



宁夏石嘴山市第一中学德育工作校本教材

青春宣言

INTEGRALXUNXUN

张新钢◎主编

是青年学生对人生、社会、世界的理解和认识；是青年学生积极向上的人生态度的展现，也是青年学生全面科学的观察能力和正确的价值取向的代表和反映，更是青年学生准备融入社会、奉献社会的主流意识和主流情感的自然表露。

黄河出版传媒集团
宁夏人民出版社

宁夏石嘴山市第一中学德育工作校本教材

青春宣言

NINGXIA SHUIZHOU SHI DI YI ZHONG XUE DE YU GONG ZUO JIAO BEN JIAO CAI

张新钢◎主编

是
青少年学生的人生、社会、世界的理解和认识，是青少年学生积极向上的人生态度的展现，也是青少年学生全面科学的思维能力和正确的价值取向的代表和反映，更是青少年学生准备融入社会、奉献社会的主流意识和主流情感的自然流露。

黄河出版传媒集团
宁夏人民出版社

图书在版编目(CIP)数据

青春宣言 / 张新钢主编. —银川: 宁夏人民教育出版社, 2009.10

ISBN 978-7-80764-197-1

I. 青… II. 张… III. 德育—中学—教材 IV. G634.201

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第 178825 号

青春宣言

张新钢 主编

责任编辑 马红薇 王 成

装帧设计 万明华 魏永红

责任印制 石 军

黄河出版传媒集团 出版发行
宁夏人民教育出版社

出 版 人 杨宏峰

地 址 银川市北京东路 139 号出版大厦(750001)

网 址 www.nxcbn.com

网上书店 www.hh-book.com

电子信箱 nxhhsz@yahoo.cn

邮购电话 0951-5044614

经 销 全国新华书店

印刷装订 宁夏书宏印刷有限公司

开 本 880mm × 1230mm 1/32

印 张 7.5

字 数 150 千

印 数 4150 册

版 次 2009 年 9 月第 1 版

印 次 2009 年 10 月第 1 次印刷

书 号 ISBN 978-7-80764-197-1/G·1142

定 价 16.00 元

版权所有 翻印必究

编委会

主 编 张新钢

副主编 耿光荣 张彦柱 蒋翠梅

编 委 刘宁军 崔焕才 张鸣凤

刘 园 霍 凯 任 燕

封面题字 吴 正

致同学

亲爱的同学们：

沧桑五十载，无觉知命年。建校于1959年的石嘴山市第一中学，傍贺兰山之雄浑，依黄河水之蜿蜒，纳煤城人之火热，沐桃李花之芬芳；在半个世纪的风雨历程中，学校集五湖四海之智慧，融移民文化之共同。在贯彻落实“德育为首”的教育方针中，不断创新德育理念，拓展丰富德育内涵，紧紧把握中学生的身心发展规律、认知水平和情感需要，以高度的社会责任感，坚定的历史使命感，激发莘莘学子的活力和豪情，成就年轻一代的青春和梦想。今天，呈现在你们面前的这本校本教材《青春宣言》就是对我校德育教育成果的有力诠释。

《青春宣言》收录了近年来我校教师的9篇演讲稿和学生“在国旗下讲话”及各类征文活动中的优秀作品85篇，分为爱校篇、道德篇、励志篇、感恩篇，是青年学生对人生、社会、世界的理解和认识，是青年学生积极向上的人生态度的展现，也是青年学生全面科学的观察能力和正确的价值取向的代表和反映，更是青年学生准备融入社会、奉献社会的主流意识和主流情感的

青春
宣言

自然表露。她必将与你们在思维模式与认知意识上产生共鸣，并奏出和谐、优美的乐章。

同学们，在中学阶段，你们朝气蓬勃，充满活力，思想活跃，憧憬理想，充满希望，你们也是最具有可塑性的一代。希望你们在学校实施的全面系统的德育教育活动中，不断提高自己的认知水平，不断提升自己的道德水准和精神境界，最终铸就并形成你们的“高贵灵魂”，真正实现学校提出的“新三好”目标，即在家是个好儿女，在学校是个好学生，在社会是个好公民。

