



# 一路有你

◎沁园中学 王佳佳



冬日的一天,去看望你和父亲,你让我帮你往手上贴胶布。握着你的手,我呆住了;手心手背粗糙得如干枯的老树皮,条条裂口藏污纳垢,大拇指上的那个竟像嫩嫩待哺的婴儿张着的小嘴。我轻轻地按了按,心疼的问你:“怎么没抹护手霜,冻成这样?很疼吧?”你淡然一笑:“抹了,不管用,年年都这样!”那一刻,我不禁泪眼婆娑——

年轻时你的手是怎样的,修长的,圆润的,抑或已经是粗糙的,干裂的?对于孩提时懵懂的我是一个模糊的概念。但不知道为什么记忆的屏幕上却顽固地映着两幅画面:每逢上工,你便用小被裹了我,放于地头的小窝窝中,只在休息间隙,匆匆跑来喂我几口奶,轻拍两下我的脸,又匆匆离开。而我也就那样傻傻地静静地躺着,不哭也不闹;你在场院里剪花柳,我坐在离你十几米远的地上独自玩耍。(当时大概一岁多,还会走路)看见地上爬来一条虫子,遂好奇地捏住,正要往嘴里塞,只听你一声尖叫,飞奔过来,一

掌打掉了那条虫子,用脚踩死了它。直到懂事,我才知道那虫子名叫千足虫,体有毒,我也才明白你当时为什么会那么紧张,但至于你是如何发现我这一危险举动,我至今不理解,你也没再提起过。或许凡做母亲的,都具备这种神力吧!

童年的我像一匹脱缰的小马,整天跟着姐姐们放牛、挖药,漫山遍野,不到天黑不回家。对我而言,此段时间的你只充当饲养员的角色,给她的小马准备草料,以养足精神继续疯跑。

第一次背着你缝的小书包走进学校时,我的心里充满着新奇与激动。随着年级的升高,班中女生人数越来越少,学校离家越来越远,自幼娇气的我不愿再受那份洋罪,跑回了家。你念我无知,用好吃好说,用好吃好说,用好吃好说,我重返了校园,但没过多久,我故伎重演,如此三番。我的任性,亲戚的叹惜,邻人的嘲讽,终于激怒了你,带刺的枝条狠狠地抽打在我的身上,我生平第一次

感到了疼痛,也生平第一次对你生出了敬畏,我屈服了。面对已不抱任何希望且出言不逊的老师,你低声下气,赔尽笑脸,说尽好话。那份小心,那份尴尬,让我的心里一阵酸楚。从那以后,我再也没有闪过退学的念头,为了你,也为了我自己!

我并不知道,那时的你已经因为劳累过度多病缠身,头痛更是如影随形,但为节省开支,你从不到医院看病,只是用针挑额头头放血,最多吃两片头痛药。我只知道,农忙时节,你将镰刀舞得飞快,一锄铺麦秸在你身后魔术般展开,肩负百十斤的担子艰难行走于崎岖的羊肠小道。回到家,手脚麻利的做好饭菜,紧绷的神经似乎才松弛下来,人如散架般躺在床上。我们吃完饭准备出发时,你又会从床上弹起一起上工。我一直惊诧于你的精气神儿从何而来,直到我也为人妻、为人母,我才彻悟。

恋爱结婚生子,日子流水般逝去,不知是不是你的遗传,我也时常头疼起来,医生看了不少,药也吃了不少,效果并不佳,以致整天心烦气躁。记得一个春季的夜自习,一位同事突然给我一个纸包,说是你给的。我打开来,里面是许多更小的黄赭纸包,我疑心同事开玩笑,正要扔掉。他一本正经的认真是你给的,去天坛山庙里求的治头疼的药。以前我总笑你的愚昧,凡事只知道求神拜佛。可此刻,我感觉眼里有东西想溢出来:我无法想象身体虚弱的你,如何徒步走上海拔1700多米的天坛板顶,逢庙必进,见神就拜,虔诚乞讨神灵赐予她神药,以保佑她心爱的小女儿无病无灾,身体健康。我再无权批判你的迷信,和着泪水吞下这包裹着母爱的“神药”。说来也怪,头痛病竟奇迹般好几年没犯。虽然早已为人母,在你眼里我依然是个

孩子,怕我工作繁忙,吃饭不够正常,每做好了饭菜,就一遍遍打电话叫我;隔三差五变着花样做些零食,给我送去,全然不顾自己流泪不止的双眼……

长时间繁重的教学工作严重透支了我的健康,做医生的婆婆建议用莲子、银耳等熬汤补充营养,当时租房在街的你考虑到我们都上班,就主动承担了这个任务。每天早早起床为孩子们做饭,为我煲汤,如果我没时间去取,你就步行将近二里路给我送到学校,直到把我弄得面色红润。

你极少去我家,怕生活习惯不同,令婆婆不满,让我为难。而且因为担心我脾气犟,时时劝我收敛些,和婆婆和睦相处。偶尔与婆婆闹矛盾,满腹委屈去向你诉苦,你总用一句话对付我:“天下没有不是的父母!”并且不允许你在那儿蹭一顿饭,“平时,你吃多久都没关系。现在不行,你婆婆知道了还以为是我怂恿你的。”我无处可去,只好乖乖回家与婆婆和好。公公去世后,你更是经常提醒我,婆婆可怜,要多给她买东西,多回去陪她说话,婆婆发火不要顶嘴……

虽不富裕,但因为你的乐善好施,家里成了亲戚邻人镇上的落脚点,吃饭的,住宿的,借钱的,人家来往,热闹非凡,加上哥哥姐姐四个淘气的孩子,让你每天如陀螺般转个不停,但从不见你有怨言:“都是乡里乡亲的,谁家一直挂牵‘没事牌’呀,人家来,是看得起咱!”亏的是你,换作我,两天过来,我头都要大了。

我一直不是个善于表达的人,也从没用热情洋溢的语言去赞美过你,总觉得太矫情,但此刻敲着键盘,忆及你的点点滴滴,我心中最柔软的地方被触动了:女儿能有今天,皆因为一路有你的陪伴,谢谢你,母亲!



