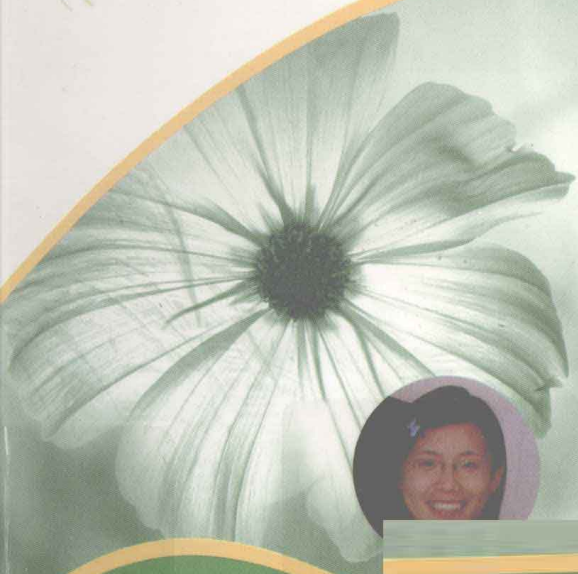


生活 Laws of life 的准则

——2010获奖作文集锦



《生活的准则》鼓励学生们对日常生活进行观察和体验，让学生谈生活、讲真话、悟真情，通过内省将自己的感受用文字记录下来，从而感悟和明确我们社会生活中的基本道德规范和行为准则，并倡导将其作为一生的信念。

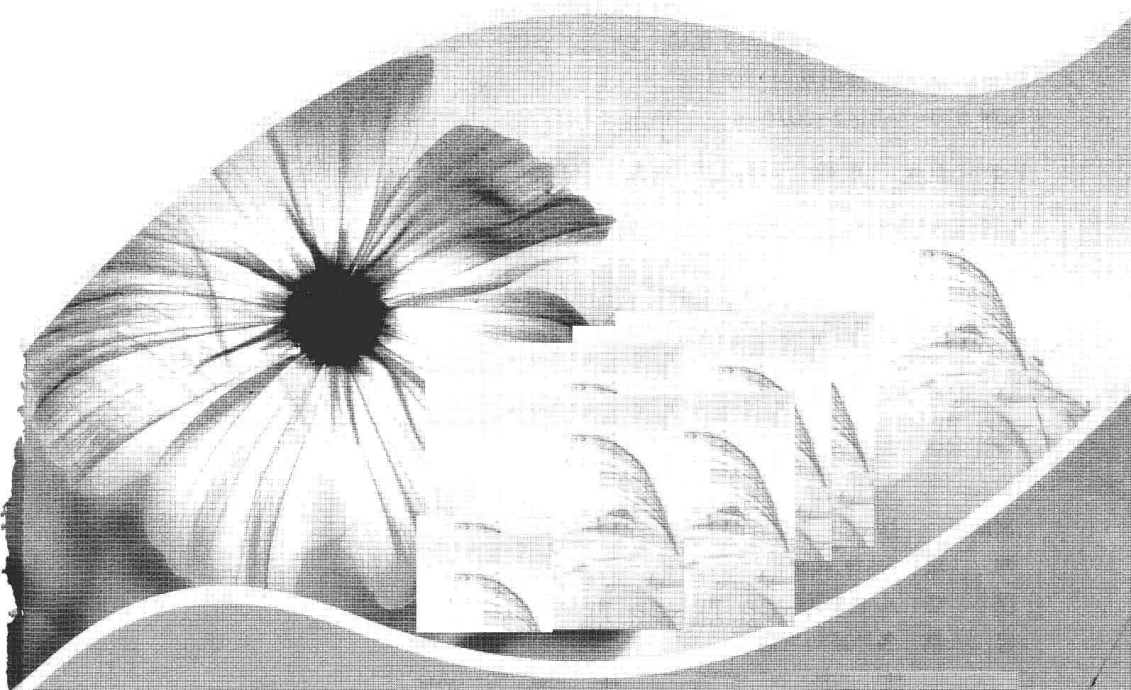
中华人民共和国教育部部长 袁贵仁



印刷工业出版社

生活 Laws of life 的准则

——2010获奖作文集锦



印刷工业出版社

内容提要

本书汇集了北京、上海、四川、浙江等地区参加“生活的准则”征文比赛的中小学生优秀作文，分为小学篇、初中篇、高中篇、中职篇及辩论篇，另外，还收录了相关教师和学生对此活动的切身感言。作品内容涉及小作者生活众多方面，角度新颖，佳作纷呈。从这些优秀的文章中可以看到中小学生对自身人生观和世界观的思考及道德现状，从而和小作者们一起思考，共同成长。