愿你们伴随着《青春宣言》放飞理想，愿你们的青春熠熠闪光，愿你们的生命精彩辉煌。

校长 张新钢

2009年9月

青春宣言

爱校篇

校长 张新钢	学校是我家,我们要爱她 / 003
教师 崔焕才	学校是我家 / 009
教师 张平国	我爱我校 / 011
教师 刘 元	一中是我家,我永远爱她 / 014
教师 魏 勇	我的一中,我的爱 / 017
教师 任 燕	我爱你,一中! / 020
教师 尹菲菲	爱校如家 / 023
教师 王晓旭	我爱我校 / 025
教师 魏永红	记在吉庆时 / 028
2007 届(2)班 王贝贝	我爱我家 / 030
2007 届(4)班 姜 盼	我们的家 / 032
2007 届(5)班 马丽蓉	我们是一家人 / 035
2007 届(5)班 祁梦影	学校是我家,我们要爱她 / 037
2007 届(9)班 杨 帆	为你撑起一把伞 / 039
2007 届(10)班 李志鹏	一中,读你千遍 / 042
2008 届(2)班 徐国豪	共建和谐校园 / 044
2008 届(6)班 赵 媛	我爱我校 / 046

目录

CONTENTS

- 2008 届(7)班 杨立果·····我的校园我的家 / 048
- 2008 届(7)班 周梦茹·····让和谐成为永恒 / 050
- 2008 届(8)班 高 珊·····爱她,就别伤害她 / 052
- 2008 届(10)班 邓占宁·····愿优良学风常驻校园 / 055

道德篇

- 2005 届(8)班 杨 凤·····诚信伴你成就理想 / 059
- 2006 届(1)班 王梦媛·····即使碎了,片片都是宽容 / 061
- 2006 届(1)班 庄 园·····与诚信同行 / 063
- 2007 届(4)班 杨 楠·····心中拥有道德 / 065
- 2007 届(5)班 詹曼丽·····做一个有道德的人 / 067
- 2007 届(3)班 马 尧·····完美人生的真谛 / 069
- 2007 届(7)班 王 钰·····道德的内涵 / 071
- 2007 届(3)班 王 倩·····做一个有道德的人 / 073
- 2007 届(3)班 李双丽·····道德的力量 / 075
- 2007 届(3)班 黄嘉宝·····道德,人生的准则 / 077
- 2007 届(3)班 张 燕·····道德,人生的闪光点 / 079
- 2007 届(12)班 杨晓航·····崇尚道德 / 081
- 2007 届(6)班 马一凡·····播下诚信的种子 / 083

励志篇

- 2005 届(1)班 李飞晨用艰苦铸就快乐的大厦 / 087
- 2005 届(2)班 洪义强让青春绚丽多彩 / 089
- 2005 届(2)班 牛芳芳找准位置,绽放光彩 / 091
- 2005 届(4)班 聂浩阳光下的精彩 / 093
- 2005 届(4)班 梁佳希望,目标 / 095
- 2005 届(5)班 葛炎拼搏,不要等待 / 098
- 2005 届(5)班 庞博拼搏,成功的节奏 / 100
- 2005 届(7)班 詹丽丽惜时 / 102
- 2005 届(7)班 周灿园成功始于“动心”成于“行动” / 103
- 2005 届(8)班 徐蕾向自己要成功 / 106
- 2005 届(8)班 蔺宏让梦想成真 / 109
- 2005 届(9)班 马瑶态度决定一切 / 111
- 2005 届(9)班 李红霞国旗颂 / 113
- 2006 届(3)班 吴淑惠困难,人生的一种财富 / 115
- 2006 届(4)班 张梦婷面对失败 / 117
- 2006 届(6)班 齐国娟翻晒心灵 / 119
- 2006 届(8)班 陈旭趁我们还年轻 / 120

