

叶绿花香春满园

武陵源区第二中学创建绿色学校侧记

屈泽清 赵顺岗

计划、有安排、有总结、有检查，把创建工作纳入学校整体工作中。

学校以 文明班级 评比为突破口，制定《卫生管理制度》。为提高师生的节约意识，形成绿色生活观念，制定《节水、节电管理制度》。采取有效措施减少垃圾产生，实行校园垃圾分类处理，制定《武陵源第二中学垃圾分类管理制度》。

起初，大多数教师认为生态学校就是绿化校园，对生态文明学校的意义和内涵不够深入。学校利用例会的时间进行环境教育培训，提高教师对创建生态文明学校的认识；由教务处组织教师进行《生态课堂》的创建讲座，培养教师开展环境教育的能力和掌握环境教育的方法，要求各任课教师找准结合点，把环境教育融于教学设计中，在传授知识的同时，有机地渗透环境教育。

排球场、乒乓球、图书室、仪器室、录播室、电脑室及乡村学校少年宫的各类标准化功能室，实现了多媒体班班通，学校教学设施齐全。

在拥有一流硬件设施的同时，学校还非常注重校园环境的美化和绿化。有计划地购买花草树木进行种植。学生自发认领了绿植，绿化了教室环境。现在，校内校外绿树成荫，花开四季，学校成为了学生学习的绿园、花园、学园和乐园。

同时，学校投入数十万元改进食堂设备，采用更加环保的燃油、燃气方式进行食品加工；学生宿舍采用太阳能加空气能的方式为学生提供淋浴用水。

抓实管理 提实效

学校要求全体师生从自身做起，从身边事做起，养成自觉节约一度电、一杯水、一张纸、一粒米、一分钱的的好习惯，在全校形成以节约为荣、以浪费为耻的良好风尚。提倡教师双面用纸，对使用过的复印纸尽量进行再利用。

学校坚持开展文明班级评比活动，其中卫生检查项目所占比例较大，由少先队干部进行检查评比，每天一小结，每周一总结，每月一评比，极大地激发师生自觉维护校

园环境的热情。同时将创建绿色学校与志愿者团队建设相结合，成立生态环保志愿者团队，组织开展了清理河道、义务打扫街道、义务宣传劝导等活动。

强化渗透 拓渠道

学校要求教师要善于挖掘教材中的环境教育因素，找准结合点，在传授知识的同时，有机地渗透环境教育，让学生在潜移默化中树立起正确的环境价值观，获得环境保护的基本知识和技能，提高保护环境的自觉意识。为此学校要求教师备课中有10%内容体现环保教育，把环境教育真正落实到日常的教学工作，并做到持之以恒。

学校每周在开设一节校本课，使学生认识到环保的重要性，自觉保护生态环境。学校 校园之声 广播站《环保小卫士》栏目每周二下午五点准时开播，向全校师生传递生活中环保小知识，培养师生爱护环境、节约资源的意识。每年的春秋两季，学校都会组织学生深入大自然，到杨家界景区内进行热爱大自然、热爱家乡的生态文明教育。

此外，学校还通过班会课开展环境教育，每学期确定适合学生实际的 课程内容，有系统地进行教

育，让学生牢固的树立环保意识、生态意识、节能意识，逐步养成保护环境的自觉行为。实施课程整合，把环境教育融入到综合实践活动课程中。

开展活动 丰内涵

为陶冶情操，锻炼身体魄，增长课外知识，学校还兴建了绿色生态教育基地，分成六大块划分到年级组和班级，师生一起劳动，一起收获，锻炼动手能力，体验劳动的快乐。

同时，结合重要节日开展环保实践活动。每年 植树节，学校领导和全体师生一起参加义务植树活动，为树木挂牌，实施认养。此外，学校还组织学生开展 保护中湖母亲河 爱护环境，从我做起 世界地质遗迹认领综合实践活动 等课外实践活动，增强学生的环保意识，让学生更大程度地接触大自然。

少先队大队部还组织各中队开展以 告别陋习，做文明二中人 拥抱春天，播种绿色，放飞希望 清洁环境，美化校园 为主题的班队活动实践课，这些班队实践课形式多样、知识丰富、精彩纷呈，诠释着对自然的热爱、对环保的倡议、对绿色的追求，让每个队员都受益匪浅。

亲情传递

父爱如花

汪珍玺

父亲在省城做完手术，医生悄悄告诉我说：你父亲最多还有六个月时间。

父亲干了一辈子教育工作，一生勤勤恳恳，任劳任怨，不知吃了多少苦，还没来得及享受生活，却要面临如此大劫。妹妹不甘心，到广州拜访了一位老中医。老中医给父亲看了病，开了不少中药。从那以后，父亲一直吃老中医开的药。半年过去了，父亲还在，精神也好了很多。一年后，父亲到广州复查，老中医欣慰地说：只要坚持服药，你会慢慢好起来的。

