

自强者 希望展翅

——上海市第二届「十佳百优」自强好少年优秀事迹集

本书真实地记录了一一〇位少年坎坷的人生经历和自强不息的奋斗足迹，充分展现了他们奋发向上的精神风貌——学习上孜孜不倦，为集体服务任劳任怨，对父母孝顺体谅，对社会自觉奉献。他们是上海市身陷困境、自强不息的儿童群体的典型代表，充分印证了自强大队的十六字宗旨：团结互助、奋发向上、自强自立、逆境成才。

上海市科学育儿基地——编

华东理工大学出版社



上海市科学育儿基地——编

華東理工大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

生命强者 希望展翅——上海市第二届“十佳百优”
自强好少年优秀事迹集/上海市科学育儿基地编. —上
海: 华东理工大学出版社, 2008. 11

ISBN 978-7-5628-2406-0

I. 生… II. 上… III. 少年儿童-英雄模范事迹-上海
市 IV. D432.62

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008)第 169961 号

生命强者 希望展翅

——上海市第二届“十佳百优”自强好少年优秀事迹集
上海市科学育儿基地 编

责任编辑/高虹

责任校对/金慧娟

装帧设计/戚亮轩

出版发行/华东理工大学出版社

地址: 上海市梅陇路 130 号, 200237

电话: (021)64250306(营销部)

传真: (021)64252707

网址: www.hdlgpress.com.cn

印 刷/江苏句容市排印厂

开 本/787 mm×1092 mm 1/16

印 张/10

字 数/243 千字

版 次/2008 年 11 月第 1 版

印 次/2008 年 11 月第 1 次

印 数/1-3 050 册

书 号/ISBN 978-7-5628-2406-0/G·365

定 价/26.00 元

(本书如有印装质量问题,请到出版社营销部调换。)

内 容 提 要

本书以第三人称为角度,用生动的笔触娓娓讲述了 110 名上海市第二届“十佳百优”自强好少年在面临生活的困境和自身的不幸遭遇时,无惧无畏、奋发向上的精神风貌——学习上孜孜不倦,为集体服务任劳任怨,对父母孝顺体谅,向社会自觉奉献。他们勇敢地面对生活的艰难与苦涩,用自己的力量改变命运、创造未来;他们怀着感恩的情怀,默默地为家庭分忧解难,用优异的成绩回报学校、社会,并尽己所能向他人伸出援助之手。自强好少年“生命强者”的感人形象将激励同龄人不断奋进。

编委会名单

主 任 黎 荣

委 员 (按姓氏笔画排序)

王 为	王娟娟	刘美娟	汤晓蓉	许荣华
吴 兰	吴建平	何爱群	何彩平	沈秀丽
沈俭英	陈彩玉	陈腾澜	陈 颖	张丽莉
周建安	郑惟庄	赵 琳	顾定蓆	顾钱菊
钱伟勤	陶 红	章森榕	蒋雅红	蔡 敏

序

随着上海市第二届“十佳百优”自强好少年评选及表彰活动的圆满结束，这本名为《生命强者 希望展翅》的书诞生了。它是在2008年“世界儿童日”这个特别的日子，上海市少年儿童自强大队送给全市少年儿童的一份节日礼物。

本书真实地记录了110名自强少年坎坷的人生经历和自强不息的奋斗足迹，充分展现了他们自立自强的精神风貌——学习上孜孜不倦，为集体服务任劳任怨，对父母孝顺体谅，向社会自觉奉献。他们是上海市身陷困境、自强不息的儿童群体的典型代表，充分印证了自强大队的十六字宗旨：团结互助、奋发向上、自强自立、逆境成才。

他们是一群不幸的孩子。有的遭遇了贫穷，有的饱受病痛折磨，有的一生下来就面对残疾的命运，还有的过早承受了失去至亲或父母离异、家庭破裂之苦。然而，他们又是幸运的。“一方有难，八方支援”，来自社会主义温暖大家庭的关爱以物质资助和精神扶助的方式汇聚成无穷的力量，激励这些孩子直面苦难，展开希望的翅膀。