◎沁园中学八年级 李海鹰

如何安放我们的身体,并且保养得好,亦非难事,心,却总会游离身体,而难以安放。尤其是物质生活充裕的今天,就更加不易了。从出生到坟墓,人就一直行走在路上,不同的阶段,不同的境遇,我们都应该把心灵好好安放。回首2015,我还算守住了自己。

把心灵安放于困境,让意志变得坚强。这一年,我经历了一种病痛。虽然不能算是什么大病,可长时间莫名其妙的症状还是让我的身心难以招架。当那些烦人的症状基本消失,在一次复查的路上,我觉得特别安然,半年过去了,这还是第一次。即刻我就下定决心,今后再也不要随便错过生活中稍纵即逝的美好。难推的日子过后,我还是觉得这次经历给我带来的好处更多,我本不知道自己还可以有勇气独自一人早起,赶上4点的车去检查。从此,我对生活少了抱怨,总会试着去和生活讲和。

把心灵安放于远方,让心情得以平静。也曾经到过不少地方,都是只耗体力,不费心思的集体旅行。我对独自远行的渴望已经好久了,可总没勇气。一个难熬的春天过后,我决定独自出趟远门,此行的目的地是湘西的凤凰古城。早早起床,在铺满青石板的小巷子里,走走停停,不思不想,任凭眼前的一切将自己围绕。游客逐渐多了起来,窄窄的巷子挤满了人,密密麻麻的店铺里摆着各种物件,我就挨家去欣赏。走累了,也偶尔会到沱江边的咖啡屋里小坐,看着流水发呆。几天下来,我将古城里狭窄,曲折的小巷走了个遍,心情也异常的平静。即使将古城的火车晚点六个小时,在《沈从文自传》的陪伴下,也没有丝毫的等待之苦。

把心灵安放于身边,让情感获得温暖。夏天过后,怀着疑惑的心情,我和另外的十一个人坐到了一个办公室。当时就想,按照排列组合计算,那得有多少场次上演?二十个人中,不乏个性鲜明的,可我们相处起来却意外地融洽,工作和生活上的困难都会在这个集体里得到帮助。半年的时光里,我体会到了最多的温暖。

把心灵安放于书籍,让生活获得滋养。生活总让人觉得心烦意乱,无所适从。此时,我会选择阅读,让心灵放飞于思想交融的世界里。《自带光芒的女人》是一篇特别适合女人的文章。作者让我更加坚信,一定要把生活的细节做精致了,让自己拥有能量和微光,不论身处何种境遇,都可以守得住自己,守得住世界!

2015,是我渴望成长和进步的一年,即使在最青涩的日子里,也从没有过如此强烈的感受。

# 半百知天命

◎王小丽

十年前的今天,感怀“四十岁的圣诞”,憧憬十年后的健康而自信,丰实而善良,笃定而安闲。时间匆匆流逝,只一声汽笛嘶鸣,人生的列车已驶进了五十岁的车站。高堂明镜悲白发,朝如青丝暮成雪!“黄河之水天上来,奔流到海不复回!”

到了“我山剩水”的岁月,心灵也渐生皱纹:是否还应有所作为,怎样作为?

恩格斯说,有所作为是人生的最高境界。人生对于每个人都是一个单行的过程,在这属于自己唯一的过程中,一旦不求进取,就意味着虚度时光,空耗生命。追逐着,奔跑着,用心去追逐的,常常是一塌糊涂!人生半百,不敢轻易言老,只知道生命中还有很多缺憾等待着弥补!不期望何时能成为一个气定神闲的仙人!至少端正做事,善良处世,不伤他人,不做道德的囚徒!

“鬓微霜,又何妨”,“世界以痛吻我,我报之以歌!”“会挽雕弓如满月,西北望,射天狼!”“莫道老时空怀月,泪洗过去忆坎珂。”

# 心理健康的方向和目标

◎沁园中学 王海丽

我到郑州聆听了多节省级优质课,有安阳66中的周国平的《制定学习目标》,平顶山七中卢海芳的《和父母架起沟通的桥梁》,陕州中学王培培的《适应高中新生活》,济源一中的王秋霞的《认识自己》等。通过学习,我对心理健康教育辅导课的概念更加清晰,更加明确这门学科的方向和目标,深感中学心理健康教育的必要性。现将我的收获总结如下:

一、面对每一个孩子,注重积极心理品质培养。心理健康教育辅导课面对每一个孩子,而不只是有“心理问题”的孩子。有人认为,有问题的孩子才需要心理健康教育辅导。其实心理健康教育辅导课不是“治疗”,而是“培养”学生的积极心理品质,如:增进学生的主观幸福感,开发学生的心理潜能,完善积极的人格等。这几节课所选课题有“学会合作”,有“男生 女生”,有“我是守规矩小公民”,寻找“感恩父母 与爱同行”等。这些课的内容都是让学生树立心理健康意识,了解简单的心理调节方法,学会感恩,学会人际交往等等。

二、注重活动体验。四位执教教师都设计了精彩的活动,也注重在活动中让学生亲身体验和分享。给我印象比较深的是王秋霞老师的《认识自我》这节课中教师设计的活动,为了让学生体验学习的重要性,教师设计了“踩尾巴”游戏,还设计了“三分钟答题”游戏,及你的点点滴滴,让学生切实感到遵守规则的重要性,让学生逐渐把这种品质渗透到生活中。

班级心理辅导课不同于我们平常开设的学科课程。学科课程以传授间接经验为主,让学生在每一节课中完成教学目标,而活动课程注重激发学生获得直接经验,更重视活动的生成性内容。让学生在一种安全、开放、平等、尊重的活动氛围中,全身心的参与和投入活动,分享个人的感受和收获,从而引导学生寻求快乐和幸福。

