

感动青春

祖国发展我成长

IV

北京市优秀中学生成长纪实

北京市教委德育处 编



北京出版集团公司
北京少年儿童出版社

感动青春

祖国发展我成长

IV

北京市优秀中学生成长纪实

北京市教委德育处

江苏工业学院图书馆
藏书章



北京出版集团公司
北京少年儿童出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

感动青春. IV: 北京市优秀中学生成长纪实/北京市教委德育处编. —北京: 北京少年儿童出版社, 2009. 6

ISBN 978 - 7 - 5301 - 2285 - 3

I. 感… II. 北… III. 报告文学—作品集—中国—当代
IV. I25

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2009) 第 084733 号

感动青春IV

北京市优秀中学生成长纪实

GANDONG QINGCHUN IV

北京市教委德育处 编

*

北京出版集团公司 出版
北京少年儿童出版社

(北京北三环中路6号)

邮政编码: 100120

网 址: [www. bph. com. cn](http://www.bph.com.cn)

北京出版集团公司总发行

北京华洋图书发行有限公司发行

新华书店经销

北京四季青印刷厂印刷

*

32 开本 5.75 印张 100 千字

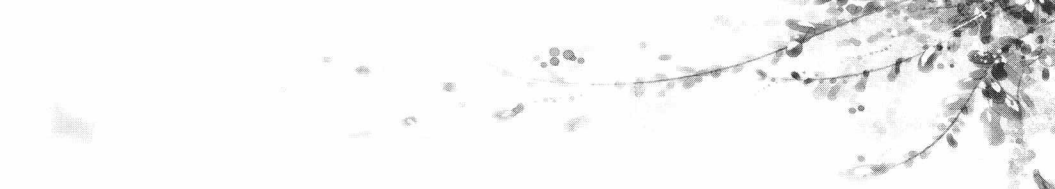
2009 年 6 月第 1 版 \ 2009 年 6 月第 1 次印刷

印数 1—5 000

ISBN 978 - 7 - 5301 - 2285 - 3/I · 819

定价: 15.00 元

质量监督电话: 010 - 58572393



与祖国共成长

学生的今天是祖国的明天，培养青少年的工作是国家发展大业的奠基工程。学生以学为主，以德立身，思想道德修养是青少年成长成才之魂。为贯彻中共中央、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》，北京市委教育工委、市教委从2005年起，在全市中学生中开展了“寻找身边的道德榜样”活动，旨在发掘校园的道德之星，引领广大青少年追随身边的道德楷模，提升自身的道德境界。

身边事最有说服力，身边人最有感召力。连续四年来，“感动青春——寻找身边的道德榜样”活动，不仅让同学们在同伴中发现了一个又一个新时代的道德典范，更让大家怦然心动的是：身着同样的校服，走进同样的教室，捧读同样的课本，一样的青春年华，一样的英姿勃发，道德之星能做到的，我们一样可以做到。在这项学生参与面极广的德育实践活动中，在寻找和发现这些身边榜样的过程中，同学们的心灵受到了震撼，情感得到了净化和升华，对人生和理想的追求有了更加明确的方向。

今天，感动青春活动继续如火如荼地在校园开展，道德之星犹如春天里的花朵一样不断绽放，数不胜数。本书中所选的三十余篇中学生及团体的事迹，只是无数道德之星中的一小部分，是在全市各区县推荐的近千个候选事例中筛选出来的。在同学们的事迹中，我们发现了很多“爱国、奉献、合作、诚信”的学生典型。有的同学自幼坚持科学研究活动，在国际比赛中为祖国赢得了荣誉；有的同学多年如一日，坚持帮助身体残障的伙伴；有经历了5·12大地

震的四川来京学子，他们曾一度陷入生存的困境，却能迎接挑战，乐观面对，书写着自强不息的青春。他们中还有奉献社会的学生团队，我们看到，同学们自发组成的志愿服务团队正在滚雪球般逐年壮大，像火炬的传递一样，永不熄灭，产生了很好的社会效果。