身体好些后，父亲便爱上了种花。庭院之前就有些花草，大多是我以前种的，父亲后来栽了两株茶花。茶花栽在酱色的花钵里，茶花树不大，就尺把高，枝条稀疏，叶子也不多，几乎数得清。父亲在花钵里配上细细的黑土，看上去比较肥沃。尽管茶花树不大，但枝头已经长了一些像小宝石一样的花蕾。花蕾被叶子拥簇着，有的已露出点点红色，那是春的气息。

父亲精心养护着庭院里的花草，除草、施肥、喷水、剪枝、打药，父亲做得一丝不苟，院里的花草在他的培育下茁壮成长，显得勃勃生机。

我和父母没住在一起，父亲身体有所好转，加上有母亲细心照料，我也比较放心。平时，我会和妻子常回家看看，可以说是来去匆匆，至于庭院里的花草我就再没有怎么用心去呵护。

就这样慢慢过去了十个年头，父亲栽的茶花也已经长大。

去年正月初七，父亲又发病了，仅隔两天，父亲就走了。

父亲突然离世，给了我不小的震动，也让我们全家处于极大地悲痛之中。母亲安慰我们说：莫伤心，父亲走了，也就没有痛苦了，他是到天堂享福去了呢。

父亲走后，我常回去陪伴母亲。坐在庭院里，我静静地望着父亲生前栽的茶花树。树上仅有的两个花蕾不知什么时候开花了。一朵大的开得鲜艳明媚；小的那朵还没完全开开。见到茶花，我似乎见到了父亲，见到父亲开心地朝我微笑。那天，连日来阴郁的我顿时释然了。我拿出手机，拍下了那朵开得正艳的茶花，然后放到朋友圈，并写下一段文字：庭院花开。我爱花，因为花儿总是那么鲜那么艳。有花的日子，总是让人赏心悦目，神定气闲。

一年后，随着清明临近，母亲交代我提前准备香、钱纸、蜡烛等祭祀用的东西。日子越临近，我和母亲越是思念父亲。

那天，我回家给母亲做饭。吃完饭，我默默地坐在庭院里。也许是好久没有欣赏庭院的花草了，父亲栽的茶花长得枝繁叶茂，茶花开得十分鲜艳，一朵朵一族簇，姹紫嫣红，迷人极了；细细品味，庭院里弥漫着一股淡淡的花香。

兴奋之余，我叫母亲也来看茶花。母亲见到茶花，心情格外舒畅，说：去年茶花开得不多，今年的茶花开得又多又艳，真好看！看着眼前的茶花，想想远在天堂的父亲，我不由萌生出一首怀念父亲的小诗：

老父种茶三两亩，
细数已有十余栽。
岁岁花开竞相艳，
惹来春色满庭院。
今又绽放下一般，
花红朵大像牡丹。
春风万里只为你，
捎去吉祥报平安。

此刻，我隐约感受到了父亲的苦心：三月到了，清明节就要到了；三月，也正是茶花盛开的季节。为减少家人对他的思念，父亲早早栽下茶花，让茶花的鲜艳和清香带给我们欢喜和快乐，让我们忘记失去他的伤感。

我忽然明白：父爱如花！

业界风云

在武陵源区杨家界巍巍峰林之下，香子溪潺潺流水之滨，有一片极具土家族建筑特色的吊脚楼，这就是曾被媒体誉为“中国最美乡村学校”的武陵源区第二中学。

2010年2月，由原来中湖中学、中湖乡完小、天子山学校初中部合并而成，新建了武陵源区第二中学。学校始终坚持“文明、健康、砺志、好学”的校训，以“做有温度的教育，办有魅力的学校”为办学理念，秉承“绿水青山就是金山银山”的宗旨，把学校打造成“生态、环保、美丽、和谐”的花园式校园，成功创建张家界市2015年度绿色学校，2018年通过省级标准化学校验收，2019年获评湖南省第七批省级生态文明示范学校。

健全机制 提认识

学校成立了生态文明示范学校创建领导小组，明确各部门创建绿色学校的工作职责，率先学习有关理论，不断强化环保生态教育理念；制定开展环境教育、创建生态文明示范学校的计划，做到工作有

加大投入 美环境

科学合理的校园规划布局，良好的基础设施建设，整洁优美的校园环境，是生态文明学校最基本的标志和必要的条件。

在历届区委区政府的关怀下，借义务教育均衡发展推动力，学校建有400米环形塑胶跑道、篮球场、

育人笔记

现象篇之九

海格力斯效应(一)