图书在版编目(CIP)数据

生活的准则——2010获奖作文集锦/《生活的准则——2010获奖作文集锦》编委会编.
—北京:印刷工业出版社,2011.2

ISBN 978-7-5142-0074-4

I. 生… II. 生… III. 作文—中小学—选集 IV. H194.5

中国版本图书馆CIP数据核字(2011)第043029号

生活的准则——2010获奖作文集锦

《生活的准则——2010获奖作文集锦》编委会 编

责任编辑:陈媛媛

责任校对 郭 平

责任印制:张利君

责任设计 张 羽

出版发行:印刷工业出版社(北京市翠微路2号 邮编 100036)

网 址:www.keyin.cn www.pprint.cn

网 店://shop36885379.taobao.com

经 销:各地新华书店

印 刷:河北省高碑店鑫宏源包装印刷有限公司

开 本:880mm×1230mm 1/32

字 数:280千字

印 张:10.625

印 数:1~7800

印 次:2011年3月第1版 2011年3月第1次印刷

定 价:30.00元

I S B N : 978-7-5142-0074-4

◆ 如发现印装质量问题请与我社发行部联系 发行部电话:010-88275707

编委会名单

(按姓氏笔画排序)

北京：	王立新	王永平	王 颖	牛亚玲	田华新
	齐亚静	刘 侠	刘宇新	李婉华	刘 媛
	闫克雄	闫丽红	季 青	金 利	赵凤文
	张柳静	杨 华	杨进华	贾爱武	姜荣环
	蒋 凤	崔 化	韩 娟	甄秀凤	董 晨
上海：	丁永章	王伟杰	王洪明	冯秋萌	朱尚忠
	严 英	李正刚	李国强	李金林	李金瑞
	李 峻	何 康	张威兴	陆正芳	陈镇虎
	秦 红	秦德英	高永平	徐本亮	戴耀红
成都：	戈 峻	石 明	李书忠	刘胃人	桂 浩
	黄 明	熊小立			

序 言

翻开《生活的准则》文集，一篇篇反映学生对道德生活准则认识的作文映入眼帘。与理论工作者相比，孩子们的作文的确显得幼稚，但却是来自他们日常生活中的道德体验，充满真情实感，读起来十分亲切、感人。

青少年是祖国的希望和未来，他们的思想道德状况直接关系到中华民族的整体素质，关系到国家的前途和民族的命运。正因如此，党和政府号召全社会必须高度重视未成年人的思想道德建设，并把加强和改进未成年人的思想道德建设作为社会主义精神文明建设的极其重要的内容，置于十分突出的位置。

青少年的主体是广大在校学生，中小学时期又是青少年思想道德形成与发展的关键时期。这一阶段的思想道德教育是否行之有效，对于青少年正确选择人生道路，正确认识社会，正确处理个人与社会的关系，提高自身素质，学会做人、学会做事，成为一名合格的社会公民，都具有十分重要的意义。然而，在这一阶段，如何把思想道德教育落到实处，如何采用生动活泼的教育形式，如何让学生乐于参与、获得真情实感，如何避免“思想道德教育总是说一样的话、喊一样的口号”，如何发挥学生自我教育的功能，这些问题一直困扰着教育工作者，在实践中尤其难以解决。北京市教育学会中学思想政治课教学研究会和世界青年成就组织联合举办的“生活的准则”作文竞赛，鼓励学生对日常生活进行观察和体验，让学生谈生活、讲真话、悟真情，通过内省将自己的感受用文字记录下来，进而感悟和明确我们社会生活中的基本道德规范和行为准则，并倡导将其作为一生的信念，应该说，这是落实《中共中央国务院关于进一步加强和改进未成年人



