

是身体的历练 更是心灵的洗礼

500多名师生 环东钱湖 毅行28公里

11月19日,宁波市正始中学500余名师生沐浴秋色,踏上了环东钱湖远足毅行之旅。从学校启程,途经宁波书画院、小普陀、上水露营基地、韩岭美术馆,最后返回校园,师生们花费9个小时徒步28公里,用脚步丈量校园周边的土地,献礼学校90周年校庆。

□现代金报|甬派
记者 王伟 通讯员 周明敏

“九秩辉煌,正始长青,致敬校庆,从我做起,从现在做起!”当天上午7:30,同学们从陈吉玲校长手中接过校旗,满怀兴奋和决心,在老师与家长志愿者的陪同下,浩浩荡荡踏上远足的征程。他们沿着预定路线一路向前,有时轻声交谈,有时引吭高歌,用眼睛记录秀丽山水,以脚步丈量寸寸土地。

午间,同学们在休息点开展了传声筒默契大考验、齐心接力、纵横天下才艺大比拼等丰富多彩的团建活动。“人生正始,伟业我待,从严求实创新,莘莘学子铭记心上……”《我爱你中国》和校歌《人生正始》全场大合唱将气氛推向高潮。同学们挥舞手中的五星红旗,用嘹



同学们在行走中。

亮的歌声唱响爱国之情,以自己的热情为学校90周年校庆献礼。

旅程并非一帆风顺,途中有欢声笑语,也有疲惫与汗水。返程时,同学们脚步略显蹒跚。有的同学脚底起泡,有的捡起路边的树枝作支撑,还有的同学相互搀扶着向前,但大家没有停下脚步,彼此激励,坚持前行。

校长陈吉玲介绍,“28公里东钱湖环湖徒步”是正始中学一项传统活动课程,也是学校开展社会实践活动、促进素质教育的重要组成部分。通过徒步活动,让学生亲近自然,感受东钱湖畔的美景,在行走中体验跋涉的艰辛,品尝胜利的甘甜,锻炼体魄、锤炼意志,提高实

践能力与团队凝聚力。

一起徒步的家长志愿者们也颇有感触。210班严思瑜的爸爸当晚写下了《28公里徒步有感》,他说:“与孩子们一同完成28公里徒步,是一场身体的历练,更是心灵的洗礼……我看到了孩子们的坚韧。那疲乏移动的身影,蕴含着巨大的能量。这一路,也是成长的课堂。孩子们学会了团队合作,有人体力好就放慢脚步陪伴弱者,有些孩子在歇息间快乐分享食物。他们开始理解坚持的意义,懂得目标并非遥不可及,只要一步一个脚印,目标就会实现。这次徒步,我们共享疲惫与欢乐,我见证了孩子们的蜕变。”

师生们徒步15公里 宁海这所学校已坚持9年

口号、唱着班歌,斗志昂扬,展现出初中生的青春风采。

九(2)班叶峻魁同学是扛旗手之一,他说:“去年的那一场拉练仿佛还在昨天,那一次拉练让我明白团队和坚持的意义。这一次,作为学校的扛旗手,我更感责任之重,我要为学弟学妹们做好榜样!”

一路上,有些同学因行李太重,行走起来有些吃力,但在班级同学的鼓励和帮助下,他们咬牙坚持;有些同学稍显疲惫,双腿发颤,但看着大部队的笃行不怠,他们也不甘落后。一路上,大家相互鼓励、相互协助,不畏艰难的坚持引得过路村民纷纷侧目点赞。

距离中点长山主村还有一公里时,同学们的步伐慢了下来,刚出发时的新奇与笑语也不见,显然,同学们累了。老师们有序组织学生原地休息,并不断地鼓舞大家。短暂的休息后,同学们恢复了些精气神,一公里的距离很快走完,到了目的地,同学们卸下沉重

的背包,在草坪上休息,班级之间开展了拉歌、讲故事、跳舞等文艺节目表演,为此次拉练增添了不少乐趣。

行百里者半九十,回程之路漫漫,但同学们的步履比来时更加坚定。途中,同学们有说有笑,互相鼓励,互相关怀。有些男生主动帮女生背起了书包,有的女生主动给男生递上了纸巾,此时清水映斜阳,温馨又和谐。

七(1)班邵睿智同学说:“我刚刚听到15公里几个字就不想去了,但老师说这是一次别样的体验,果然有点累!这是一次极限挑战,我庆幸自己参加了,我证明了我自己!”

