留于书页之间，不忍舍弃。”

是啊，如今，当我再一次翻阅一本本读过的书的时候，那种温暖和激动依旧清晰呈现——书永远是我们最真挚的朋友，它不计较你名位的高低、身份的贵贱；更不计较你是否花容月貌是否苍老憔悴，它是我们一生都不变的知音！教育家陶铸在《做一个幸福的教



师》中曾这样说过，如果不读书，就没有精神寄托，就不能给自己的精神定位，不能给自己的灵魂定位。特别是女士，如果经常诵读经典，就会有一种优化的情绪在心里激荡，会显得越来越年轻，越来越漂亮！

但愿若干年之后，我依然能够和现在一样，独坐窗前，打开一本并不太崭新的书，泡上一杯香茗，细细品味，是茶亦是书，曲曲折折，弯弯绕绕。从体会人生之艰辛，旅途之美——原来我和书有个约会！