三、教师把握好角色。所有上课的教师,情绪饱满、热情,整堂课老师都面带微笑。教师在班级心理活动课中扮演的是组织者、参与者、引导者,是学生的知心朋友。每一位教师都特别注重倾听学生的心声,每当学生分享时,教师都真诚的注视着学生的眼睛,用手拍拍学生的后背。整节课也特别注重学生之间的交流分享,学生之间的年龄相仿,心理相通,最容易沟通、接纳和产生共鸣。其中潘晓娟老师的课我印象最深刻,课题是《感恩父母 与爱同行》,教师最后设计了一个“爱的倾诉”环节,让学生体会互相拥抱的温暖,有好几个女生主动走上讲台,真诚的要求抱抱老师,此是,下课的哨声已经吹响,更多的学生陆续走上讲台要求和教师拥抱,有的学生掉了难舍的眼泪。在场的听课老师都被这一幕深深的感动了。

心理健康教育辅导课是面向全体学生的一种活动,它是培养学生积极心理品质为活动目标,活动要符合学生的心理需要和年龄特点,活动注重学生的心理感受和内心体验,促进学生的身心发展、自我成长。

四、注重活动体验。四位执教教师都设计了精彩的活动,也注重在活动中让学生亲身体验和分享。给我



◎沁园中学 赵瑞枝

# 一辈子学做教师

十天的学习,是我的一次难忘的学习经历。从华师大教授们的身上我们感受到了治学严谨,植根实践,求真务实,创新超越,谦虚谨慎,胸怀宽广等学者大家的风范。对我来时时时刻刻都在接受教育,下面从教师成长的角度总结个人学习的一点体会,并不能展现此次学习与参观考察的全貌。

首先,在师大王建军教授所做的讲座《教育变革与教师专业发展》中提出,教师发展应做到三个方面:阅读,反思,写作。在谈到教师对外来知识的吸收与分享中,介绍了一种方法:写小论文(理,例,立)将自己在讲座中听到的让自己有感受的理论,结合自己的实践,说明理论,面向未来,提出建议。在谈到反思时,王建军教授总结了课堂教学中的五步反思程序:行动——回顾行动——分析到主要问题所在——创造替代性的行动方案——新的尝试;对于课后一节课的反思,王教授又具体讲了几个步骤:1、目标是什么 2、存在的问题 3、追问背后的原因 4、改进。方法很具体,很有操作性,连续着千次对同一对象进行反思,积累,就可以做成微课题进行研究。如果按照王教授方法,论文、课题是那么的轻松,自己的成长也就变得容易起来。

其次,在教师成长方面给我印象深刻的还有吕良环教授的讲座《影响学生英语学习态度因素分析》,在讲座中,他指出学习好与学习不好的学生之间的最大差异不是在智力水平上,而是在学习的主动性及积极性上。教授以英语语序与母语语序的区别这个课题为例,讲了教学方式对学生积极性与主动性的影响。初学英语的学生对于英语语序问题难于掌握,老师就采用把句子切块的方法,让学生自己动手排序,用手触摸,用心去经历,这样老师再引导学生把正确的英语语序与母语语序做以对比,这样学生掌握起来比老师直接让学生死记硬背容易得多,并且提高了学生学习的积极性与主动性。这个方法主要侧重学生去感受,老师不要做过多的解释,更多的是让学生感知语言,让抽象的句法变得可视化。

再次,在教学方式方面又以英语语法补语法的语法课为例,展示了两位老师不同的教学方式,一位老师利用大屏幕上的文字解释什么是英语补语法,哪些语言形式可以充当英语补语法,5分钟的导入成了学生的催眠曲,学生听得昏昏欲睡。另一位教师采用纠错方式,引导学生积极参与教学,学生纠错后,教师简单归纳英语补语法的用法以及近几年高考考点。学生在亲身体验和实践中,逐步形成自主学习的能力。所以,不同的教学方式对学生积极性、主动性调动是不一样的。

总之,学习过之后,感觉自己要反思的太多,自己要学做的更多。那就通过自我训练的方式,努力学做一名优秀的老师。

很多班主任老师在班级管理方面都有许多行之有效、简单易行而又充满智慧的教育方法,我觉得能做好一件平凡的小事,体现的是老师们高度的责任心、良好的行动力与相应的技能技巧。因为,“教育无小事”!将每一件平凡的小事用心地做好,就能成就美丽的世界。在此,我仅就17班的卫生管理从两大方面谈谈:

一、卫生常规管理“五个好”

1.教育好 我觉得,要想搞好班级卫生,必须从根本上入手,那就是培养学生良好的卫生习惯。考虑到刚升入初中的学生卫生意识淡薄,自律能力还不强的特点,我经常利用饭后、班会甚至课堂进行卫生教育。时时把讲卫生、爱清洁等类似的话对学生念叨,让学生了解学校的卫生制度,始终绷紧心中的卫生弦,并且通过班会的讨论,让孩子们明白我们要创立“无纸屑班级”及其意义,慢慢地,学生就能正确理解和对待班级的各项卫生工作。

2.承包好 “人人有事做,事事有人做。”这是我在班级卫生工作方面奉行的一个原则。因此,和很多班主任一样,我也在班级管理方面实行了“责任承包制”。

班级制定了值日劳动任务安排表(展示三大组轮流,一组一周,这样的话有以下好处:1.避免一天一换组而忘记打扫任务,2.避免把今天的任务推到明天的现象,出现问题责任明确,3.节约人力,以前为固定周一到周五的扫地学生,得分成5组,常为学生人数不够而发愁),这份任务表上把教室、卫生区、车位区划分成若干个小部分,劳动打扫及保持整洁的任务分配到具体的学生。每个学生负责其中的一项,这样的好处是:从学生角度来讲,培养了他们的责任心,而且节省了做值日的时间,因为算到个人,每个人平均每天3—5分钟就可以完成自己的任务,同时学生也体验到了每项劳动的艰辛,更懂得珍惜别人的劳动成果。从教师管理角度讲,便了我的管理。谁干什么,有什么要求,只要跟有关学生交代清楚就可以。这样在检查的时候,哪位学生的值日不到位