这是一群坚强、可爱的孩子。他们勇敢地面对生活的艰难与苦涩，用自己的力量改变命运、创造未来，把“不幸”当成一所最好的成长学校、一笔独有的人生财富。他们深谙“滴水之恩，当涌泉相报”的道理，默默地为家庭分忧解难，用优异的成绩回报学校、社会，并尽己所能向他人伸出援助之手。此次“5·12”四川汶川特大地震发生后，自强少年主动投入抗震救灾和灾后重建的工作，他们不但满怀热情地发起为灾区小朋友募集善款的活动，还主动与灾区小朋友结成互帮互助的对子，真诚地交流、分享自己对生活的理解和感悟，互相激励着共同成长。

真心祝愿每一个阅读此书的孩子都能有所收获，从自强少年不平凡的人生经历中领悟生命的真谛，学会珍惜，学会坚强，学会感恩；像自强少年那样，展开希望的翅膀，自强不息、勇敢坚毅、互助友爱，共同创造美好的明天。

张丽丽

(上海市妇女联合会主席)

2008年11月

“十佳”自强好少年

梦想照进现实

——记杨浦区上海理工大学附属中学陈静

自强不息 羽化成蝶

——记金山区张堰中心小学陈骁雯

单翼的鸟儿也能飞翔

——记浦东新区三林镇中心小学邓文文

永不凋谢的太阳花

——记嘉定区朱桥学校顾静珠

爱 让生命打开

——记长宁区复旦大学附属中学黄夏晶

小马骉骉 生命奔腾

——记静安区育才中学沈骏

因爱而生 感恩而行

——记徐汇区长桥中学唐旭

我的路 我自己走

——记南汇区新场石笋小学俞嘉

我是妈妈的同心圆

——记黄浦区市南中学朱金科

平凡生活里的雄心壮志

——记宝山区吴淞初级中学张晓峰

“百优”自强好少年

扬起生命的风帆

——记宝山区杨泰小学季张旭

用微笑迎接明天

——记宝山区刘行中学陆婉蓉

她为自己竖起大拇指

——记宝山区久隆模范中学郇佳慧

逆境中 他奔跑着

——记宝山区淞谊中学俞少轶

披荆斩棘求学路

——记宝山区行知二中朱明杰

一分耕耘一分收获

——记长宁区市三女中包佳琪

003

007

011

015

019

023

026

030

034

038

045

046

047

048

049

050

目

录

CONTENTS 生命强者 希望展翅

平凡的坚强	051
——记长宁区省吾中学陈维东	
阳光总在风雨后	052
——记长宁区复旦中学李敏	
走自己的路 让别人去说吧	053
——记长宁区天山中学林丹唯	
天行健 君子以自强不息	054
——记长宁区复旦初级中学张超	
生命不息, 自强不止	055
——记崇明县崇明中学冯佳雯	
小小雏鹰 快乐飞翔	056
——记崇明县民一中学顾嘉怡	
在逆境中成长	057
——记崇明县东门中学秦佳琳	
艰辛 激励 成功	058
——记崇明县实验中学沈蓓贝	
坚强是我的姓 努力是我的名	059
——记崇明县民本中学施红燕	
驾驭命运的舵手	060
——记奉贤区弘文学校曹燕	
找到自信的钥匙	061
——记奉贤区洪庙小学高远	
断翼的天使也要飞翔	062
——记奉贤区南桥中学黄雨萌	
自信快乐伴成功	063
——记奉贤区奉城第二小学季诗佳	
寻找飞翔的翅膀	064
——记奉贤区四团镇平安学校谢燕	
在自强中蜕变	065
——记奉贤区四团中学张程	
播撒爱心的自强少年	066
——记虹口区复旦大学附属中学罗欣蕴	
自强勤奋好少年	067
——记虹口区复兴高级中学潘佳诚	
热心公益的阳光男孩	068
——记虹口区华东师范大学第一附属中学邵宾	
十七岁的天使心	069
——记虹口区澄衷高级中学谈晓芸	