校长陈伟利说,胡陈中学的拉练活动已坚持9年,参加拉练是师生们共同的宝贵经历,它既是一场挑战自我的活动,更是一段值得回味的幸福时光,“它会激励着一代又一代的胡中学子在未来之路上披荆斩棘,砥砺前行!”

智能回收、好物共享 积分兑换…… “小罐回收”升级了

“我们的账户有达善币啦”“走,一起去达善驿站看看能兑换什么”……11月22日,在余姚市东风小学教育集团东风校区,同学们围在校园一角的“大家伙”前热闹讨论着。

这个“大家伙”是智能回收设备。原来,这所小学把坚持了20多年的“小罐回收”更新升级为集“回收、循环、利用”为一体的“达善驿站”绿色系列活动,通过智能回收、好物共享、积分兑换等达善行动,增强孩子们的环保意识、共富观念和社会责任感。

□现代金报|甬派
记者 樊莹 通讯员 鲁洁 周亚亚

每年秋季开学,余姚市东风小学教育集团都会举行“小罐儿回收大行动”。背着书包来上学的孩子们,每人手上会拎着一袋空瓶,等待着在回收仪式上送出。孩子们叫这些空瓶为“小罐”。每个人的小罐,有的积攒了一个暑假,有的甚至积攒了一年。“小罐”统一回收后,所得资金捐入学校红领巾爱心基金,到目前为止已累计捐款20余万元,用来帮助特困生、结对学校等。

如何把“小罐回收”这件事做得更加日常化?“从宣传到实践,从学生辐射家庭、社区,从小小易拉罐到垃圾分类,我们不断借力,在改进中迭代。”余姚市东风小学教育集团党总支书记叶建松表示,此次达善驿站的正式启动,不仅意味着学校迈向绿色生态、和谐共生新时代,也是学校给予孩子们最珍贵的礼物。孩子们能随时随地进行分类,养成文明健康、绿色环保的生活方式。在这里,每一个同学都能成为绿色生态的守护者,收获知识和成长,并吸引更多人的加入。

据悉,学校“达善驿站”绿色系列活动由日常分类收集、自主投放回收、积分兑换共享三大块组成。同学们可以提前在家里对可回收物进行正确分类和整理,随后在回收兑换的这一天,带上专属自己的二维码卡片,到自动回收柜完成自主回收,这样账户上会获得相应的达善币。

之后,累积到一定数量,孩子们能在驿站兑换自己喜欢的东西,可能是文创用品,也可能是“一张草坪音乐会的门票”“和校长共进午餐”“和最要好的朋友做一天同桌”等小心愿。

初次体验后,同学们很激动。506班周逸轩说:“现在,学校垃圾回收的方式更智能、先进,除了瓶瓶罐罐,我们还能把家里的废旧硬纸存下来进行回收,从中养成从小事做起、从身边做起的好习惯,共同保卫家园。”



孩子们兑换物品。



拉练队伍途经村庄。

本报讯(现代金报|甬派 记者 钟婷婷 通讯员 王宁)为了磨炼学生意志,增强学生体魄,11月22日,宁海县胡陈中学开展了“挑战极限,百炼成钢”为主题的15公里拉练活动。

拉练活动环绕胡陈乡中堡溪村展开,从学校出发,沿东张村至中点长山主村,在中点休整之后,沿上郑村至终点学校。全校7个班级,师生近300人共同参加了此次活动。

国旗下,胡陈中学校长陈伟利做了动员讲话并开启了授旗仪式,随后,七大方阵正式起程。一路上,同学们身姿挺拔,精神饱满,按照规划路线有序前进。途中大家喊着