目录

CONTENTS

2008届(7)班 陈阳.....总有一扇门为你而开 / 123

感恩篇

2005届(3)班 赵妍妍.....扬起感恩的帆 / 127

2005届(3)班 王娜.....寸草难报三春晖 / 129

2005届(5)班 栗陈.....铭记大爱到永远 / 131

2005届(6)班 陈旭.....让感恩无处不在 / 134

2005届(6)班 曹敏.....张着感恩的翅膀飞翔 / 136

2005届(9)班 郑云云.....心诚肺腑 为感为恩 / 138

2006届(1)班 吴欢.....微笑也是一种感恩 / 140

2006届(2)班 付丽华.....清泉石上涌 / 142

2006届(4)班 邓力骥.....感“爱” / 145

2006届(4)班 崔洁.....感恩生活 / 147

2006届(7)班 张娜.....爱不曾远去 / 149

2006届(9)班 买超.....爱是春日的暖阳 / 152

2006届(9)班 李洋.....穿越亘古的生命 / 155

2006届(9)班 王璇.....恩情难忘 / 158

2006届(12)班 刘琪.....让感恩走进心灵 / 160

2007届(2)班 张丽.....感恩的岁月 / 162

2008届(7)班 刘坤.....给母亲的一封信 / 165

目 录

CONTENTS

青春宣言

- 2008 届(10)班 宋瑜婧.....学会感恩 / 167
- 2008 届(7)班 周巨江.....感恩之心常在 / 169
- 2008 届(7)班 柴 根.....母亲节,为您沏壶茶 / 171
- 2008 届(7)班 王 洁.....感 恩 / 173
- 2008 届(7)班 苏小辉.....感恩父母 / 175
- 2008 届(7)班 彭 颖.....假如重新选择 / 177
- 2007 届(6)班 胡 超.....感恩一中 / 179
- 2008 届(10)班 林梦泽.....学会感恩 / 182
- 2008 届(10)班 梁 颖.....感恩,点一瓣心香 / 185
- 2008 届(5)班 杨 月.....谁是谁的谁 / 187
- 2008 届(5)班 张凯凤.....心怀感恩 / 189
- 2008 届(5)班 赵秋燕.....致妈妈的一封信 / 191
- 2008 届(5)班 李小娟.....不要遗忘最亲的人 / 194
- 2007 届(4)班 邱 雪.....生命吹起轻叹 / 197
- 2008 届(5)班 刘俊瑞.....感恩无彼岸 / 199
- 2007 届(4)班 周 雪.....深深的感谢 / 202
- 2007 届(4)班 杨博华.....感恩,幸福的起点 / 204
- 2007 届(4)班 刘思齐.....无言父爱 / 206
- 2007 届(4)班 王玉莹.....愧对父爱 / 208
- 2007 届(4)班 宋丽红.....感恩之心 / 211
- 2007 届(4)班 王玉坤.....感恩,拥抱灵魂的本质 / 214

目录

CONTENTS

青春宣言

2007 届(4)班 王博群	感恩生活 / 216
2008 届(12)班 杨 麒	感恩大自然 / 218
2008 届(12)班 李一凡	心怀感恩 / 220
2008 届(12)班 张 欣	感恩,成长的美丽弧线 / 222

编 者	后记 / 224
-----	----------

爱校篇

韵

青春宣言

学校是我家,我们要爱她

阳春三月,春光明媚。今天,我们全校师生在这里集会,举行 2008~2009 学年度第一学期开学典礼。首先,我代表学校恭祝大家度过了一个愉快欢乐祥和的假期,也相信在新的学期里,全校教职工、全体学生能以崭新的工作和学习状态、崭新的精神风貌、崭新的工作作风和学风,开创新的局面。

今年,我校工作的重点:一是一个中心,即以提高教育教学质量为中心,今年为教学质量年;二是抓好两支队伍建设,即着力提高学校领导班子成员的政治和业务水平,抓好领导班子队伍建设,着力提高教师的业务水平和教科研能力,抓好教师队伍建设;三是切实抓好学生教育的三项工作,即狠抓学生的日常行为规范教育、学风教育、感恩教育;四是办好四件大事,即力促学校二期工程早日完工,举行建校五十周年庆典,深化人事制度改革,做好岗位设置工作,美化绿化校园;五是实施五大工程,即全面实施礼仪工程、青年教师培训工程、温馨工程、安全教育工程、阳光体育工程。