《思想道德建设的若干意见》精神、探索社会教育和学生自我教育相结合、促使社会各方面都关注未成年人健康成长的一次成功尝试。一篇篇充满真情实感的短文，表达了学生对美好道德生活的期盼、对现实生活的反思、对社会道德规范的认识。这种教育活动，突破传统道德说教的形式，把学生作为道德教育的主体，扎根于学生真实的道德生活，体现了思想道德教育要回归生活、关怀生活、指导生活的教育理念。

这次“生活的准则”作文竞赛，得到了一些企业和社会团体的热情支持，反映了社会各界共同关心青少年健康成长的良好发展趋势。在此，也对关心和支持青少年健康成长的有识之士表示敬意和谢意；希望更多的企业和社会团体加入到加强和改进未成年人思想道德建设的工作之中，社会各方面共同努力，携手并进，共同为营造一个适合未成年人健康成长的社会环境，为全面建设小康社会、实现中华民族的伟大复兴作出积极贡献。

中华人民共和国教育部部长

袁贵仁



开展道德实践活动，
培养乐观向上的生活
态度。

吴 锋

二〇〇四年十月

关于国际青年成就

国际青年成就（Junior Achievement，简称 JA）是全球最大、发展最快的非营利商业和经济教育组织，旨在激励和帮助青少年在全球经济中获得成功。

JA 中国是一个公益性的非营利教育组织，成立于 1993 年。JA 中国的使命是通过与工商界和教育界的合作，开展并推广以原则为核心、以互动性为特色的商业和经济教育，培养中国青少年的品格、创造力和领导力。

作为连接教育界和工商界的桥梁，JA 中国与学校合作，为学生提供免费的课程，与企业合作招募志愿者并获得资金支持。目前，JA 中国在北京、上海、广州、天津、成都、苏州和香港等地 500 余所大、中、小学校开展 20 余种课程和活动。这些课程和活动主要专注于商业、创业、理财教育、就业准备和品格培养。在 2009 ~ 2010 学年，超过 70 万学生参与了 JA 中国的课程和活动。17 年来，超过 100 万的学生从 JA 中国的课程中受益。

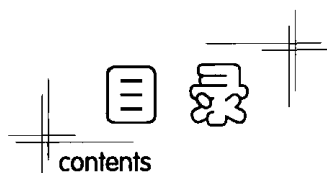
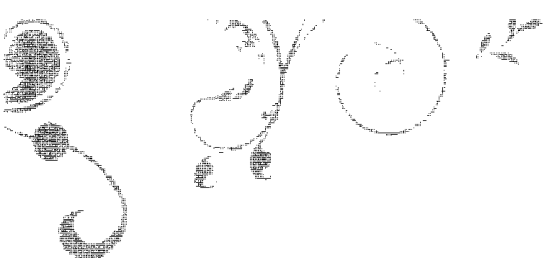
欲了解更多信息，请访问 JA 中国网站：www.jachina.org

关于 “生活的准则” 活动

“生活的准则”是一项在全球广泛开展并且影响深远的活动。在教师的指导下，学生将从打动自己内心的生活经历入手，用自己的语言来讲述对他们最为重要的观念和原则，深入思考、探寻并且形成将影响他们一生的积极的个人价值观。教育部部长袁贵仁称赞该活动“是落实《中共中央国务院关于进一步加强未成年人思想道德建设的若干意见》、探索社会教育和学生自我教育相结合、促使社会各方面都关注未成年人健康成长的一次成功尝试。”

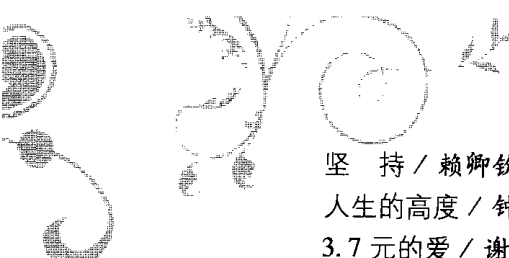
自2004年，由JA中国主办，与北京、上海和广州等教育部门的共同合作下，该活动已被纳入参与学校的德育课中。它通过循序渐进的方式帮助学生与家长、教师之间进行深入交流，让孩子在交流和反思的过程中实现心灵的成长。