2009年，是新中国六十华诞，这些感动青春的事迹正体现了青少年与祖国共进、与时代同行的精神风貌。在他们的身上，我看到了青少年学生坚持的力量，人格的魅力，自信的光彩，合作的热情。从他们所做的不同类型的志愿活动中，我也看到了新时代青少年无私奉献的精神和助人为乐的情怀。

今天的中学生不但是幸福的新一代，也是有着责任感和荣誉感的新一代，他们的神采让我们看到了中华民族明日伟大复兴的风貌，他们的事迹，弘扬了自强不息的民族精神，正是给祖国六十华诞最好的献礼。

我相信，《感动青春》的出版一定能够引领更多的青少年——从我做起，从身边的小事做起，与祖国共奋进，与时代同成长。

北京市教委副主任

郑芳

第一章 我为祖国添光彩

- 做一朵向阳的格桑花 / 3
- 在参与和奉献中成长 / 8
- 带上爱与感恩 一路前行 / 13
- 笑对艰苦 收获丰美 / 19
- 用最美的语言问候全世界 / 24
- 做祖国的希望之星 / 29

第二章 展开坚强的翅膀飞翔

- 超越生命的困境 / 37
- 微笑是人生最美的色彩 / 43
- 歌唱着梦想上路 / 48
- 岁月不居 天道酬勤 / 52
- 挥着翅膀的女孩 / 56

第三章 爱是一个动词

- 用什么填满青春记忆 / 63
- 我奉献 我成长 我快乐 / 68
- 撒播一颗颗爱的种子 / 74
- 看前人没有看过的风景 / 79
- 舍己救人 铸就永恒的青春 / 85
- 谁言寸草心 / 90
- 俯仰无愧天地间 / 94

师友如花 伴我成长 / 98

第四章 我把青春献给你

坚持的力量 / 105

请让我们来帮助你 / 110

心中的追求 眼中的风景 / 118

让青春在集体中闪光 / 125

成长来自责任的担当 / 129

征途漫漫 青春未央 / 135

在人生舞台上 诠释奉献之美 / 139

做一颗闪闪发光的小沙粒 / 144

2

第五章 架一座七彩虹桥

成长，来自一段难以忘却的经历 / 151

爱的平方 / 156

雏鹰展翅 笑傲鲲鹏 / 161

合作是金 / 165

岁月无声 成长有痕 / 170

让成长之路洒满花雨 / 175



第一章

我为祖国添光彩



做一朵向阳的格桑花

康君媛，北京市第八十中学高二（11）班学生，共青团员，入党积极分子，校西藏部部长，“2008年第四届中共中央党校党史教育学习班”优秀学员。学习刻苦努力，待人真诚热情，不计个人得失，思想成熟，民族责任感强，政治信念坚定。她的座右铭是努力了不一定成功，成功一定来源于努力。

在我的脑海中时时浮现这样的画面：蓝蓝的天空，无边的高原，一只雄鹰直冲云霄，展翅翱翔……这正是我，一个来自雪域高原的康巴雄鹰执著的梦想，为了家乡的幸福明天，为了中华民族的腾飞，努力学习，提升修养，我愿用全部的生命和爱肩负起回报祖国、建设家乡的责任。



· 执著追求 百折不挠 ·

难忘2007年9月，经过十几载的寒窗苦读，我以全县第一、地区第三的中考成绩，赢得了去北京第八十中学上学的机会。离开家乡，我背着沉甸甸的责任，满怀信心地来到祖国首都——北京，在这里开始了我的求学之路。

最初的日子是美好而轻松的，然而，不久我就感到前所未有的压力，与班上的同学相比，我在学习、工作等方面都有很大差距。我曾经也是老师、同学、父母眼中的佼佼者，这次的对比让我的自尊心受到了很大的打击，人生中第一次真正地感受到自己比别人差。我流泪了、彷徨了，一度甚至有退缩和沮丧……感谢我的同学、老师，是他们无私的关爱和帮助使我走出了生活和学习的低

