

## 征稿启事

即日起,重庆晚报新增教育专版,长期征稿,包括但不限于教学心得、学校动态、学生作品等内容,欢迎供稿或提供线索。  
投稿请留下姓名以及联系方式。  
投稿邮箱:cqwbjyzb@163.com

## 下笔成章

## 那一刻,我长大了

鲤鱼池北大资源小学五年级1班 袁歆溟

## 教育闲思

等“一首歌的时间”  
就能见到“彩虹”

今天故事的主人公名叫阿星,他是一名阳光帅气的高二男生。在我班,他可谓众星捧月般的人物。

国际象棋全校冠军;外语节全场最佳男演员;同学老师都喜欢的语文科代表;班上不露声色的学霸……

你可曾想得到,一年前的他是怎样的呢——在班上的存在感较低,班级事务不主动,学习没有很强的上进心,作业质量也较差,还常常受到睡眠问题困扰。

从阿星父母处,我了解到,小学阶段阿星是“别人家的孩子”,收获无数胜利,是个能说会道的阳光男孩。在他步入初中前,经历了家庭崩塌,直至两年前父母离异。进入高中后,阿星和妈妈生活在一起。阿星拒绝妈妈的任何约束,稍有不满意就做出过激举动,比如辱骂母亲,打砸电视等。所以妈妈无法在学习和生活上对他进行要求和管理,导致孩子每个周末都沉浸在电脑、手机和电视中,用爸爸的话描述就是上个厕所都要把笔记本电脑带着,早上基本不刷牙,也不爱洗澡。除此之外,因为父母的感情问题,阿星最终也拒绝和爸爸交流。

自此,我就特别关注阿星周末回家的作业、娱乐,和父母相处等等情况。

有一天,偶然间从其他同学口中听到语文老师为了缓解气氛,抽同学给大家唱歌,这个被抽到的人是阿星。从此,班上就流传开了阿星堪称歌神的歌唱技巧。

这个消息犹如一剂电流穿过我的身体,这不就是我一直想找的那个契机吗?想要帮助一个人,甚至改变一个人,没有我想的那么复杂,或许,只需要一首歌的时间。

紧接而来的一次集体生日会,我提议让阿星正式上台唱一首歌。我本以为孩子会推脱,没想到阿星满口答应,丝毫没有犹豫,甚至问我是否可以自定曲目,我回答当然可以。我忘不了那时孩子眼中的光彩,忘不了脸上害羞但不胆怯的表情。最终,阿星选择演唱周杰伦的《彩虹》。果然,生日会上的歌声没有让人失望,阿星在台上拿着话筒的样子散发着别样的魅力,光芒初现。

之后,还是持续和阿星进行各种方式交流,但其低迷的情绪反反复复。

就这样,我们进入了高一下的学习生活。按照学校的德育规划,本学期有最令人期待的外语节。抓住这样一个契机,我鼓励阿星去竞争男主角。最后根据剧本,阿星获得了一个体育老师的角色。那段时间其实对于小演员们来说是很累的,课业与排练要同时兼顾。但是阿星的精神状态却出奇地好,有时走廊上遇到都是听见他嘴里念着英文剧本,我想这是一次好的调动积极性的机会。最终,我们班获得宝贵的一等奖。令人惊喜的是,众多演员中阿星凭借出色的表演获得最佳男主角。那一晚,班上的同学一起对着台上的阿星高喊“阿星,加油”的口号,阿星脸上的笑容从来没停过。表演结束,没有经过我的提醒,阿星和几个班上负责后勤的同学就主动将道具提前送回了教室。我满是感慨,原来情绪状态真的可以让一个人发生天翻地覆的变化。

从那之后,阿星像是变了一个人!比以前更成熟,更笃定,更坚强!

学习有了质的突破,考完试后还和同学火热地讨论着卷子上的试题;早餐刷卡记录变得规律起来;主题班会上畅所欲言,观点深刻;与爸爸关系缓解,主动提出让爸爸买个吉他送给他当作奖励。

这是阿星的故事,也不只是阿星的故事。阿星是这个时代由于家庭因素而产生问题的学生的缩影。问题学生常常会出现自我放任或自我放弃的表现,其实这正式他们内心深处渴望得到关爱的信号表达。这时,或许我们需要的就是等待“一首歌的时间”,就能见“彩虹”。

重庆外国语学校 李赫

开学的第一周,我感染了一种细菌病毒,导致咽喉肿痛化脓,连水都难以咽下,更别提吃饭了。因没怎么进食,输液时血管不好找到,导致我的两只手背,整整挨了7针!生病几天,我几乎不是在睡觉,就是在医院。