这一活动的开展得到了教育部门的广泛认可和支持。国家教育发展研究中心主任张力不仅为征文比赛作品集作序，并出席了颁奖活动，为获奖学生致辞：“让我感动的是，这些中学生自主地展开了道德反思，思考着怎样做人，这在举国建设社会主义和谐社会的环境中，显得特别合拍……‘生活的准则’的讨论有着千千万万的理由要办下去，更多的中国青少年中学生一定会陆续加入进来。”



== 小学篇 ==

- 坚持,彼岸灯火辉煌 / 赵琦伟(2)
- 低碳生活的准则 / 高山美(4)
- 诚信 / 李悦(6)
- 黑暗中的光明 / 李子琳(8)
- 一杯牛奶中的爱 / 郭文尚(10)
- 安迪“教”给我的 / 张婷艾(12)
- 生活的准则——绽放责任之花 / 王宇然(14)
- 生活的准则——遵守法规 / 缪馨睿(16)
- 一次责任行动 / 周瀚霖(18)
- 自己麻烦一点,给别人方便一点 / 张璐倩(21)
- 从家庭小事做起,享受低碳生活 / 顾玲玲(23)
- 一方小黑板 / 汤晨(25)
- 百善孝为先 / 邵逸菲(27)
- 爱的力量 / 何蕙菲(29)
- 一份耕耘 一份收获 / 李敏(31)
- 责任 / 靳逸洋(33)
- 一道惊人的数学题 / 周好(35)
- 爱无贵贱 / 陶依婷(37)
- 感谢您,外公 / 苏舜宇(39)
- 束缚 / 薛峥嵘(41)
- 请你给我一个承诺 / 刘雨涵(43)
- 认识“时间” / 吴以豪(45)
- 宽容——让生活更和谐 / 朱沁怡(48)
- 为了“忘却”的纪念 / 罗翌珏(50)
- 我和电脑的故事 / 叶子奇(53)



坚 持 / 赖卿钦(55)
人生的高度 / 钟雨恬(57)
3.7 元的爱 / 谢晓琪(59)
难忘的父爱 / 石 瑾(62)
给人一个最真诚的微笑吧 / 刘和悦(65)
爱心接力棒 / 郑梦瑶(68)

== 初 中 篇 ==

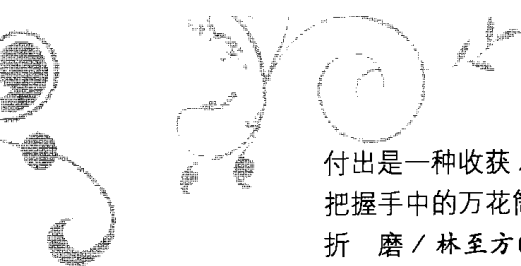
三色花 / 李雨芯(72)
自尊、自信、自强 / 贺佳仪(77)
予人玫瑰 手有余香 / 魏嘉蒙(79)
爱的接力 / 莘 晴(81)
坚定信念 / 蔡宜天(84)
鱼儿的生活 / 李 月(86)
别在路上摔倒 / 张 丽(88)
应该的 / 马 尧(90)
擦亮做人的“招牌” / 张鑫贤(92)
生活中的准则——遵规守序 / 林婉玉(94)
我从您身边走过 / 蔺紫琨(96)
修 门 / 庞美怡(99)
做一个快乐的“O” / 赵 迪(102)
生活因理解而快乐 / 阮程瑞(106)
扶起她 / 张怡雯(109)
人生如花 / 陈力铭(112)
打开心门 / 张志恒(115)
开 门 / 庄 园(118)
裤脚上的泥沙石 / 谭亚玲(121)
旅途一路温暖 / 杨思旻(124)
爱心·信念·友谊 / 李泽文(127)
下一站诚信 / 徐秀芸(131)
微笑,让生活更美好 / 沈天蕴(133)
卑微的美丽 / 吉仕韵(136)
每个人都是上帝的宝贝 / 贺梦星(139)
那一步…… / 周劲凯(142)



亲 情 / 张家美(144)
一年的等待 / 汤乃菁(147)
因为爱 / 巩令仪(150)
赠人玫瑰,手有余香 / 周庆龄(153)
最美的爱 / 龙 倩(156)
樱花的畅想 / 袁 培(160)
鸽子哀歌——对自由的呼唤 / 陈 丽(162)