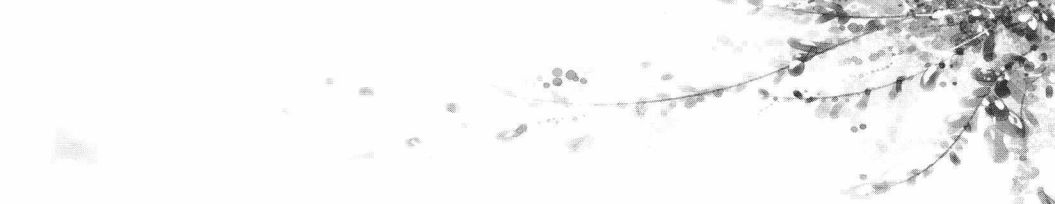
谷。忘不了，高一班主任左卫军老师一次次找我谈心，诚挚的话语温暖了我孤独的心；忘不了语文老师申淑艳、数学老师宋群霞，在学习、生活上对我无微不至的关心和鼓励；特别令我难忘的是教育处的王主任、高老师、张老师和许多生活老师，他们对我的爱，就像父母对自己孩子的爱。虽然离家几千里，他们让我感觉到这里有我的亲人，在八十中这个温暖的家庭中，我渐渐找回了自信，暗暗的，我下定决心，一定要努力，不辜负老师、同学、亲人对我的倾情关爱。“别人花一小时，我就多花一小时”，“中午大家休息，我就抓紧时间学习”，“周末尽量不外出”，我坚信“勤一定能补拙”。功夫不负有心人，一个学期过去了，我的成绩有了很大的进步，由于在各方面表现突出，我被大家选为“西藏部部长”。

工作多了，责任重了，面临的困难也多了。我校有六十多位藏族同学，虽然都是来自同一片雪域高原，但由于地区不同，使得我们在语言、思想、生活习惯等方面存在很大的差异，交流有一定的障碍。我知道一个人的发展是离不开集体的，脱离群体的人是干不了大事的，所以我必须融入这个团队中去，只有这样，我们的西藏部才会和谐、才有发展。于是我开始主动学习拉萨话，积极了解西藏各地区的习俗，还常常组织西藏同学的集体聚会，将自己擅长的锅庄舞献上，带着大家一起跳，来自西藏的同胞们围成一圈，跳起民族舞蹈，那情景，就像一朵盛开的民族团结之花。

· 肩负使命 用爱付出 ·

“五十六个民族，五十六朵花；五十六种语言汇成一句话，爱我中华，爱我中华……”从小，我就喜欢这首歌，那激越奔放的旋律无时无刻不在震撼着我，告诉我，我们的国家是团结、向上的大家庭，需要每一个人都为她献出自己的一份爱，一份努力。

在生活中，我尽全力去付出：同学生病了，我倾心照顾；同学



在学习和生活中受到挫折了，他们想家了，我会细心安慰；我们生活在一起，总会有误解和矛盾的时候，我帮助大家用真诚化解矛盾。

这样的小事情有很多，有一次，我的同伴阿旺平措突发胃穿孔，我主动地承担照顾他的工作，和老师一起陪他去医院；还有一次，亚美土贵脚受伤了，我主动帮他洗衣服；小尼玛姐姐生病了，要去医院，我不顾期末紧张的复习时间，主动代替老师去医院陪护……虽然这些事花费了我许多时间，但我愿意这样，因为我爱这个集体，爱集体的每一个人。

在班级中，我将自己的热情进行到底。我用不太标准的普通话努力和汉族同学沟通，很快我们就变成了好朋友；我在点滴小事上的热情帮助，还让我结交到了几位真诚的韩国朋友；每逢周五，我都会主动留下值日，即使只有我一个人，我也会把教室打扫干净。在热情的付出中，我感到了快乐。奉献热情给团队，就像一滴水投入海洋，也正是因为这一滴滴的水，才能汇聚成激情澎湃的波浪。

· 危难时刻 坚定信念 ·

2008年3月14日，拉萨市发生了震惊世界的暴力事件。我们这些远离家乡的西藏学生既气愤，又担心。气愤的是歹徒无视法律、生命，用丑陋的行为无情破坏了西藏人民的幸福和平，破坏了祖国的安定团结，伤害了我们纯真的感情；担心的是家人的安危、家乡的稳定。就在我们焦虑万分时，学校党团组织召开了西藏同学会，会上刘书记向我们传达了中央精神，介绍了家乡最新的情况，同时向我们转达了家人的情况以及他们对我们的问候。一时间，我们泪流满面，在危急关头，是学校给我们带来了家人平安的消息，这消息正如春风，抚平了异乡学子焦躁不安的心。接下来，学校为了让我们安心在校学习，周六、日统一安排补