◎贺伟伟

就会一清二楚,就可有针对性地进行帮助、指导,使教育有的放矢,促进班级值日质量的整体提高。但也要提醒,不能说谁先完成就先走,一定要等卫生打扫完了,检查了再一起走,因为你们是一个小组,一个小组就是一个小集体,在这个小集体里面,也要相互团结,相互关爱,相互帮助,任务轻的帮助任务重的,先完成的帮助后完成的,这样也体现了一个小组的集体主义精神和凝聚力。

当然,这个承包制是在了解学生的基础上进行的。说到这里,我确实挺感谢军训的,虽然军训又热又累,但是在这期间我对班里的大多数学生的性格特点都有了大致的了解,这为我开班级工作的开展奠定了很好的基础。就拿卫生责任承包来说吧,我根据孩子们的不同的特点,将卫生任务责任到人,比如,卫生区在楼下校园内,不好监管,我就让那些自觉性强的,有责任心的学生去打扫;比如,冯俊杰,好耍小聪明,有些偷懒,我就让他单独打扫教室外的地面,既方便我检查,又避免了他坐等靠的想法;再如,我会把门窗、开关、多媒体、电器、讲桌的擦拭这些细节活分配给细心的女生等等。

3.培训好 值日生有好的值日技巧,可以事半功倍,所以刚开始时,我很重视值日方法的指导。大扫除中和学生一同劳动,手把手教给他们打扫卫生的各种技能和方法,如怎样拿笤帚扫地,如何把墙边拖干净,何时拖地效果最好,拖把怎样放整齐美观,怎样能把黑瓷砖擦亮,怎样能把黑板上的粉笔灰擦干净,如何清理黑板擦,如何合理使用

干湿抹布和报纸擦玻璃,有风的时候如何将垃圾扫得干净等。我们班的卫生区分布在两个地方,一片是行政楼后,一片是车库南边直至操场边,尤其是车库南边这一片卫生区,走的人多,学生落的垃圾也多,落的树叶更多,碰到刮风的天天气候打扫,一开始学生打扫的时候就像“画大字”,勾勒“简笔画”,这儿扫一下,那儿划一下,时间浪费了,半天还是一块地方也没扫干净。我就亲自到卫生区给他们示范,并结合语文课本里的一篇文章《走一步,再走一步》,让他们先把自己的责任区分成一小块一小块,然后分目标朝一个方向打扫,还告诉他们在那个地方堆垃圾能提高效率,这样的指导示范让学生掌握了卫生打扫的技能,完成劳动任务也就容易了。

4.保洁好 我经常能发现这样的问题:刚打扫完,教室都是很干净的,但上过一两节课后,就立马恢复到打扫前的模样。因此,保洁工作就显得十分重要了。那么,如何保洁好呢?我要求班中每位学生管好自己的一亩三分地,以座位周边30厘米为界限,实施“我的地盘我做主”方案——也就是维护好自己座位周围30厘米范围内的整洁。其实,这并不是“作秀”,是传递给学生一种信息“班级卫生,人人有责”,每个学生不允许说不知道谁把垃圾丢在自己管辖的范围内,只要自己的“自留地”有垃圾,就有义不容辞的责任去清理干净,通过不断的教育,让学生明白不允许为卫生问题找借口。经过一段时间的训练之后,现在班里的学生见到垃圾,不管是否在自己范围内,都能主动捡起;看到前面同学的桌子不齐,都能相互提醒一

下等等,学生们的班级卫生责任意识也确实得到了强化。

5.监督好 要搞好卫生,经常地检查督促是必不可少。我坚持每天早上,中午来学第一件事情就是到班中巡视一次,了解每个同学的卫生打扫或保洁情况。当然,光靠我一个人的检查是远远不够的,所以,我把权力下放给劳动委员和各个小组长,帮他们树立威信,把平时的检查工作交给他们,劳动委员每天做好提醒和检查工作,每天放学前向我反应当天的卫生情况,我则根据情况及时进行表扬和教育,发现问题,马上纠正。我还经常让每组组长进行组内检查,比如一组的组长检查二组的值日情况,如发现二组有两块纸,将给二组扣掉两分,给一组加上两分。用这样的方法激励孩子讲卫生。良好的卫生环境不在于打扫而在于保持,由于经常性的检查监督,孩子们保持得也很好。

二、卫生创意管理“巧用诗” 首先,我们来轻松一下——听一个老人、儿子和葡萄的故事。一个老人快死了。死之前立了一个遗嘱。他说:“我的葡萄园下面埋有宝藏,三个儿子中,哪一个儿子先掘到宝藏。宝藏的所有权就归谁。”每个儿子都怕别人掘宝藏,就每天都早早地去葡萄园。结果没有一个人掘到宝藏。但是他们每天刨地,结果葡萄园硕果累累。他们终于明白了真正的宝藏是葡萄!如果老人临死前让他们天天除草、挖地。他们肯定会说太累了,他们不会干这个事情。

其实,这就是管理的创意。当我们想办法用

创意来代替制度,那么就会创造一个让大家自觉维持你的管理的氛围。

有一天,我来到教室,讲台上前墙根从南到北一列白粉笔灰,后墙根上的水被踩得到处都是,教室地面上还有零散的废纸片,水是学生从饮水机接出喝不完倒在地上的,纸是男生叠飞机飞的,显得格外刺眼,室内环境卫生成了重灾区。“老师教大家写作文的时候要注意观察,”中午饭后时间,我对学生们说,“近段时间我就观察到咱班里的这一现象,于是我写了一首诗,大家不妨看看。”随手拿起粉笔,我在黑板上写道:

教室 小教室,不足50平米,却有50人聚。同出入,共呼吸,却非清新雅居;东边一片水渍,西边一堆粉尘;南边不少废纸,北边还有垃圾。待到春夏热风起,虫儿休闲福地。那次第,怎一个脏字了得!文明班级红旗,何时能有咱的? 学生看后哈哈大笑,笑过之后,一阵沉默,若有所思,不好意思起来。

后来,当我再次来到教室的时候,我习惯性地查看了教室的地面,与之前的景况已大不相同。我心里暗自高兴,略一思付,在黑板上写道: 教室 咱班教室,不足50平米,大家姐妹兄弟。你尽责,我出力,好个清新雅居;东边没有污水,西边没有粉尘;南边没有纸屑,北边没有垃圾。室内明窗净几,大家学习福地。这环境,哪一个班级能比!文明班级红旗,月都是咱的! 教室里又是一阵笑声……

班级卫生工作,看起来是小事,管起来是琐事,查起来却是大事,此无定法,贵在得法。因时因事,善于发现问题,同时灵活机动地采取不同方式解决问题,班级管理工作的效果才能取得好的效果。因为,每一个学生都是一个世界,要想得到每一个学生的信任,要想做好班级的每一项工作,需要付出很多的心血。但是,这一切都很值得,因为我们努力了,将每一件平凡的小事用心地做好了,我们得到的将是一个美丽的世界!我想,从这个角度上说,工作是累的,更是美丽的!

其实,这就是管理的创意。当我们想办法用



奋斗过、拼搏过、我不后悔

致我心中的2015

◇八(24)班 刘金梁

时间如流水，悄然间，从我们手中滑过，想挽留，却也无能为力，只能看着它逝去，心中不免有些伤感，一年风光弹指间灰飞烟灭，消散在天地间，如同蒸发了一般，只留给我们一个又一个回忆，一个又一个想念。致我们即将逝去的2015，致我们心中的2015。

2015年初，我刚步入这个学校几个月，对这里的老师，这里的同学有了一个初步的了解，对这里的教学，这里的校风有了一些简单的认识。2015年末，我已成为一名八年级学生，在老师的带领下，在同学的帮助下，滑着前进的小船，在两极分化的巨浪中，努力划着桨，向着一个目标前进，也许前方有许多困难在等着我，但我不怕，正如路飞所说“我要成为海贼王的男人”，我也要为我人生中第一次选择而奋斗，也许目标不像路飞那样宏大，但我会尽我最大的努力，也许最终的结果不尽人意，但我努力过，奋斗过，拼搏过，我不后悔。

一年中，我经历了很多，有些是与父母之间的家庭趣事，有些是与同学之间的校园趣事，有些是与兄弟之间的“陈年往事”，这些都在我脑海中，挥之不散，真想一直留在那个时候，时间在一分一秒的减少，他们也在一点一点离我远去，和他们相处的时间也所剩无几，真希望时间就此凝结，一直活在这个美好的环境中。和那些关心我和被我关心的人生活在一起。永远!!!!

我心中的2015，不会因为2015年的过去而翻页，而会在我心中，在我一生的各种经历中，画上一道美丽的色彩，如同酿了百年的美酒，不会因为时间的推移而变味儿，而会在时间的伴随下，越酿越香……

(辅导教师：李爱荣)



莫忘初心

◇七(11)班 杨思瀚

时光流逝，岁月匆匆；不忘初心，方得始终。

——题记。

从踏进学校的那一天开始，我就下定决心，依靠自己的努力与勤奋，一步一个脚印，用知识丰富自己，成为一个对社会有用的人。2015年的夏天，怀着依依不舍的心情，我离开了小学的校园。曾经六年的美好生活和少年成长的欢乐，随着身后校门的渐渐关闭，都留在了那个不大却记载了我从幼年到少年全部岁月的校园里。与校园远远相望，六年来与老师同学相处的朝朝暮暮、点点滴滴，涌上心头，却只能作为美好的回忆。同时也明白，那个年少无知，无忧无虑的童年，再也回不去了。我必须转身向前走，沿着青春的脚步，义无反顾。

还没等我从离别的伤感中回过神来，便匆匆踏进了初中的大门。崭新的环境，崭新的面孔，崭新的课程让我充满了未知的期待与喜悦。随后，一个巨大的惊喜接踵而至——我被老师和同学们推举成为了七年级11班的班长。虽然我小学也当过班干部，但刚上初中，班长的重担压在肩上，在欢呼与叫好声中，我也感到了莫大的压力和责任。怎样既做好班级工作又不使自己的学习成绩落下，成为我奋斗的方向和目标。我思考着，摸索着，也实践着。

岁月流逝，日月如梭，我也跟随时间的脚步一点一点成长，并且深深地爱上了我的学校。在这样一个学期里，我也逐渐找到了新的学习方法和班级管理班级的经验。代数与几何、散文与诗歌、名词与冠词、政治与历史、地理与生物，一切都是那么新鲜，我知道了人类的发展史；了解了神秘而伟大的地球；第一次在显微镜下观察了生物，才知道生物除了动植物还有其他的种类……这一切，向我打开了一扇崭新的窗户，展现了新奇而模糊的未来世界，激发了我探索这个世界的兴趣和信心。我终于明白，知识的海洋浩瀚无边，只有驾驶勤奋之舟，才能到达成功的彼岸。

同时，在老师的鼓励帮助，同学的配合下，我的班长工作也渐入佳境。起初，班里纪律不是很好，很多同学课间和中午来学后不能主动学习，总是跑闹嬉笑。自习课上，有人趁老师不在，自由散漫，做小动作，班委们及时沟通交流，制定一些制度和措施，班里的纪律大有好转。在最近的学校运动会上，同学们团结协作，共同努力，为班级赢得了很多的荣誉，在欢呼与叫好声中，我们第一次感受到了团队的力量和集体荣誉感。同学们不仅仅是在一起学习，更像一个和谐的大家庭，兄弟姐妹一起，共同学习，共同成长。