本学期,学校德育工作的重点是开展“学校是我家,我们要爱她”专题教育活动,因此,今天我就着重和老师、同学们



谈谈“家”。

我相信，每个同学都有一个充满着温暖、温情、温馨的家。这个家给我们带来欢乐和幸福，这个家给我们注入勇气和力量，这个家，寄予我们信心和厚望。而我要说的这个家有她的独特之处，有她的特有范畴和魅力。这个家就是由 2300 多名师生员工组成的石嘴山市第一中学——这个可爱的学校。

我们这个家有着悠久的历史，有着深厚的文化底蕴，有着风景如画的校园，有一流的教学设施，一流的教师队伍，一流的管理水平，和一流的教学质量。在这个大家庭里，每个同学都能感受到欢乐和幸福，都能沐浴到爱的阳光，都能吮吸到最丰富的精神营养。我们学校历经风雨，历经沧桑，更创造过辉煌，她今年整整 50 岁了，10 月份我们将举行学校 50 周年华诞的庆典。她是我们挥洒青春和梦想的舞台，是我们编织幸福和希望的家园，是我们展示才华和智慧的天地。因此，我们怎能不爱她，怎能不钟情于她？

在这里，我想讲四个方面。

004

爱校篇

第一，吃饭。每个人都要吃饭，吃饭是为了活着，但活着绝不是为了吃饭。人活着就要有理想，有追求，做一个对社会有用的人，要成为一个大写的“人”，体现生命的价值，要活的有意义，让生命放射出精彩的火花。浑浑噩噩、碌碌无为，与其说是活着，不如说是一具行尸走肉。就当今而言，我们的任务就是学习，打好基础。大家都熟知保尔的一段名言：“人最宝贵的是生命，这生命对于每个人只有一次。人的一生应当这样度过：当他回首往事的时候，他不因虚度年华而悔恨，也不为碌碌无为而羞愧。这样，在临死的时候，他能够说，我的整个生命和全部的精力，都已献给了世界上最壮丽的事业——为

人类的解放而斗争。”雷锋也曾说过：“我要做高山岩石之松，不做湖岸河旁之柳。我愿在暴风雨中——艰苦的斗争中锻炼自己，不愿在平平静静の日子里度过自己的一生。”这些闪耀着智慧光芒的语言，富有哲理，耐人寻味。

当今社会是一个知识大爆炸的社会，是知识经济的社会。我们要生存、要生活，必须要吃饭，必须要学习，要用充足的精神食粮去丰富自己，否则就要落伍，就要被淘汰。就吃饭来讲，我们不仅要吃饱，还要讲究营养，要荤素搭配，粗细搭配，合理调剂，科学饮食。学习也是如此，要认真学好每一门功课，文理兼备，全面发展，不能偏科。

这里，我告诉大家一个信息，近期一些教育专家和学者就高中分科问题，展开了强烈的论争。孰是孰非，暂无定论。医疗改革和教育改革有很大的区别，相对来讲，教育改革跨度更大，难度更大。

请同学们记住：知识决定命运，细节决定成功。

第二，喝茶。现代科学研究表明，喝茶对人体有百利而无一害。茶叶和咖啡、可可是当前风靡世界的三大无酒精饮料，而喝茶被誉为“国饮”。无论是花茶青茶，还是红茶绿茶，都具有提神清心、清热解暑、消食化痰、生津止渴、消除疲劳等功效。喝茶首先品尝的是苦味，然后才能品茗它的香味和“韵味”。

人生如同品茶，不能苦一辈子，但要苦一阵子。同学们现在正是品味人生这杯苦茶的时候，应坚信，“苦尽甜来”。学生时代最辛苦的是来自家庭、社会、学校的压力；“千军万马”争过独木桥，同学们要接受高考这场人生最严峻的考验。为此，不得不吃苦受累。每天早起晚睡，废寝忘食，有时还免不了父