== 高 中 篇 ==

你所拥有的一切都是“幸福” / 苏雅童(166)
搬 / 范鸿仪(169)
春天里的故事 / 陈雨薇(172)
我有一份责任 / 王碧玉(175)
用我心,换你心 / 孙 悦(178)
排队联想到的…… / 冯晓缘(182)
路——只要目标明确,就不会迷失方向
/ 韩思蕊(185)
开启心灵的钥匙——感恩 / 刘春暖(189)
山中那一抹风景 / 杨 杉(193)
思悟平等 / 张 玥(196)
顽强拼搏,永不言败 / 吴苏丽江(199)
责任使我长大 / 张 帆(202)
敬 爱 / 王璟琳(206)
敬畏生命 / 吴嘉颖(208)
绽放心底的花 / 廖 理(211)
去信任吧 / 张 超(215)
钱罐子里的信任 / 相晨晨(218)
生活的准则 / 王 茹(221)
生活的准则 / 易晓婷(225)
我要对你好 / 张湘如(228)
做一缕青藤 / 毛蓓蓉(232)
学会“妥协” / 刘文漪(235)
读 者 / 张天行(238)



付出是一种收获 / 施佳妤(241)
把握手中的万花筒 / 胡润贤(243)
折 磨 / 林至方(246)
那条线,我坚持 / 钱纪铮(249)
生活的准则 / 周 莹(251)
用心生活 / 计海霞(253)
人生若只如初见 / 强亚铨(256)
那一盏长灯 / 梁 玥(259)
导师无语 / 邱锦程(262)
铅笔的自述 / 赵紫丹(264)

== 中 职 篇 ==

妈妈教会我生活的准则 / 柳慧劼(268)
善待他人就是善待自己 / 郁舒馨(271)
人生的价值 / 王凯瑞(274)
转角的快乐 / 袁思瑶(278)
以真为伴 / 管智梁(282)
家 / 姚靖翊(285)
爱的支点 / 李凤捷(289)

== 教师、学生感言 ==

教师感言 / (294)
学生感言 / (296)

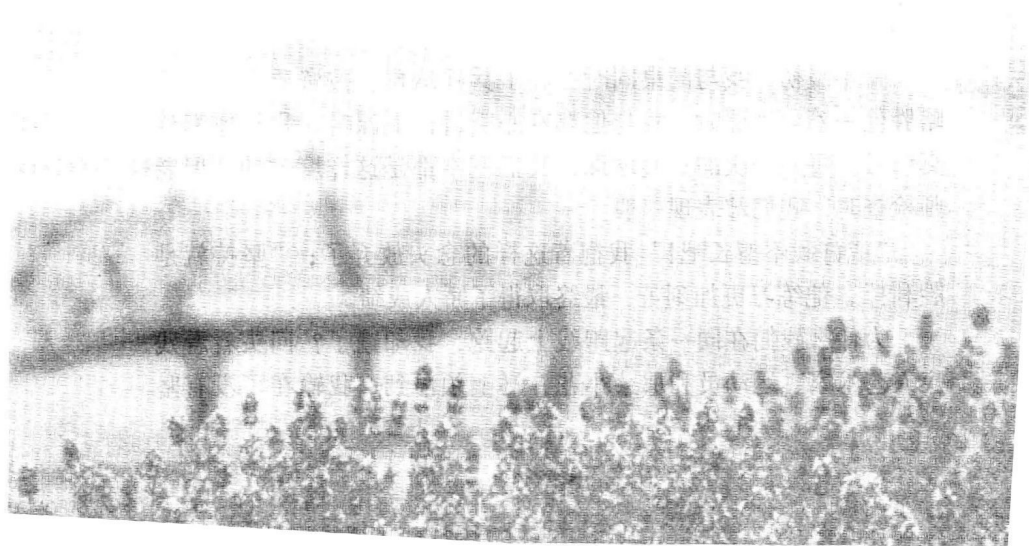
== 辩 论 篇 ==

辩论赛优秀辩词(一) / (300)
辩论赛优秀辩词(二) / (305)
辩论赛优秀辩词(三) / (310)
一路走来 / 曹雨芊(315)
在竞争中成长 / 司徒适怡(318)