初中生活过去几个月，我也已经习惯了每天天不亮起床深夜才睡觉；习惯了每天匆匆忙忙家里学校“两点一线”的生活；习惯了积极主动学习；习惯了没有电视只有书本的枯燥生活，也许，这就是成长的代价吧！

新的一年即将来临，我也迎来了我的13岁生日，长大了一岁，也应该更成熟一些吧！作为一名学生，首要任务还是学习，“踏踏实实学好每一节课，认认真真做好每一道题”，是我永远不会改变的学习法则。在不耽误学习的前提下，尽心尽力做好班级的工作，提高责任心，锻炼各方面的综合能力，努力书写青春的答卷，不让未来的自己后悔。

不管未来学习的道路如何漫长艰辛，都不要忘记出发时的梦想。“不忘初心，方得始终”是我送给自己的生日和新年礼物。愿一生可以共勉。



我的2015

◇九(24)班 刘雨卓

人生天地之间，若白驹之过隙，忽然而已。

——题记

15年的印记还未褪去，16年的脚步声却已悄然而至。仿佛还在为那日刘翔的退役而惋惜不已，仿佛还沉浸在听闻屠呦呦获诺贝尔奖作为中国人的喜悦和自豪；天津爆炸点染的白昼尚未熄灭，上海踩踏祈祷的钟声还未消逝；却总记得海峡两岸领导人“世纪之握”的历史性时刻，十里长安街白鸽齐飞，日月同辉的壮观景象……

2016年，就这样近了，近了……她身着一袭长裙，她美丽的头发从耳边垂下，她迈着轻快的步子，她还没有到达神州大地，可每一角落无不藏着她的身影。她是那么纯洁无暇，还没有任何事情去沾染她。而几乎与她并肩的2015，则是多姿多彩，婀娜多姿，那就是我的2015。

我的2015，一半初二，一半初三。前一半无忧无虑，自由自在，后一半紧张激烈，刻不容缓。不知不觉，总以为容量很大的抽屉已经被各式各样的课本，习题册，资料书占满了，连一张纸都塞不进去。我讶异：“书怎会突然间这么多呢？”过了一会，好像突然想通了，自问自答般：“初三，就是这样吧。”

自此，每天十节的不同课程，上的我头昏脑涨。还来得及消化上节课老师传授的知识，下节课的老师又推门走进了教室。课间以“秒”为单位的闲聊成了我们一天紧张时刻的调味剂。校门口到教室不足200米的距离，我几乎都是小跑着前进，时而会撞上晨曦中手拉手并肩走的初二学妹，亦或是三五成群，勾肩搭背的学弟，疑惑地看着我，我对远处的他们干笑两声，不由得又加快了步伐。还未到最激烈的时候，我却已感受到了深深的压力。

初三，初三……我喃喃着。它不似初一的懵懂，它不似初二的阳光，它被赋予了一层更深刻的含义。“中考”、“一中”、“分数线”、“前三百”……这些词汇不断地在脑海中浮现。犹记得，老师给我们算的中招时间账，猛然发觉竟与我的班级相处时间不足百天了。那一瞬间，不知什么东西堵住了我的喉咙，久久不能发声。晴朗的天空也陡增了几多无奈的乌云。哦，初三，那不舍啊！回头看同学们，稚气未脱的面庞，却也笼上了一层淡淡的忧伤；回头看看母校，夕阳的余晖洒落在她温暖的臂弯，令人心醉，捡起一片垃圾，轻轻放入垃圾箱。我的母校啊，愿你永远美丽。

16年的另一半初三，马上就要来临了，我只想静下心来好好地学习一次。数学有何难？世上无难事，只怕有心人。难道战胜不了数学？不！我相信凭借自己的努力，一定可以有一次完美的逆袭！完美的超越！中考的战场上，等我去攻克强敌，所向披靡！

2015，怀念；2016，期待。我会倍加珍惜接下来的时光，努力奋斗，让未来六月的自己，感谢现在与时间赛跑的——刘雨卓！（辅导教师：史卫萍）

窗外日光弹指过，席间花影座前移。仿佛昨日还在阖家欢乐，庆祝2015的到来，如今又该展望2016了。赫然回首，装载着旧事的格子爬满了蜘蛛的痕迹，有些地方的网密密麻麻模糊难辨，而有些地方却稀稀疏疏朗朗清晰。随意从中拿出一册，品味其中的乐趣，看着看着脸颊上也现出了会心的微笑。

暑假里，我带着日记，没有父母的陪伴，和堂妹一起去了广西北海探望叔叔婶婶，顺便也作一次旅游。那里天空晴朗蔚蓝，到处是青青绿草和挺拔的树木。我不仅得到了身体的放松，也感受到了心理的蜕变。最深刻的是那次海边之行。

北海周围有许多海，大的小的，有名的叫不出名的……在我们住所的后面，就有一片海。我们会在风和日丽的下午，走在沙滩上。那里人迹很少，也偏僻，只有渔民。渔民大多是三四十岁的中年男子，其中一位年近花甲的老渔民，特别显眼，他很瘦，好像只剩骨头了。皮肤发亮，赤着脚在船上走着。我有些疑惑，这么大年纪了还出来干活吗？我们去的时候赶上他在收螃蟹，远远看着渔网中的螃蟹特别大，不禁都动了心，便走过去看看