070

发奋自强 拼搏向上

——记虹口区第五十二中学王洁菲

071

坚强走好每一步

——记虹口区新复兴初级中学李林霖

072

巧克力般的生活

——记黄浦区储能中学胡鸿婕

073

生活的勇者

——记黄浦区大同中学乐斯文

074

不败的生命之花

——记黄浦区敬业中学刘亚敏

075

在关爱中长大

——记黄浦区市南中学吴空燕

076

爱使我一路成长

——记黄浦区华东模范中学伍忆怡

077

守望阳光的女孩

——记嘉定区方泰中学陆静洁

078

自信自强功自成

——记嘉定区迎园中学唐佳妮

079

做一株坚强的小草

——记嘉定区黄渡小学王逸琰

080

爱心天使

——记嘉定区育才联合中学徐鹭丹

081

挣脱命运的枷锁

——记嘉定区南翔中学张磊

082

自强不息的好少年

——记金山区朱行中学白鸽

083

逆境中成长

——记金山区西林中学沙莎

084

她有一对有力的翅膀

——记金山区山阳中学周张慧

085

在生活中坚强 在学习中成长

——记金山区吕巷中学朱敏栋

086

阳光好少年

——记静安区同济大学附属七一中学鲁文迪

087

顽强拼搏的好少年

——记静安区华东模范中学吴铭

088

自立自强 健康快乐

——记静安区培明中学郁幸佳



目

录 [生命 强者 希望 展翅]

乐观坚强好少年	089
——记卢湾区上海师范大学附属卢湾实验小学龚雅雯	
在她眼里每一天的太阳都是新的	090
——记卢湾区大同中学华岑	
奋斗的泪泉	091
——记卢湾区长乐霍尔姆斯学校李顺	
社区小小志愿者	092
——记卢湾区上海师范大学附属卢湾实验小学徐蕾	
我自信 我耕耘	093
——记闵行区上海师范大学附属中学董青崖	
孪生兄弟的风采	094
——记闵行区莘庄中学范文越	
希望靠自己创造	095
——记闵行区上海戏剧学院附属中学傅超	
面对病魔不忘学习	096
——记闵行区景东小学黄宇星	
困境是一种机遇	097
——记闵行区古美学校马骥	
鼓励让她学会了自信	098
——记闵行区闵行五中俞兰	
做一条能在大海里畅游的鱼	099
——记南汇区城东中心校莫海鱼	
与病魔奋勇抗争的女孩	100
——记南汇区大团镇小学盛周祺	
微笑前行	101
——记南汇区上海市实验学校附属光明学校宋颖洁	
让生命坚强 让笑容绽放	102
——记南汇区下沙学校许尔喆	
自强自信的女孩	103
——记南汇区傅雷中学庄柳君	
在逆境中奋起	104
——记浦东新区三林中学樊章萍	
身处逆境多奋发	105
——记浦东新区唐镇中学顾润梓	
小荷才露尖尖角	106
——记浦东新区金川中学黄荣靓	
点滴中折射光芒	107
——记浦东新区竹园小学王秋婕	



108

含着眼泪奔跑

——记浦东新区浦泾中学张弓长

109

志存高远不言弃

——记普陀区桃浦中学辅云飞

110

当好多重角色

——记普陀区洛川学校解立群

111

不让关爱我的人失望

——记普陀区普雄小学梁聪

112

生气勃勃好少年

——记普陀区梅陇中学王弘森

113

她热心又有灵性

——记普陀区真北中学吴可人

114

自强从自理开始

——记普陀区北海中学杨谋成

115

他如愿考上了宜川高中

——记普陀区宜川中学尹卢飞

116

苦难是进步的阶梯

——记青浦区大盈学校孔德宝

117

琴韵慰父恩

——记青浦区实验中学李霜璐

118

脑瘫儿的成长

——记青浦区崧泽学校倪景辉

119

散发光芒的女孩

——记青浦区颜安中学钱雨柔

120

生活让他懂得爱

——记青浦区重固小学徐超

121

传递爱心的使者

——记青浦区凤溪中学徐敏

122

传递快乐的小天使

——记松江区二中(集团)初级中学苗圣杰

123

历经风雨的海燕

——记松江区仓桥学校沈晓燕

124

磨难中的转变

——记松江区泖港学校寿旭标

125

学会坚强

——记松江区民乐学校王雯霞

126

我的未来不是梦

——记松江区九亭小学徐依然

目

录 [生命强者 希望展翅]