李炳华

希腊神话故事中有位英雄大力士，叫海格力斯，一天，他走在坎坷不平的路上，看见脚边有个像鼓起的袋子样的东西，很难看，海格力斯便踩了那东西一脚。谁知那东西不但没被海格力斯一脚踩破，反而膨胀起来，并成倍成倍地加大，这激怒了英雄海格力斯。他顺手操起一根碗口粗的木棒砸那个怪东西，好家伙，那东西竟膨胀到把路也堵死了。海格力斯奈何不了他，正在纳闷，一位圣者走到海格力斯跟前对他说：朋友，快别动它了，忘了它，离它远去吧。它叫仇恨袋，你不惹它，它便会小如当初；你若侵犯它，它就会膨胀起来与你敌对到底。仇恨正如海格力斯所遇到的这个袋子，开始很小，如果你忽略它，矛盾化解，它会自然消失；如果你与它过不去，加恨于它，它会加倍地报复。

海格力斯或译为赫拉克勒斯、赫丘力士，是希腊神话中最伟大的英雄，相当于罗马神话中的赫丘利。宙斯与阿尔克墨涅之子。他神勇无比，完成了十二项英雄伟绩，被升为武仙座。此外他还参加了阿尔果斯远征帮助伊阿宋觅取金羊毛，解救了普罗米修斯等。有关他英勇无畏、敢于斗争的神话故事，历来都是文艺家们乐于表现的主题。

海格力斯效应通俗来讲，以其人之道还治其人之身。你跟我过不去，我也让你不痛快。它是指一对一的人际互动。这是一种人际间或群体间存在的怨恨相报、致使仇恨越来越深的社会心理效应。海格力斯效应会使人陷入无休无止的烦恼之中，错过人生中许多美丽的风景，再没有真正的快乐，再没有新的进步。

其实，人们受到恶性刺激时会产生良的情绪，让人陷入无休无止的烦恼之中，在现实生活中，这种情况也是比较常见的，因年龄的不同而程度不同，年龄越大越容易控制，甚至不在产生情绪的波动，但也不是年龄越小就越容易爆发。海格力斯效应最难以管控的是青少年时期的两个阶段，即初二阶段以及高二阶段。前者有部分孩子会提早到初一阶段，后者有部分年龄提早到高一阶段。究其原因，大致都是因为成长阶段跨越而产生的，属于成长必有衍生物：孩子从小学生到初中后，生理、心理亦即身体、思想各方面都有一个巨大的跨越，孩子们会突然发现发现自己不再是小学阶段的那个唯唯诺诺的小屁孩了，从前惟爸爸妈妈之命是从，那是因为他们还是孩子，没思想、太幼稚，现在不一样了，他们需要思想独立，有了思考一些生活现象的冲动，角色的转变会导致对于小时候“受压迫”的情绪有个释放的端口，每个孩子都有这样的想法。而对于老师也几乎有着同样的异曲同工，同学间的忍耐度与包容度也就变得比小学阶段“薄”了那么几毫米，海格力斯效应的到来也就不会显得太奇怪了。

进入高中情况大体相似，只是浓度与烈度会更深一步。尤其高二阶段对于哲学的涉猎，会让他们顿感自己需要有独立的人格，独立的世界观、价值观、审美观，应该成人，这一阶段是成长中的孩子海格力斯效应最危险的高发阶段，也是孩子们成长过程中的最后一个逆反期。处理得当会顺利度过，进入高三，聚精会神备战高考；反之这个逆反期或许会伴随整个高三，甚至个别的会延续到大学阶段。

(待续)

校园诗廊

炊烟 ,母亲的线

赵历程

连着游子的衣
把两地的距离缝补
炊烟，是根柔软的飘带
时刻束紧我流离的伤口

炊烟把母亲的呼吸拉长
炊烟里
有母亲的心酸
有母亲的眼泪
有母亲的呼唤

炊烟是母亲弯曲了的身板
比炊烟更瘦的怀念
常常使我失眠
仿佛母亲在梦里
用滚烫的声音喊

她一喊
就把我喊回了故乡
她一喊
把我喊成了童年
(作者系桑植白石学校退休教师)

校园风铃

在家里，她是妻子、母亲，让家中溢满阳光与温暖；在校园“疫”线，她是木兰、战士，呵护师生的平安与健康。她，就是慈利县零阳镇城北中学驻校医生 慈利县中医院的隆瑾。

医者情怀，践行初心使命。一个多月前，隆瑾接到抗击疫情命令，需要驻守零阳镇城北中学。尽管刚刚才从本院抗击新冠肺炎疫情一线撤下来，还没来得及及休息，但她秉承医者仁心使命，欣然领命，立即驻守到零阳镇城北中学，甘当一名普通校医，为全校师生的安全