能否买几只。他很好说话的，寥寥几句就让我们自己挑选了。他把螃蟹一个一个摊开，望向我们，目光里有少许期盼。我近距离看了他，他的脸上、手上以及脚裸，被海风雕刻出许多沟壑，深深浅浅，皮肤也成了深棕色，又好像是被海水浸泡似的，皱皱巴巴。身上衣服是蓝色的，洗得发了白，裤腿挽到了膝盖上。他真瘦啊，除了骨头，就剩一张棕黄的皮了。我们抱歉地笑了笑说要不那么多了。他愣了一下，转眼又和蔼地笑笑，说没关系，买回家尝尝吧。我们不懂螃蟹，就让他帮我们挑了几只，挺大的个，吐着泡泡，举着钳子挥舞着，也没有多少钱。我把钱递给他时，他抬头看了我一眼。

那眼睛应该不小，却几乎成了一条缝，是海风吹的。他的视力不大好，稍微低了头，眼睛就向上看着我，眼皮有些耷拉。正是那一眼，让我至今难忘。他的目光如这片海，虽没有智者那般深邃，但比那那包含的还多。我看出了艰辛，看到了他日日夜夜孤独地在这片海上捕捞；我看出了温和，那应该是在看这片大海时残留的柔情；我也看出了坚毅，那是他对家庭的责任与对年纪的不服。

是你给予我前进的可能

◇八(12)班 王景雯



人的一生中总有一位重要的人，他会影响你很久，甚至一生。

——题记

升入八年级后，我依旧以为老师讲，我听；老师布置作业，我写就可以保持中等的成绩了。于是我大把大把的时间都消耗在了“玩”上。

甚至到了期中考试，我还不慌不忙的，完全没意识到“初二分水岭”的危险。直到考试成绩（已退至年级800多名）揭晓，我才开始紧张，但可笑的是，我因为害怕父亲训我。

“闺女，中考考得怎样啊？”我忐忑地回到家。就在踏进书房的前一秒，父亲那让人忐忑的“问候”传到我的耳朵，我不禁倒吸一口冷气。心想：完了，老爸要知道我退步那么多，还不得把我教育到天亮？于是傻笑着说“你猜？”父亲也笑了，但又带有一丝忧。“我猜你退步了，而且退步很大。”父亲胸有成竹地说。原来父亲已经知道了啊！我的喉咙中就像有一只小蜜蜂在震着翅膀，低声地发出“嗯……”谁知父亲只是让我去写作业并没批评我。我心中一阵窃喜，以为这便逃过一劫。

刚写完作业，父亲像有预知似地走进书房。而此时的父亲板着脸，浓密的双眉紧皱着，两眼间仿佛燃起了微弱的怒火。随着父亲的走近，灯光沿着眼镜片的棱角游走，两鬓处的白发在台灯的照射下反射

着点点银光。一股无形的压迫力扑面而来，我的心头仿佛压上了一座大山，耳边可以清晰地听见我急促的心跳声。

父亲慢慢坐下，隔了两三秒，才开始讲话。可就是那两秒钟，对我而言仿佛漫长的像一个世纪。父亲终于开口了：“考这么差，高中还想上吗？”又是一阵寂静，我陷入了深思。的确，对现在的我而言，这个问题就像“明天吃什么”一样的近，只是我自己不愿去面对罢了。父亲接着说：“初二大家都知道努力了，就你还成天生活在自己的小世界。你个子长高了，思想也要成熟一些。”听到这里，心中仿佛有一颗名叫“羞愧”的石子掉落到一潭清水中，泛起层层涟漪，勾起我的点点回忆。刚退去的寂静又再次包围住这个小小的书房。父亲见我若有所思，一声不吭，便将语气放缓：“你自己想一想吧。目前就这两个难题，你懂了便海阔天空了。学习我不说，你也知道该怎么办了……”父亲今日的话为何如此多……看着父亲离去的背影，我想着……噢！我又懂了许多……

如今想来——匆匆一年，前半年是碌碌无为，后半年是豁然开朗。我的改变取决于父亲的教导。我感谢父亲的一席话，感谢父亲开始的宽容，感谢父亲最后的沉默，感谢父亲平日里的关注……（辅导教师：刘毛英）



品味书香 余味悠长

◇七(17)班 陈琳

我很庆幸因为书——这个人类共同的朋友，可以让我们每个人的心走得更近。金庸老先生说：“只要有书读，做人就幸福。”听到这句话，我的心情立刻就快乐起来，因为我可以算是有书读的人了。

说起来我真的很幸福，记忆中美的感觉居然就是从书开始的。从连环画到《故事大王》，从《小葵花》到《少年文艺》，从《诗歌》到《名著》，书籍滋润了我的心田也陶冶了我的情操。

后来我迷上了古诗词：“碧玉妆成一树高，万条垂下绿丝绦。不知细叶谁裁出，二月春风似剪刀。”我的审美意识是从这里开始的，它同时也打开了我想象的大门，中国古典诗词是那么纯粹，令人心醉神迷；“枯藤老树昏鸦，小桥流水人家”，词儿一蹦一蹦的，读起来眼睛会一闪一闪。在经典

之中，我慢慢有了“古今多少事，都付笑谈中”的恬淡；有了“自在飞花似梦，无边丝雨细如愁”的善感；也有了“淡泊明志，宁静致远”的心怀。

看书也使我学到了很多道理。比如：《遇到困难怎么办》教给我当危险来临的时候如何勇敢面对；《西游记》使我知道了做人要像孙悟空那样敢于承担责任，还要有一颗坚持到底的恒心；《三国演义》，让我领略到诸葛亮舌战群儒的风采；《钢铁是怎样炼成的》让我体会到人生的真谛和生命的意义。读书，真好！

很高兴的是，我们学校精心为我们营造了一个真正的书香校园。“图书漂流活动”八九年级学生为我们增添了精神食粮；“品中外经典，享读书乐趣”读书交流活动让我们享受了文学大餐；“小小图书角”为我们阅读、汲取知识提供了平台。每个课间图书角是我必去的