尽心尽责的小干部 ——记松江区方塔小学赵钟彬	127
见多识广 助人为乐 ——记徐汇区南洋模范中学董海州	128
冬天过后是春天 ——记徐汇区南洋中学高文怡	129
我的世界同样精彩 ——记徐汇区樱花园小学何恩惠	130
做自己命运的主人 ——记徐汇区华东理工大学附属中学陆立新	131
热爱生活 生活就会给你阳光 ——记徐汇区龙苑中学孙洁	132
用微笑迎接挑战 ——记徐汇区市第四中学张雪莹	133
她最乐意当“拐杖” ——记杨浦区行政管理学校陈皎皎	134
深明大义重建家 ——记杨浦区物资学校黄玉妍	135
她追求“不同凡响” ——记杨浦区上海理工大学附属中学李艳红	136
妈妈出车祸以后 ——记上海市控江初级中学单杨	137
她不再选择逃避 ——记杨浦区杨浦职校叶晓云	138
乐观向上的小记者 ——记闸北区市西初级中学侯臻育	139
老年公寓里的小天使 ——记闸北区久隆模范中学林吉意	140
自强伴随我成长 ——记闸北区久隆模范中学任恒恺	141
弘扬民族音乐的小琴手 ——记闸北区大同中学王丽娜	142
社区里的小画家 ——记闸北区久隆模范中学吴依娜	143
弄堂小小巡夜员 ——记闸北区久隆模范中学杨柳青	144

后 记

145



【 生 命 强 者 希 望 展 翅 】

“十佳” 自强好少年





陈静

家人说：她呀，微笑着面对生活的重压，相信阳光总在风雨后。

同学说：她的事，就是我们的事。

老师说：她思路清晰，睿智果断，她是可以展翅飞翔的雏鹰。

居委会说：这个小孩老好呢，像一个面朝太阳的灿烂小天使。

主人公说：我是一个充满爱和希望的孩子，我相信梦想总会照进现实。

梦想照进现实

——记杨浦区上海理工大学附属中学陈静

陈静自小与父母分离，和外公、外婆相依为命。她拥有比同龄人更为广阔的胸襟，用更加博大的胸怀去关爱他人、包容他人。她总是像一个面朝太阳的灿烂小天使，散发着热情，用温暖和快乐去感染周围的人，把关怀带给需要的人。在逆境中成长，生活虽然给了她很多同龄人从未感受过的重压，但是她拒绝自卑与自怜，拒绝同情与怜悯，依然坚强而自信地生活在我们中间！

爱，并快乐地生活着

自小就与外公、外婆生活在一起的小陈静，并没有因为缺乏父母的亲情而在成长的岁月中留下什么缺憾，更没有因为父母的离异给她幼小的心灵留下阴霾和自卑的痕迹。反倒是外婆开朗乐观的性格、温和谦逊的处世方式以及积极向上的生活态度，使她在一个充满爱和幸福的环境下成长为一个遇事乐观开朗、谈吐幽默风趣、做事细心周到的女孩。更令人惊奇的是，她的身上有一种与生俱来的特殊魅力：一点都不怯生。与陌生人相谈甚欢，即便是第一次见面，陈静也总能与他们打成一片，关系相处得非常融洽，根本没有所谓的“特殊

孩子”的孤僻和内向。

在高中军训期间，陈静就凭着她的个人魅力和真诚态度与室友们、同学们结下了深厚友谊。在寝室里，她尽可能地帮助那些第一次离家居住的室友，小到牙膏牙刷的放置，大到军训中的日常安排，事无巨细，俨然是个小小“管家婆”。有一次，一位室友的鞋子在训练时磨破了，细心的她及时递上自己特意多带的一双鞋子，解了室友的燃眉之急。周到的她还习惯在身边备齐常用药物，在室友不小心被烫伤或碰伤时，陈静的这些小药品便派上了大用场。在大家都抱怨军训的辛苦和劳累、不堪忍受思念家人的痛苦之时，陈静主动送上安慰和贴心话，使同学们在离家数百里之处，还可以感受到家的温暖。当然，陈静不仅关心自己的室友，她还总是急人之所急，关心身边更多的同学。在隔壁寝室的小花同学生病期间，陈静为她端饭送水，嘘寒问暖。酷暑炎夏，汗水浸透了衣衫，她也没叫一声苦，甚至还动员大家一起安慰小花，帮助小花渡过难关。军训的时光虽然短暂而辛苦，但有了陈静的帮助和关怀，整个女生寝室还是异常愉快地度过了这一段“军旅”生活，虽有汗水与泪水，但欢笑仍常伴左右。