课和社会实践。这个消息又让我们的心沉静了下来，让我们有了家的归属感。忘不了怀柔的青山绿水带给我们心灵的愉悦；忘不了老师放弃休息时间和我们一起度过节假日的分分秒秒；忘不了奥运观赛场地，同学们纯真的笑脸，以及为中国加油的呐喊声……这一切的一切，让我们感受到了大家庭的温暖，也真切体会了安定团结、和谐幸福的滋味。

坚定了信念，前进的脚步更加执著，我清楚自己作为一名少数民族学子，来到首都北京读书，肩上所承担的责任。所以我积极向党组织靠拢，2008年9月15日郑重地递交了第一份入党申请书。我平时还利用课余时间看报，关心国家大事，观看《居安思危》《复兴之路》，时刻提醒自己要求进步；经常到图书馆阅览相关期刊，收集资讯，努力学习党的方针政策，尤其是关于民族和宗教的相关知识。高一下学期，我成了校青年党校第二十三期学员，通过竞选，又承担了宣传部部长的工作，这既是提升，更是挑战，我感到很有收获。

值得一提的是，2008年7月，我有幸成为二百多万藏族的代表，参加中央党校主办的“2008年第四届中共中央党校党史教育学习班”。在学习中，我刻苦钻研，质疑问难，增长了理论知识，提高了理论素养，学习与思考同步，每节课下来都有很大的感触。党校的学习，让我懂得了持之以恒的重要，面对任何难关，绝不轻言放弃。这一段的学习，既开阔了我的眼界，也培养了我的民族自豪感，社会责任感，树立了我坚定的信念。这种学习态度得到了中央党校党史办俞俊生主任的赞赏，在学习课程结束后，我还很幸运地参加了整理课程录音的工作，并获得“优秀青少年”的荣誉称号。

· 学有所成 回报祖国 ·

两年多的磨炼和学习，我的思想成熟了，学会了客观全面地分析问题，懂得了家乡人民需要的是安定的社会，是和谐的生活，所以我一定要努力学习，维护祖国统一，在党的正确领导和优惠政策之下“学有所成，学有所得”，牢固树立五十六个民族谁也离不开谁的观念，坚决反对西藏独立、半独立、变相独立，我会像爱护自己的眼睛一样维护祖国的统一。



没有共产党就没有新中国，就没有新西藏。2009年5月4日，我再次递交了入党申请书。我坚信：只有在党的领导和培育下，我这只雪域高原的康巴雏鹰，才能成长为有理想、有责任、有坚定信念的雄鹰，我将在家乡的沃土中耕耘美好的明天。让春雨洗礼执著的追求，让阳光铸就坚韧的意志，我愿翱翔于祖国蔚蓝的天空。

在参与和奉献中成长

吴骛州，来自北京师范大学附属中学。他勤奋好学，刻苦努力，曾连续两年获得叔蘋奖学金。更为重要的是，正是叔蘋奖学金的宗旨“得诸社会，还诸社会”帮助吴骛州确立了自己的人生目标，那就是——在参与和奉献中成长。在这一目标的激励下，他积极参加了宣传戒烟控烟、防治艾滋病等社会活动，成为了一名品学兼优、能力出众的中学生。

8 高中生活中，我曾经获得过不少的荣誉。在这些荣誉中，我最为看重的，是连续两年获得的叔蘋奖学金。这笔奖学金不仅仅是对我在学业上努力钻研的肯定，更对我人生目标的确立起到了极其重要的激励作用。



叔蘋奖学金自创办六十余年以来，不但奖学而且育人，一直以“得诸社会，还诸社会”为宗旨，为国家和社会培养了大批优秀人才。“得诸社会，还诸社会”，说实在的，从小到大，我从家长、老师和同学那里得到的鼓励、关爱与帮助，真是数不胜数的，可如何回报，除了努力学习之外，我确实没有多想过。直到有一天，我从父母那里得到了触动，才第一次意识到作为一名学生，将自己的理想和信念与社会实践紧密联系在一起的重要。

