

以不息之志，铸青春之魂

察右前旗平地泉中学2306班 段欣然

我把荆棘当作铺满玫瑰的大地，便无人能磨折我。

——题记

“天行健，君子以自强不息。”这穿越千年的箴言，如同晨露浇灌着每一颗炽热的心。自强不息，是暗夜中擎起的火炬，是岩缝间破土而出的翠竹，是生命对苦难最倔强的回答。正如书中所说：自强不息是一种重要的精神品质 and 价值观。它激励着我们披荆斩棘，奋勇前行。

自强不息，是直面困境的清醒与勇气，是突破自我的沉着与坚韧。真正的自强，始于对现实和困难的清醒认知。欧阳修面对仕途失意，仍乐观豁达，励精图治，为政宽简，造福一方，与民同乐，铸就了不朽丰碑。李白仕途遇阻，行路甚难，但他仍坚信“天生我材必有

用”，发出了“大鹏一日同风起，扶摇直上九万里”的豪言壮志，激励了一代代的青年勇于追逐梦想，敢于直面困难，敢想敢拼。我们这一代人，唯有认清现实，不回避学业与工作的压力，不畏惧考试的挑战，对未来有清晰的规划，才能在此积蓄力量，实现超越。

自强不息，是持之以恒的播种与耕耘，在日积月累中孕育质变。当我们在心中种下一颗理想的种子时，你想过如何去耕耘、浇灌它吗？“敦煌儿女”樊锦诗，毕业后毅然奔赴大漠，投身莫高窟研究。她用半个世纪的坚守告诉我们：伟大的成就，往往蕴藏于每一个平凡的日子。而这平凡的日子背后，是持之以恒地努力，是不断地耕耘与探索。“敦煌儿女”的精神，并未随岁月消逝，反而在新一代青年身上焕发新生。钟芳荣以青春的抉择，证明了

质变源于对初心的矢志不渝。她们一个用一生，一个用青春，共同诠释了如何将时间化作泥土，把努力化作清晨的露珠，最终让理想的种子破土而出，成长为参天大树。

自强不息，是超越小我的格局与担当，是将个人理想融入时代洪流的自觉。周恩来少年时便立下“为中华之崛起而读书”的誓言，至今仍振聋发聩。外卖员王计兵坚守岗位，努力工作，穿梭于大街小巷，为人们提供了温暖可口的饭菜，并把日子写成了诗篇。他用最朴素的行动，诠释了对事业的热爱，展现了个人的担当与奉献。当我们把个人奋斗汇入国家发展的浪潮，个体的生命便获得了永恒的意义。这种超越功利的使命感，正是自强不息最深层的动力源泉。

同学们，自强不息是刻在中华民族

血脉中的精神基因，更是我们这一代青年肩负的时代使命。它让我们在逆境中磨砺锋芒，在平凡中积蓄力量。愿我们皆以不息之志，自强不息，铸就青春之魂。当千千万万奋斗的你我汇聚成光，必将照亮民族复兴的壮阔前程，书写出最动人的时代诗篇。

青春如歌，不息为谱；岁月为卷，奋斗作笔，终以热爱落款，写就一生滚烫！

指导教师：范雪峰

教师点评：作者围绕“自强不息”主题，从清醒认知、持续实践到格局担当，层层递进，逻辑严密。论据典型，古今结合，既有历史厚度，又具时代温度。语言凝练，情感充沛，结尾富有感召力，展现了当代中学生深厚的人文素养与强烈的责任意识，是一篇充满青春力量的励志佳作。

神奇的彩虹桥

兴和县福瑞小学六年级(1)班 徐海鑫

夏天的午后，天空突然下起了大雨。我趴在窗户外，看着雨滴“噼里啪啦”打在玻璃上，像调皮的小豆子蹦来跳去。不一会儿，雨停了，太阳公公又露出了笑脸，我惊喜地发现，天空中出现了一座弯弯的彩虹桥！

七种颜色整整齐齐地排着队，红、橙、黄、绿、蓝、靛、紫，就像仙女姐姐用七彩画笔在天上画了一条彩带。彩虹桥的这头挂在我们学校的旗杆上，那头连着远处的大山，好像在邀请我去云朵上玩耍。我踮起脚尖使劲儿看，仿佛能看见彩虹桥上有一群穿着花裙子的精灵在跳舞，她们的笑声随着微风飘到我耳边。