小学篇

Xiao Xue Pian





坚持，彼岸灯火辉煌

北京市朝阳区望京新城南湖中园小学

赵琦伟

准则就是伴随人一生的信念，如同精神支柱一般重要而可贵。换句话说，要想到达成功的彼岸，就必须有一条正确的准则为你指明方向：持之以恒，没有坚持就没有成功。

这个道理不是空说出来的，生活中的许多事都能印证它。

残疾艺术团的演员们，身体虽有无法弥补的缺陷，但依然能做出许多健全人都望而却步的动作。

风光无限的运动员们，竞技台前将对手打败，训练场却记录了他们的一次次挫败、一滴滴汗水。

美丽的花儿，人们只惊羡于她的明艳，却不知她的芽儿浸透了凄风冷雨。

没有一种胜利是不付出代价的。每一种胜利背后，必定有着坚持与汗水。

一年级初，我与同桌同时参加了乒乓球班。按资质来说，我略胜他一筹。上课时，我与他都专心听讲；下课时，我与他都认真练习。每周一次的乒乓球课，我们基本都是这样度过的。但老师检查时，我们却表现一般。

“或许我不擅长吧！”我抱着这样的念头放弃了；“坚持就是胜利！”，他练习更加刻苦，最终取得了骄人成绩。

为什么我们在同一条起跑线上起跑，我却输了？回头看看残疾人艺术家、运动员和那朵小花，马上领悟到：我输在了没有坚





持下去。我在中途选择了放弃，即使曙光就在前方。

残疾人练功夫，其间有着我们不能想象的艰辛和挫折，也许是泪水。他们放弃了吗？没有！

运动员训练基本功，其间有着我们不能想象的痛苦与压力。他们放弃了吗？也没有！

在社会中，有着许许多多的阻挠和陷阱。遇到困难，我们需要有一颗平淡的恒心，使我们在汹涌波涛中认清局势，坚持向前，取得成功；遇到挫折，我们需要有一颗坚毅的恒心，使我们瓦解挫败，坚持向前，取得成功。

虽说通往成功的路不止一条，但有一点是确定的：无论哪一条路，都要一走走到底，绝不能半途而废。这就是最重要的生活准则。

教师点评

这篇作品的成功之处在于小作者巧妙地诠释了什么是“准则——持之以恒”。每个人的理解不同，小作者从几个方面，用简短意赅的句子诠释了“准则——持之以恒”。同时，小作者用自己的亲身经历，领悟到了：自己输在了没有坚持下去，在中途选择了放弃，即使曙光就在前方。这就给文章增添亮点，因为只有自己体会了、感触了，才会有今后的成功与骄傲！

指导教师：沈 红





低碳生活的准则

北京市芳草地国际学校世纪小学

高山美

随着社会的发展，高科技融入了我们的生活。可高科技为我们带来方便的同时，也产生了许多对人们不利的因素。作为一名小学生，我想我唯一能做的就是推广关于低碳生活的准则。



记得两年前，我在看电视新闻的时候，第一次接触到了“低碳生活”这个概念。当时我觉得这个概念好陌生，于是我问妈妈：“什么是低碳生活啊？”妈妈笑着对我说：“所谓‘低碳生活’，就是要尽量减少日常生活中所耗用的能量，从而降低二氧化碳的排放量，来达到环保的目的。低碳生活，对于大多数的普通人来说，是一种积极和健康的生活态度。我们应该积极提倡并实践低碳生活，要注意节电、节气、少开车……从点滴做起。”

从那以后，我开始对低碳生活产生了浓厚的兴趣，并且和妈妈一道，在家里实践着“低碳生活”的点点滴滴，积累了很多简单易行的小经验。比如，随手关灯、选择节能电器、尽量用手洗衣服、减少冰箱的开关次数、出门前提前关空调、调低电视亮度和音量等。

还有一个做法特别值得一提，那就是厨房里的“低碳生活”。

今年暑假，我和妈妈去韩国的奶奶家探亲。久别重逢，奶奶做了一大桌丰盛的韩国料理来款待我们。可就在我大快朵颐之后，却发现奶奶的行动有些诡异。她把吃剩下的鱼、肉、蔬菜倒在了一个装满土的塑料桶中，然后还用一根长长的小棍子把它们

