

山高学为峰 文明浸校园

慈利县高峰土家族乡中学速写

黎运洪 代云辉 李红英



鸡蛋浮起来啦

杨云朵

哇，好神奇，鸡蛋浮起来啦！教室里炸了锅，同学们惊得只差掉了下巴。

原来，我们的班主任尹老师给大家做了一个特别神奇的实验。

熏陶人。一年一度的校园文化艺术节、科技创新大赛等培养学生创新能力于潜移默化之中，艺术情操不断得到升华；以校园文化建设为蓝图，积极开展班级文化建设，经典诵读、课外阅读等系列读书活动，让书香校园的氛围不断浓郁，每位学生都能在好读书、读好书、书读好的环境中孜孜不倦地汲取文明的营养；耗资近2000万先后新建的高标准教师文化广场、泊心苑等熏陶师生言行文明的校园文化基础设施，让校园温馨如家。如今，走在校园里，会不时遇到彬彬有礼向你问好的学生，与人温暖无比。

雄关漫道真如铁，而今迈步从头越。高峰土家族乡中学已成慈利县土家儿女的一张名片、教育的一面旗帜、湘西北的一颗灿烂明珠，也正朝打造张家界市一流、湖南省知名的农村品牌学校而努力奋斗。



业界风云

无需提醒的自觉 言行文明熏陶人

5月24日，午间休息，高峰土家族乡中学的后花园泊心苑内，学生们正三三两两的捧着课本，徜徉在学校繁花簇拥的花园内，让人为之心旷神怡。

近年来，该校积极开辟第二课堂，深入开展活动训练健美教育新模式，不断丰富师生校园文化生活，通过改善学生言行文明来

与时间赛跑

双雅琪

听！是什么在滴答滴答的响？看！是什么在像风一样的跑？

是它们，它们是成群结队的，有许多对双胞胎，有一个胖子，有一个瘦子，还有一个不胖不瘦的，它们好似一家人。

它们就是时间。

它们是奔跑者，奔跑是它们的工作。每天它们都在奔跑着，奔跑就是它们的一天。有一天，瘦子对胖子说：胖子，你说，我们为什么要天天这样奔跑呢？这样多无趣啊。胖子回答说：因为这是我们的工作啊。工作？那谁给我们发工资呢？胖子不知道怎么回答了。过了好几天，一个不胖不瘦的从胖子身边经过，胖子问它：嘿，你知道我们为什么要天天这样奔跑呢？那个不胖不瘦的回答说：因为这是我们的工作啊。那谁

给我们发工资呢？那个正在看着我们的人啊。不胖不瘦的指着一个人说。那个正在看着我们的人？胖子疑惑地问。对呀，你没有看见你才跑一圈，他却做了好多事情，感觉他

好像在和我们比赛吗？他每跑赢一段，就会给我们发工资。那我们不要跑了，这样他就

会赢了，赢了我，们就有工资了。不行，我们要是不跑了，他也就不会跑了，所以，他只有和我们赛跑才会赢。不胖不瘦的那个说。

可是有一天，它们感觉到那个人有点不开心，为什么呢？原因只有一个，那就是没跑赢，因为某个事情耽误了时间，而导致他没跑赢。它们知道，在这个时候，应该是那个人去参加考试的时间，但他没有赶到，就因为这一次，那个人不仅没有跑赢，它们也没有得到工资。过了很长很长一段时间，它们看见那个人又出现在了它们的眼前，重新振作了起来，打算再与时间赛跑一次。这一次好像赌上了性命，但不过这次成功了，赢了，他赶上了时间，跑赢了时间。它们为他感到高兴。而这个他就是我们，就是小小的小我们。

只要我们不放弃，肯坚持，没有什么是我们不能战胜的，没有什么困难是能够阻挡我们的，所以，一起与时间赛跑吧！

(作者系桑植县思源实验学校1804班学生 指导老师：向晓波)



寒窗夜话



校园诗廊

大风车

写给孩子们的诗

黄伟

我也是一只勇敢的大鸟虽然不会飞高却坚定地挺立在一个地方

不要说我笨有时我踮起脚尖会跳出旋转的芭蕾

不要说我懒有时我张着翅膀正把蓝蓝的天空守望

也不要嫌我的力量微不足道我会提水灌溉还会碾磨谷物

吹向我身上的每阵风都是看不见的羽毛



做最好的自己

李水荷

舞蹈动作，到了周末加练，一练就是十几个小时。有时，我想放弃，但一想到老师和同学们对我的信任，那打退堂鼓的念头也就烟消云散了。

终于到了比赛的日子，同学们在台下加油打气，老师也鼓励说不要紧张，只要做到最好的自己就行了。我走上舞台，在优美的音乐和绚丽的灯光下，我熟练地跳起了已经练习过上百遍的舞蹈动作，整个比赛过程中没有出现一丝一毫的差错，台下即刻爆发出了热烈的掌声。

结果出来了，激动人心的时刻终于到了。第一名主持人故意顿了一下，我感觉自己的心跳得更快了，然而在这热烈的掌声中，我却高兴不起来，因为，第一名不是我。

回到班上，大家用热烈的掌声欢迎我，可是那一刻我的眼泪却实在忍

不住，落了下来。我快速回到自己的座位上，低着头。同学们似乎发现了什么，于是不再鼓掌，而是围过来安慰我。我说：我没有拿到第一，没有能为班级争光，辜负了你们对我的期望。他们马上都笑了，说：

没关系呀，你已经很棒了，是我们班级的骄傲！这样，聚集在我心中的乌云似乎就此散开了。

后来，当我再次经过教室里的红布幅时，突然想起了这件事，一种顿悟的感觉，让心灵受到了极大的震撼。不做闪耀的别人，只做最好的自己！我豁然开朗，瞬间冰雪消融，春暖花开。