妈妈说，彩虹是天空的魔法。我觉得它更像一座神奇的桥，把下雨天的坏心情都变成了甜甜的棉花糖。我好想沿着彩虹桥跑上去，摸摸软绵绵的云朵，看看太阳公公的胡子是不是真的金灿灿的。等我长大了，一定要发明一双会飞的鞋子，这样就能在彩虹桥上快乐地奔跑啦！

直到夕阳把天空染成橘红色，彩虹桥才慢慢消失。不过我知道，只要下次雨后太阳公公出来，它一定还会回来和我做游戏！

指导教师：尹桃

教师点评：这篇作文充满了儿童特有的想象力和天真烂漫的气息。文章语言活泼自然，口语化的表达贴近小学生的真实感受。

裂缝中的星光

兴和县第一中学470班 孙子浩

海明威曾说：“生活总是让我们遍体鳞伤，可是后来，那些受伤的地方一定会变成我们最强壮的地方。”生命恰似一面镜子，裂痕处往往透进最耀眼的光。那些在困境中倔强生长的灵魂，如同裂缝里迸发出的星光，以坚韧与勇气照亮人生的至暗时刻。

史铁生摇着轮椅驶入地坛时，命运的裂缝曾让他一度陷入绝望。双腿瘫痪、肾病恶化，接连的打击如同密不透风的囚笼。然而，当他在地坛的草木荣枯间思索生命真谛，当笔尖在稿纸上流淌出《我与地坛》的哲思，裂缝中终于透出希望的光芒。他用残缺的身体，道出了最为健全而丰满的思想，让无数读者在困境中汲取前行的力量。就像被风雨侵蚀的岩石终会长出顽强的藤蔓，史铁生在命运的裂缝里，培育出了震撼人心的精神之花。

敦煌女儿樊锦诗，在黄沙漫卷的莫高窟，用半个世纪的坚守填补文化传承的裂缝。初到敦煌时，艰苦的生活条件与陌生的研究环境，让这位北大才女面临重重考验。但她没有退缩，在洞窟里一待就是五十年，从青春少女到白发苍苍，她带领团队完成数字化保护工程，让千年壁画跨越时空与世人相见。在传统文化保护的裂缝中，她如同执着的拓荒者，以智慧与汗水凝聚成守护文明的璀璨星光。

裂缝，从来不是生命的终点，而是新生的起点。当爱迪生在数千次失败后发明电灯，当屠呦呦在数百次实验中提取青蒿素，当中国航天人在一次次挫折后实现飞天梦想，他们都在告诉我们：直面裂缝，才能让光透进来；穿越黑暗，方能拥抱星辰大海。

生活或许会给我们留下伤痕，但这些伤痕终将成为生命的勋章。愿我们都能做裂缝中的追光者，在困境中积蓄力量，让每一道裂缝都成为绽放光芒的窗口，以永不言弃的信念，书写属于自己的星辰传奇。

指导教师：尹娜

教师点评：这篇作文主题鲜明，以“裂缝中的星光”为喻，深刻阐释了困境中孕育希望、挫折中铸就辉煌的哲理。

林胡古塞之旅

集宁区新世纪小学四年级(2)班 袁宇翾

翻看手机相册，一张照片突然吸引了我的目光。那是今年暑假，妈妈带我去林胡古塞游玩时拍的，现在想起那天的经历，还是觉得特别开心。

当日上午，我们先去爬山。那座山又高又陡，是我以前从没爬过的难度！妈妈和几位阿姨才走了一会儿就累得气喘吁吁，慢慢落在了后面。我和几个姐姐却越爬越有劲儿，你追我赶地往前冲，没一会儿就跑到了山顶。站在山顶往下看，蓝天、白云、绿树、高山，远处的风景美得像一幅画。

顺着山路往下走，我们又来到了动物园。这里有好多动物：有着大大鹿角的马鹿，长得高高大大的鸵鸟，还有黑乎乎的大狗熊正懒洋洋地趴在地上晒太阳。我最期待的是大熊猫，可是正值中午，他们都睡着了，只能等下次再看了！