保驾护航。

隆瑾是一名工作细心的医生。驻守这个多月来，她总是第一时间赶到学校门口值班，认真观察进校的每一位学生体温情况，把好第一道“关口”。白天，她与老师们一道认真摸排，记录整理人员信息，宣传相关的防控知识；晚上，加班梳理工作落实情况，制定第二天工作计划。这一个多月来，她给学校领导上课，让学校领导以更广阔的视野，去统筹部署学校全面防疫工

作；她给学校防疫专干做专题培训，让防疫专干对新冠病毒有了更清晰的认识，更好地做到科学防控；她给学生普及新冠肺炎疫情防控技能，让学生掌握科学的防疫技巧。她每天早出晚归，根本无暇照顾家人。家中两个年幼可爱的孩子，只能请保姆照顾。她说，此时此刻，孩子可以由保姆照顾，但学校师生的安全不能随便，我愿意当一名师生健康安全的守护者。

隆瑾是一名业务精湛的医生。

驻守城北中学的这些天来，她总是全力守护全校学生的平安健康，让学校和家长感到安心。谁发烧了，谁肚子疼，谁有呕吐迹象，她总是第一时间出现在学生面前，用她的专业知识给学生们带去平安。该校初三一名学生王某某，因为体温超过了37.2度在家隔离治疗，在家休息两天后体温恢复正常，想来学校复课。她严格遵守规定，丝毫没有松动，牢牢守住“防疫第一线”。

隆瑾更是一名爱心满满的医

妈妈 ,您为母则钢

胡浩宇

今天是母亲节 ,我想写一写

我的妈妈。因为妈妈的勤劳 ,使我拥有了幸福的家 ,因为妈妈的关爱 ,让我能快乐成长。

我的妈妈是一位普通的女人 ,个子高高的 ,一双明亮的大眼睛 ,喜欢扎个马尾辫 ,走路都带风。

在我的眼里 ,我的妈妈是个特别能干的女人。他会开大大小小的汽车 ,还做得一手好菜。爸爸经常不在家 ,妈妈白天要上班 ,晚上回到家 ,既要洗衣服 ,又要做饭 ,还要扫地 ,更要给我辅导作业。每当看见妈妈忙碌的身影 ,总觉得妈妈有做不完的事情。我特别心疼妈妈 ,妈妈真的很辛苦。

记得有一次 ,我半夜发高烧 ,爸爸又不在家 ,妈妈都急哭了 ,最后是她背着我这个约40公斤的小胖子去医院。我趴在妈妈的背上就在想 ,妈妈的力气这么大吗 ?不 ,不是的 ,是为母则刚 !

妈妈 ,您给予了我生命 ,无怨无悔的把我抚养长大。妈妈 ,您教会我来到这世上说的第一句话 ,教会我走人生的第一步路。

妈妈 ,您虽然也曾打过我 ,骂过我 ,但是 ,您所做的这一切 ,都是为我着想 ,您是想让我成为更优秀的孩子。

妈妈 ,今天是母亲节 ,我写这篇作文 ,就想对您说 :以后换我来关心你 ,照顾你。你陪我长大 ,我陪你变老。

我爱您 !亲爱的妈妈 ,感恩有您 !

(作者系张家界崇实小学南校机场校区三年级2班学生 指导老师 :吴波云)

寒窗夜话

医者仁心，疫路芳华

慈利县零阳镇城北中学驻校医生隆瑾素描

通讯员 满延锋 李红晖 黎运洪

驻守城北中学的这些天来，她总是全力守护全校学生的平安健康，让学校和家长感到安心。谁发烧了，谁肚子疼，谁有呕吐迹象，她总是第一时间出现在学生面前，用她的专业知识给学生们带去平安。该校初三一名学生王某某，因为体温超过了37.2度在家隔离治疗，在家休息两天后体温恢复正常，想来学校复课。她严格遵守规定，丝毫没有松动，牢牢守住“防疫第一线”。

隆瑾更是一名爱心满满的医

生。自新冠疫情发生以来，为了支持慈利县中医院医生赴武汉一线抗疫，她慷慨解囊，响应号召，捐款1万元，以实际行动践行着一个入党积极分子的觉悟与职责。该校198班学生王某柱，父母离异，家庭非常困难。但该生学习成绩优异，学习自主性强，是学校里公认的学霸。隆瑾得知该生的具体情况后，当即为他交完本学期的伙食费，并承诺如有需求，她愿意资助他直到毕业。她常说，把钱花在应该花的地方，这才是人生该有的意义。

如今，战“疫”还在继续，考验依然严峻。我不是英雄，这是我的职责和使命，作为一名校医就要保护全校师生安全，让大家都安心。隆瑾满脸坚毅地说道。