人生其实就应该这样，如果你不能成为大道就做一条小径，如果你无法成为太阳就做一颗小星星，如果你无法成为大海就做一条小河。生命需

要不停地奔跑。将来的自己，你一定要记住，不做闪耀的别人，只做最好的自己！

(作者系张家界市一中1801班学生 指导老师：张婷婷)

灵犀一点：这是一篇期中考试的满分作文。作者李水荷曾多次在本报亮相，上初中后，勤写苦练，作文水平愈发精进。文章开门见山，开篇点题，统领全文，前后照应，贯穿始终。结尾修辞手法用得恰到好处，画龙点睛。作文在考试限定的时间里完成，一气呵成，难能可贵！不做闪亮的别人，只做最好的自己。愿同学们以此共勉。

到了下午，电闪雷鸣，乌云密布，天上下起了蒙蒙细雨。它们急得直跺脚，幸好小毛虫记得有蛋壳，不然就是落汤鸡。

天黑了，星星困得眨眼，小虫子们要睡觉了。月儿姑娘为它们弹奏着乐曲。这真是一个美妙的故事啊！

(作者系桑植县金海实验学校二年级X1801班学生 指导老师：章钟萍)



成长故事

绿色葱茏的5月，走进慈利县西北部的高寒山区学校高峰土家族乡中学校园，一面厚德律己，笃学善思，健身静心，博采众长的校训墙立马跃入眼帘，令人顿感精神振奋。

长期以来，该校坚持以人为本、以德育人的办学理念，始终把安全教育、养成教育放在首位，努力营造校园文明氛围，搭建校园立体育人环境，先后被湖南省共青团省委、省教育厅、省少工委授予两型学校先进、两型中(小)队、雷锋中队等殊荣，被省教育厅评为省级生态文明示范校、省级安全文明示范校，是张家界市首批文明校园，2020年5月再次被省人民政府评为民族团结进步模范集体。

以约束为前提的自由 制度文明管理人

亲爱的老师们，请有意参加今年评选优秀老师的老师们按照优秀评选制度准备好相关材料迅速提交到评审小组

今年4月初，在高峰中学初三年级开学后不久，学校教师微信群里流传了这样一条普通而温馨的提示。这

马克·吐温听牧师演讲时，最初感觉牧师讲得好，打算捐款；10分钟后，牧师还没讲完，他不耐烦了，决定只捐些零钱；又过了10分钟，牧师还没有讲完，他决定不捐了。在牧师终于结束演讲开始募捐时，过于气愤的马克·吐温不仅分文未捐，还从盘子里偷了2元钱。而这种由于刺激过多或作用时间过久，而引起逆反心理的现象，就是“超限效应”。

超限效应反应了几个问题：1)以自我为中心；2)没有注意方式、方法；3)没能注意适度的把握；4)没有换位思考。

超限效应发生在家庭教育中时常发生。如：当孩子不用心而没考好时，父母会一次、两次、三次，甚至四次、五次重复对一件事作同样的批评，使孩子从内疚不安到不耐烦最后反感讨厌。被逼急了，就会出现

我偏要这样的反抗心理和行为。因为孩子一旦受到批评，总需要一段时间才能恢复心理平衡，受到重复批评时，他心里会嘀咕：怎么老这样对我？孩子挨批评的心情就无法复归平静，反抗心理就高涨起来。可见，家长对孩子的批评不能超过限度，应对孩子犯一次错，只批评一次。如果非要再次批评，那也不应简单地重复，要换个角度，换种说法。这样，孩子才不会觉得同样的错误被揪住不放，厌烦心理、逆反心理也随之减低。超限效应不光是家庭教育中常常发生，在学校教育中也时常发生，拖堂就是一例。这是时间上过度的超限效应。此外，还有内容过量、同一重复等的超限效应。这些效应的结果都使学生的神经细胞处于抑制状态，从而影响了学习的效率。

处理原则一：批评之后要鼓励。

俗话说：打一巴掌，再给一个甜枣。尽管这个巴掌不能随便打，但为了今后家庭教育工作的开展，既然打了，给与不给甜枣的效果肯定会不同。有关调查显示，在被父母批评之后，75%以上的会产生怨恨心理与自卑心理；其中又有20%左右的孩子会因为怨恨心理与自卑心理而影响学习质量。相反，如果批评者能够在批评之后对孩子进行一些心理安慰或鼓励，产生自卑心理的孩子人数将下降至10%以下，且被批评者中90%以上的孩子能够有所改进。由此可见，在对孩子的错误进行批评之后，适当地给予鼓励是非常必要的。原则二：不要捕风捉影去批评。有的父母在批评孩子的时候，并不是因为见到了孩子的某种不当言行，而是因为听到了其他渠道的反馈信息而进行了批评。在这一点上，笔者曾有切身的经历：一次，有位家长满脸忧郁地告诉我，说对孩子最近的情况十分不满，并说忍无可忍动手打了孩子。事后，我通过了解发现完全冤枉了孩子，也就此引发了孩子的逆反情绪，非但没有起到教育人的作用，还无形中伤害了孩子。原则三：学会运用幽默式批评。含蓄而幽默的批评，会让受批评者更愿意接受，这比那些生硬而直接的批评要有效得多。因此，当你怒不可遏的时候，不妨先做一下深呼吸，然后再试试幽默批评的效果。

有一次，学校举办了一次跳舞比赛，同学们把我推举了上去，老师对我也非常信任，于是，我就代表我们班参加了大赛。为了不负众望，在每天高压力的学习之外，还要练习几小时高强度的