· 父母是我生活中的榜样 ·

那是2003年非典期间，疫情席卷京城，学校也停了课，我感

觉到在医疗单位工作的父母明显忙碌了起来，特别是在疾病控制中心工作的父亲几乎每天都要往医院跑。那段时间，没少听到一线的医生和护士被感染的病例，一想到那可怕的病毒威胁到了我的家人，我打心眼里不想让父亲去。可是看到父亲疲惫却专注的面孔，那样的话我又说不出口，只好向妈妈倾诉。

从妈妈那里，我知道了国家面对这场危机雷霆出击，在极短时间内筹措一亿三千万元用于完善各类疫情应急机制，也体会到了党和国家顽强抗击疫情的决心。妈妈说，这个时候，各行各业的人都应该同心协力，共渡难关，做医生的就更要挺身而出，站在战场的最前沿，为大家做出表率，给人们以希望。

在那个特别的春季，我第一次意识到自己的父母不只是平时指导我功课、照顾我生活的家人，同时也是病人眼中的救星，同事值得信赖的伙伴，是勇于承担责任、甘于奉献的社会人。他们不仅仅属于我，属于这个小家，也属于这个社会，属于更多的人。是他们在我的心里埋下了那颗责任的种子。

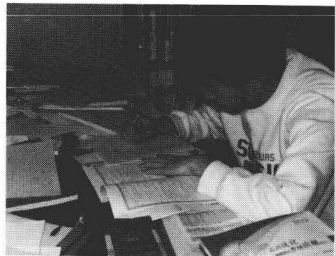
· 坚信学有所成 方能报效国家 ·

作为一名生活在学校与家庭两点一线间的中学生，我应该怎样去实践自己回报社会的想法呢？关于这个问题，我曾经烦恼了许久。特别是上了高中以后，为了学好自己热爱的物理和化学，我花很多时间钻研各种难题，有时候，做题的疲惫感涌上来时，我也会感到疑惑，自己所学的东西，是否有朝一日可以用于实践呢？是一次小小的化学实验，让我看清了自己的方向。

当时刚上高一，学校里开展研究性学习，我们组的一个同学突发奇想，想要研究“花儿为什么这么香”。于是我们到花卉市场去收集了不少花瓣，带到学校的化学实验室进行分析。当时我们刚刚学过加盐降低溶解度的方法，便想应用到实验里。没想到，这么一

番操作下来，没得到宜人的芳香精华，反而得到些散发着烂花瓣气味的奇怪液体。于是，我和同学开始分头翻阅资料，一个学期里，我们小组每周都要到化学实验室去聚会一两次，将搜集到新方法——实验。

植物精油是价格昂贵的工业产品，被人称为“液体黄金”。提炼技术也是各有秘方，谁掌握了这些技术，谁就能创造财富。一想到小小的实验能产生如此大的实际效用，我们每个人都感到既兴奋又自豪。终于，在实验了十几种提炼方法后，我们收



获了纯正芳香的精油。同时也收获了这样一个目标：把自己的爱好和社会实践联系在一起，希望将来能从事尖端的生物工程工作，在科研的岗位上为祖国作出自己的贡献。

自从确定了这样的目标，我以更饱满的热情投入到了学习之中，再也不畏惧学习中遭遇的那些艰深的题目。我知道，今天在学业上打好坚实的基础，明天才能学有所长，做一个对社会、对他人有用的人。在这样的精神鼓舞下，我两次在国家级的中学生物理竞赛上拿到了二等奖，多次获得北京市物理及化学竞赛一等奖，并在收获荣誉时，向党组织递上了入党申请书。在申请书中我写道：“希望我的刻苦与努力能让我的肩膀更加强壮，有能力去承担国家和人民赋予的重任。”

· 得诸社会 还诸社会 ·

在不少老师的眼中，我可能只是个成绩出众的好学生，不过在同学和熟悉我的班主任老师眼里，我却是个“管闲事大王”。这个绰号，也是源于我始终热心于参加各种公益活动，特别是戒烟控烟