生病的第一天,我放学回到家,妈妈看着我精神状态不对,温柔的脸上多了几丝不安!亲切地询问我的病况是从什么时候开始的?“早上。”我低声无力地回答道。妈妈听后嗓门立马提高了几倍,语气愤怒又略微控制地说道:“那你为什么不早说?非要等到病严重了才说出来。”“早上我以为只是小感冒……”短短几句严厉的话语中,却包含着她对我的爱。

当我醒来时,躺在病床上的我也不知道打了多长时间的吊瓶。因妈妈为了我休息好,把病房的灯都关掉了。我迷迷糊糊地看见了妈妈的背影。后来,读到朱自清的《背影》,妈妈的背影在我记忆中永难磨灭。

凌晨一点,被妈妈温柔的声音轻轻叫醒,我倚靠在她身上离开了医院,拖着沉重的身体走在寂静的街道上,仿佛整个城市就只剩我和她了。我看着她眼角有了一丝皱纹,一头乌黑的头发中也夹杂着几根白发,我凝视着妈妈那略显沧桑的脸庞。此时此刻,我觉得自己长大了。以前我像一只无忧无虑的小鸟,一直心安理得地躲在父母的羽翼下,但却忽略了父母的羽毛也会越来越稀疏。

我逐渐清醒了一点,我们走到了公路旁打车。这一刻,我明白了成长的意义,是感恩,是相互理解,是承担……

指导教师:谭丽琴

## 峨眉山游记

曾凯鹏 重庆市第一实验中学高2026届1班

早就听闻了峨眉山的大名,我期待着能登上山巅去体会那“一览众山小”的气势。透过车窗,云中若隐若现的青绿通天身影逐渐向我展现着自然的面貌,心中的期望不免增加几分。

对山顶的期望过于强烈,以至于我对山脚下的风景并不抱有较大的期望。随着车辆驶入景区大门,空气似乎更清新了一些。正闭目养神,一阵水汽突然扑在我脸上,惊得睁开眼,随着车辆转过一个弯,潺潺小溪赫然映入眼帘。在城市生活习惯后,我对水的认识还未曾达到这番高度,水回到山林后,似才愿意将她的优美给展现。碧绿的水与岩石相撞,是柔与刚的融合,白色浪花在空中飞舞,是对刚柔并济的最好诠释。

带着浑身水汽,不由想起《小石潭记》中那沁人心脾的名句,又四处张望,的确,环境自是“青树翠蔓,蒙络摇缀,参差披拂”。下了车,我便迫不及待地奔向那“小石潭”。瀑布震耳欲聋的声音涌入耳中,循着那声音,我穿过郁郁葱葱的草丛,踩过长满青苔的石阶,忽然间,瀑布赫然映入眼帘,白纱悬挂于岩壁前,不断向下飘动,在底部又重新汇聚成水,向远处缓缓流淌,构成一副颇有意味的中国水墨。抬起头,周围陡峭的岩壁将多彩的颜色抹入画中,置身于画中,唯一能做的,只剩赞叹了。

天色渐晚,夕阳西下,所有生命在金黄的余晖中尽情挥发着最后一丝精力。在阳光所绘下的影子图上,万物都在舞动,伴随着似乐音的水声,她们在自然的舞台上争奇斗艳。在盛大落幕的终曲伴奏中,夜幕悄然降临,世间又归于沉寂,寂静得似那场舞会从未发生过。于是带着依依不舍,我也在黑夜中寂静下来,但在这如诗如画的仙境中,我又为心中山顶的模样添了一笔期望。

天刚蒙蒙亮,我就匆忙起程,天际的暗色又被曙光洗刷为乳白,万物都陆续醒来,我的热情也随之高涨,寒风也许刺骨,但依旧无法阻挡我前进的脚步。终于,看着最后一个台阶也被我征服,我站在山巅,但来不及喘息了,我匆匆向看台奔去。世界都被我踩在脚下,远处有零零散散的小点,也许是哪一座陡峭的山峰吧,但在缭绕云雾的包围中,我无法再观察到更多细节。看不到辽阔而壮丽的美景,固然有些失望,但想到昨天的所见所闻,这次定是不虚此行,又联想到我心心念念的目的地竟比不沿途的风景,不禁哑然失笑。

车辆在蜿蜒的山路上来来往往,上山时的风景现在又一幕幕重现,云雾被刺眼的阳光拨开,一切都豁然开朗。“有心栽花花不开,无心插柳柳成荫”,带着大自然给予我的谆谆教诲,我踏上了归途。

指导教师:程进

## 今日美术馆



## 白桦林

徐思齐  
南坪实验外国语学校  
四年级5班