无论何时何地,她总是真诚地待人,不断尝试着去了解对方的想法和心思,全心全意为对方着想。在运动会上,她组织女生们一起为刚跑完一万米、几近虚脱的男生送水、递毛巾,给运动赛场上为班级争荣誉的同学们呐喊助威。

关爱是相互的。在这次“十佳”自强好少年评选活动“十二进十”的复选中,陈静等十二名候选人的名单被组委会放在网上进行全市公投,民意选举出大家心目中的“十佳”好少年。班主任在班级中宣布了这个消息,立刻在同学中产生了轰动效应,为陈静拉票的工作便如火如荼地展开了。女生们自发制作传单、大海报,设计、修改至深夜;男生们每天中午吃饭前,在教室通往食堂的路上,向过往的同学们宣传陈静的事迹,发动他们在网上为陈静投票,另有一部分男同学走到校外,向路人、街店递送宣传单,希望他们也能陈静投上一票,甚至连班上一个骨折的同学都忍受着剧痛,加入到宣传拉票的活动中来……同学们对陈静的感谢不仅仅体现在言语上,更多的是融入到行动中,融入到对她实实在在的支持中。陈静同学的事变成了集体的事,大家的事。涓涓暖流汇成大海,涌入陈静的心田,让她至今回想起来还感动不已。最后,投票结果出来之后,陈静的票数之高证明了:团结就是力量。而这个不争的事实也是因为陈静的无穷感染力而被激发出来,点燃了这个团队蕴含的无穷动力。

陈静,在爱和快乐中生活,她顽强而努力地做好自己,在助人中体会快乐,在生活中实现自己的价值!

面面俱到 全方位挖掘潜力

在众多著名的女性中,陈静最崇拜林徽因,崇拜她在乱世中仍保有自我的原则立场。陈静甚至认为只有林徽因这样果断、自主的人,才是女性的楷模。但是她却又笑称,虽然自己赞赏这样的女性,但并不代表自己一定要

成为林徽因这样的人,最重要的是,她要做她自己。

在同学们眼中,她是一个脚踏实地的好同学,成绩优秀、认真勤奋、踏踏实实,对学业总是一丝不苟;在老师们眼中,她是一个得力能干的学生干部,积极主动地承担班级事务,帮助那些在学习、生活上有困难的同学,是老师的小助手;在邻居眼中,她是一个善良而乐于助人的好孩子,坚强而自信,热心于各种公益事业。

值得一提的是,陈静从小就博览群书,有着渊博的知识。她涉猎广泛,除了经常到学校图书馆看书以外,她还常常从其他藏书丰富的图书馆借回大量图书。一次在课堂上,老师突然提出有关音乐剧的问题,这难倒了大家,但却难不倒陈静。她站起身,开始对音乐剧侃侃而谈,完全是一副行家的派头,这使同学们大为惊奇,对陈静的佩服之情油然而生。还有一次,历史老师提出许多有关清朝的刁钻问题,这也没有难倒陈静,她依旧能滔滔不绝,从容应对。当然,一向以英语成绩拔得头筹的她还经常向身边的朋友们推荐适合学生观看和阅读的经典英文原版片、英文丛书等,帮助他们提高英文水平。同学们一有问题就爱问她,她也一定会毫无保留地帮助同学答疑解惑。陈静凭借日积月累的坚持与努力,培养了深厚的语言功底,这也使得才上高一的她已“桃李满园”,邻里放心地将已上初中的孩子交给她这个小老师辅导。她富有责任心地言传身教,将自己的学习经验、应试技巧如数家珍般娓娓道来,只希望他人能从中获得些许启发和收获。

秉持着“独乐乐,不如众乐乐”的良好心态,陈静一家与邻里相处得十分融洽,在社区街道有紧急事件或需要人帮忙时,居委领导第一个想到的就是陈静,他们会很放心地将一些重任委托给这个得力的小助手。在周末,陈静会与外婆一起打扫楼道卫生,还经常替有需要的人写信。暑假期间,她总是顶着大太阳,定期为居委会出黑板报,带领假日小队为居委会打扫卫生。居委会每年组织的纳凉晚会,也都