之后我们还去了水世界，买了好多纪念品。最难忘的还是玩水滑道。一开始我看着长长的滑道，心里有点害怕，妈妈鼓励我说：“勇敢一

点，咱俩一起滑，试过之后你肯定会喜欢的！”听了妈妈的话，我鼓起勇气坐了上去。滑道一开始有点快，我紧张得抓紧了拉手，转弯处有碰撞，我和妈妈不由自主地放声大喊，喊出声的那一刻，身体放松了、适应了，突然就不害怕了。风从耳边吹过，皮划艇在水上飞驰，特别刺激！没过一会儿到了终点，我心里的忐忑、害怕早就不见了，觉得自己变勇敢了，还想再玩一次呢！

那天虽然玩得满头大汗，身体也累得酸酸的，但我的心里装满了快乐。

指导教师：曹如敏

教师点评：文章按行程记林胡古塞之旅，爬山、观动物、玩水滑道鲜活，显快乐与成长，情感真挚。描写游玩细节生动，水滑道片段尤精彩，既展旅途乐趣，也显勇气提升，感染力强。以相册照片引入，叙事流畅，各游玩场景鲜活，满足童真快乐，读来轻松愉悦。

做糖葫芦

集宁区永安路小学三年级(4)班 郝梓彤

一个阳光明媚的周末下午，我刷着妈妈手机上的视频。视频里，那个人手持一串红彤彤的水果，熟练地蘸上那金黄透亮、宛如琥珀般的糖浆，眨眼间，一串令人垂涎欲滴的糖葫芦便呈现在眼前。看着屏幕里那仿佛触手可及却又虚幻的美食，我心中涌起一股强烈的冲动：我也要亲手做出这样美味的糖葫芦！

说干就干，我精心地采购了红艳艳的山楂、细长的竹签，还特意买了糯米纸。一切准备就绪后，我迫不及待地开始行动起来。

首先，我学着视频里的样子，找来一根油笔，像一个严谨的小工匠，轻轻取出笔后面的黑色小帽，将笔芯倒出，留下中空的笔管。我握着它，先在山楂那圆溜溜的“小屁股”上轻轻捅一下，再从山楂的顶端直直插下去，一个完整的山楂核儿就被我巧妙地取出来啦！

取完核后，我把山楂放进清水中仔细清洗。一颗颗山楂在水里就像一个一个红色的小汤圆在翻滚、游戏。清洗完毕后，我将它们放在阳光下晾晒，还时不时地给它们翻个面。在阳光的沐浴下，有的闪烁着细密的水珠，有的折射出淡淡的红晕，有的散发出阵阵果香。

晒去水珠后，我拿起一根竹签准备穿串，却发现问题来了：山楂上的洞太大，竹签穿进去，山楂立刻滑落了下来。这可怎么办呢？我急得像热锅上的蚂蚁，正在这时，我突然瞥见窗台上的一把铁丝，那铁丝不正是破解我燃眉之急的法宝吗！我用铁丝在山楂周围巧妙地缠绕一圈，还弄出两个小“翅膀”固定，这下山楂就像被施了魔法一样，乖乖地待在竹签上，再也不会“逃跑”了。

接下来是关键熬糖环节。我跑到厨房，取出白糖，用勺子小心

翼翼地挖了三小勺，放进一个小碗里，接着倒入一小勺水，然后将碗放进烤箱，关上门，定好时间。我紧紧地盯着烤箱，就像猫盯着老鼠一样专注。只见糖浆表面渐渐冒出了许多小气泡，宛如一群可爱的小露珠在糖浆中嬉戏。过了一会儿，小气泡变成了大气泡，如同一滴滴雨滴砸落，融合。又过了一会儿，原本洁白如雪的糖浆渐渐变成了诱人的金黄色，宛如夕阳的余晖。我知道，糖浆终于要大功告成啦！

这时，妈妈也过来帮忙。她小心翼翼地取出滚烫的糖碗，迅速拿起一串山楂，在糖浆中轻轻一蘸。霎时，山楂姑娘便穿上了一件晶莹剔透的外衣，格外娇艳迷人。趁着糖浆还没完全凝固，我和妈妈赶紧将穿好外衣的山楂姑娘们放入凉水中“冲凉”。

终于在一番忙碌后，山楂糖葫芦大功告成。看着一串串糖葫芦静静地躺在盘子里，就像一个亭亭玉立的公主，等待我去迎接她们。我的心里乐开了花，忍不住大喊：“成功了！成功了！”