是由陈静全程参与节目策划,并担任主持人。升至高中,陈静的学业变得异常忙碌起来,但她还是义不容辞地积极参与社区活动,就在不久前她还参加了社区举办的“百年同济,人文社区之我见”的征文活动,并荣获一等奖。

探索更广阔的天空

陈静在读初二的时候,被推荐成为《上海中学生报》记者团成员。在一批优秀的初中生中,她脱颖而出。她一路过关斩将,通过了一系列的考试及面试,最终成为直属于上海市教育局的一名学生记者,并采访过许多知名人士。陈静的文章文笔细腻,从小处着眼,字里行间都流露着真情,她用自己还略显稚嫩的笔头,见证身边发生的大事小事新鲜事。她发表在《上海中学生报》上的《最珍贵的财富》一文,记录了今年上海理工大学纪念刘湛恩老校长逝世70周年最真实动人的场面。作为上海理工大学附属中学的一名学生代表,陈静怀着庄严、肃穆的心情来到上海理工大学参加了此次典礼。在她有感于典礼以及刘老的相关事迹以后,以真实的内心感受记录了一个老革命家的革命历程。陈静有幸参观了刘老在理工大学校园内的故居,这无疑是对陈静爱国主义精神的一次熏陶和洗礼。刘老开创了沪江大学新的教育理念,在充斥着基督教课程的20世纪30年代的老上海,他第一次打破传统将儒家思想引入大学课堂,使中国传统文化得到了进一步的延伸。陈静对于此创举的敬佩之情溢于言表,因此,她用这篇文章来记录这次和平年代的爱国主义教育。陈静就是这样,不断地发现生活中的美和感动,以其敏锐的视角和感触,用自己细腻的文字、出彩的文笔记录下生活中随处可见却又不易察觉的瞬间。

陈静的课外学习生活非常丰富多彩。初中时,她报名参加了《新民晚报》举办的创意夏令营活动,从千人的海选中跃入前30名,获得了参加夏令营的资格。其间,她和其他营员一起参观了可口可乐公司、上海大学服装设计学

院、文汇新民联合报业集团等单位,尤其是在上海大学服装设计学院参观时,陈静看到了用易拉罐做出的时装蕾丝装饰。这一独特创意深深影响了陈静对于创意生活的理解,她坚信“生活中不是缺少美,而是缺少一双发现美的眼睛”!

看了上面的介绍,如果您认为这个很优秀的女孩子一定是个中规中矩、行事有条不紊的小女生的话,那可就太片面了。因为她偶尔也会非常幽默,和她相熟的人都知道,有时候她会冒出来一句令人捧腹的话,有时甚至她的一个小小的动作就能让别人笑翻天。在大家眼中她是一个忙碌的乐天派。的确,她的生活忙碌得让普通的孩子无法想象:中学生记者团、学校工作、班级事务。除了学习之外,她每天还要马不停蹄地忙碌着这些工作,而她以其高效率几乎完美地处理好这一切。在采访的过程中,她自述道:我爱看足球比赛,爱玩游戏机,也爱看书,同时对音乐有近乎偏执的爱好。当谈到如何分配这有限的24小时、如何有效地处理好每件事时,她很自然地答道:“很简单,鲁迅先生早说过了,”她有些狡黠地眨眨眼睛。她所指的正是鲁迅非常著名的一句话——时间就像海绵里的水,挤挤总会有的。“因为什么都喜欢,又知道时间少,只能提高效率做事。”对于这样的现状她也有些无奈,“不过要在保证学习、工作质量的前提下。兴趣爱好在适当的时候可以放到一边,毕竟其他事情比较重要”。涉足每一个感兴趣的领域,这让她变成了一个做事效率高而果敢率性的女生。

褪去身上那些耀眼的光环,和其他同年龄的女孩子一样,陈静也有自己普通的生活。空闲的时候,她会与朋友们一起去逛街,会窝在沙发上看电视,偶尔也会和同学煲电话粥。用她自己的话来说:世界上的名人太多了,如果我也算一个,是不是名人堂该挤爆了?但众多特殊的经历注定了她有那么一点的不平凡——尤其是走在大街上,当有人指指点点认出了她就是网上那个女孩子之后,心里难免也会有些小小的尴尬。这样的事实无疑改变了