我小心翼翼地拿起一串糖葫芦，轻轻咬了一小口，那甜甜的、酥酥脆脆的感觉瞬间在舌尖绽放，直达心间，简直和外面买的一模一样。我舍不得一下子吃完，拿着剩下的几串，像个怀揣珍宝的使者，迫不及待地冲出家门与好友分享。

指导教师：唐亚楠

教师点评：你的文字充满生活气息，尤其是制作过程中的细节描写，让读者身临其境。童趣盎然的实践过程描写生动，比喻运用巧妙增添画面感，让平凡的糖葫芦制作变得生动有趣。建议在保持童趣时，注意语言的连贯性。继续保持对生活的观察和记录，你的文字会更有感染力！



集宁区新世纪小学四年级(9)班 张婧然

今天想和大家分享读完《漫画应变思维》的一些感悟。

我之所以偏爱这本书，核心在于它没有用枯燥的理论讲“应变”，而是通过一个个生动的故事情节，把人际沟通、学习成长、生活实践里的难题拆解开，手把手教我们怎么思考、怎么变通、怎么果断做选择，让“随机应变”从抽象的能力，变成了能学、能用的具体方法。

书中最让我印象深刻的，是关于“请教被拒后如何化解尴尬”的内容。它点醒了我一个容易忽略的道理：被拒绝从不是“我不够好”的证明，每个人都有自己的节奏和选择，拒绝他人本就是一种正当权利，我们没理由去勉强。

所以当遇到当众被拒的情况，与其陷入失落或生气，不如试着换种方式应对：可以用一个坦然的微笑缓解现场的紧张，用一句轻松的幽默转移大家的注意力，也可以简单说句“没关系”，既体现对对方的理解，也守住自己的体面。这不仅是化解尴尬的技巧，更像是一种与人相处的智慧。

指导教师：孙艳华

教师点评：读后感紧扣书籍特色，结合具体案例谈感悟，条理清晰，既显书的实用，也见作者的思考，很棒。能抓住书中实用内容分享，语言真切，展现出对“应变”的理解，四年级学生有此感悟难能可贵。从书籍优点到具体案例再到收获，层层递进，写出真实感悟，体现出读书的收获与成长。

集宁区新世纪小学六年级(3)班 高家宁

当灯光亮起，走出《南京照相馆》的放映厅，我的心情久久不能平复，影片中的一幕幕仍在脑海中不断浮现。这部电影以独特的视角和细腻的叙事，将南京大屠杀这段沉重的历史搬上银幕，给我们带来强烈的心灵震撼和深刻的思考。

影片以1937年南京沦陷之后的一家照相馆为故事的核心，讲述了一群普通人在战火纷飞中，意外发现日军屠城罪证后与日军斗智斗勇，守护真相的故事。电影没有过多渲染战争的宏大场面，而是聚焦于这些平凡的小人物的命运起伏，让我们真切感受到战争对个体的冲击。

照相馆老金，他沉稳、坚毅，充满智慧。他不仅要保护家人的安全，还要在日军的眼皮底下策划守护底片的行动。他用自己方式，默默地为守护真相贡献着力量。他的每一个决策，都体现了自己对正义的执着和对国家的热爱。

“勿忘国耻，吾辈自强。”这不仅仅是一句口号，更是我们每一个人应当肩负的责任。让我们铭记历史，为实现中华民族的伟大复兴而努力奋斗，让历史的悲剧不再重演。

指导教师：赵彩艳

教师点评：读后感悟真挚，紧扣影片小人物守真相的情节，点出历史之重，“勿忘国耻”的觉醒感强烈。行文条理清，既评影片叙事，又赞角色精神，未句升华有力，尽显对历史的敬畏。精准捕捉影片内核，借角色与情节表震撼，家国情怀浓，是篇有深度的观后感。

征稿

欢迎全市各中小学校教师与我们联系，推荐您眼中的优秀作文、绘画和手工作品。作文要求：内容健康积极，主题鲜明，有新意，有文采，并需附有教师点评；绘画和手工作品要求：拍来的作品图片须端正清晰，美观大方。

投稿邮箱：375641265@qq.com

投稿微信：zmb-2333