◇八(13)班 刘雯菲

他攥着钱，用细竹签似的手，塞进了口袋，对我们笑了笑，又弯下腰，从船板上拿起一个小篓，掏出几个贝壳，递给了我。我说：“谢谢，您辛苦了。”他笑了笑，又弯下腰，从船板上拿起一个小篓，掏出几个贝壳，递给了我。我说：“谢谢，您辛苦了。”他笑了笑，又弯下腰，从船板上拿起一个小篓，掏出几个贝壳，递给了我。我说：“谢谢，您辛苦了。”

我的眼。看着他，我想起了爷爷。他是那种闲不下来的人，年近花甲还想着帮我们家里挣些钱，常常骑着电动车，起早贪黑的那不到四十块奔波忙碌钱。我又想起了许多人……在北海，风土人情我领略不少，常常使我在风中他住回走着，一步一个脚印，背微驮，拖着网。风含着海水，熏湿了我的眼。看着他，我想起了爷爷。他是那种闲不下来的人，年近花甲还想着帮我们家里挣些钱，常常骑着电动车，起早贪黑的那不到四十块奔波忙碌钱。我又想起了许多人……在北海，风土人情我领略不少，常常使我在风中他住回走着，一步一个脚印，背微驮，拖着网。风含着海水，熏湿了我的眼。

(辅导教师：王冬艳)

这熟悉的味道，将我紧紧拥抱

◇七(3)班 魏小夕

这水与豆子、米交融的味道，小火慢炖的味道，妈妈温润之心的味道，将我紧紧拥抱。

正值夏季，清晨的厨房中，弥漫着沁人心脾的粥香，让紧张的我愉快开始新的一天。我揉了揉蓬松的睡眠，就能闻到厨房飘来的阵阵清香，使我感到神清气爽。赶快起床洗漱后，来到厨房，妈妈已经把粥盛好放到了餐桌上。“妈，今天做什么粥啊？怎么那么香？”妈妈笑着说：“红豆薏米粥，专门去湿的，对身体好，可要多吃点啊。”

我坐在餐桌前，这粥的颜色我从没见过：紫中带黑，黑中带红，这颜色并不使人感到深深的压抑，反而有一种剔透、清爽的感觉。碗里的豆子时隐时现，仿佛一群调皮的小精灵在和我说悄悄话。

粥散发出诱人的香气，使我感到口齿生津，端起碗筷就往嘴里扒，一旁拖地的妈妈不意道：“慢点吃，看你。”我这才不好意思的慢慢咀嚼起来。

真奇怪！刚入口，红豆那种清香，酥软，煮的发面的口感顿时在我的口中弥漫开来，这下舌尖上涌动着红豆的清香，令人心旷神怡；涌起了薏米独特的味道，甜甜的，滑滑的，让人回味无穷。我细细品味，任凭这香气在我嘴里窜来窜去。忽然发现妈妈正目不转睛地看着我，认真得不亚于

于罗丹在欣赏自己的作品，我又有甚尴尬：“妈，你怎么了？”

妈妈连忙摆手，显得有些慌乱：“啊！没什么，没什么，你快吃吧，一定要多吃点！这可是我四点钟起来给你熬的，多吃点。”我愣住了，妈妈这么早起来，就是为了给我熬粥？再品尝一口，不仅仅是清香的味道了，还有时间的味道，厚厚的，爱的味道，暖暖的味道。母亲把对女儿的爱，全部倾注在这美味的粥里。顿时我的视线模糊起来。嘴中，各种味道交织着，深深刻在我的脑海中，成了我最熟悉的味道……

回想中，熟悉的味道从我的脑海中一闪一闪：妈妈把酸菜鱼的味道留给了我；把西瓜尖的味道留给了我，这味道不仅仅是单纯的菜肴果香，而是亲情的继续，母爱的温存，家的包容。

这熟悉的的味道，像一件厚厚的衣服，拥抱着我，心里暖烘烘的；这熟悉的的味道，是妈妈温润之心的味道，将我紧紧拥抱。

(辅导教师：段丽锋)



地方，每每看到同学们在津津有味地看书，我分明嗅到了文明的气息，看到了他们因为读书而美丽的面容。此时，我想起这样一句话：要想有气质，要想真正地漂亮起来，一定要读书。读书是最好的“精神化妆”。你穿再贵的衣服，买再高档的化妆品，那仅仅都是外在的修饰，经过岁月的打磨，还是会像电影《手机》里说的那样“产生审美疲劳”。

有这样一件事：著名历史学家麦考莱曾给一个小女孩写信说，如果有人要我当最伟大的国王，一辈子住在宫殿里，有花园、佳肴、美酒、大马车、华丽的衣服和成百的仆人，条件是不允许我读书，那么我决不当国王。我宁愿做一个穷人，住在藏书很多的阁楼里，也不愿当一个不能读书的国王。

是啊，没有什么能比读书那样能拥有更长久更快乐的幸福和进步的了。读书，能让我们的笑容变得更灿烂；读书，能让我们更有学识和修养，读书，能让生活变得更充实！

朋友们，请让我们给每一天留下阅读的时间，给每一个阅读时间留下宁静的心情，给每一份宁静心情下悠悠的书香，愿我们在我们的书香校园中，继续吟诵着唐诗宋词，手捧着雅书名著，品味着淡淡的书香，余味悠长……

岁月有情，期盼无罪

◇八(1)班 孔天歌

那天，太阳直直地从窗外照射进来。我早早地起来，坐在窗边对过去的时光和即将到来的岁月遐想。

我们可能会经历了许多，也可能平平淡淡，我们可能在遇到的坎坷和考验面前都有一些犹豫和懦弱，但是克服它们之后，我们开始变得勇敢，在它们下一次到来时，以自己的这份勇敢让它们落荒而逃。我们有可能真诚的幸福过，我们大笑，我们疯狂，来让时光证明这就是我们不可缺少的青春。但是当这一切都发生过后，我们还会对以往的时光多一些怀念。是啊，时光就是这样，让我们又恨又爱。慢慢地走过这些岁月，蓦然回首，发现一路上留下的足迹有很多很多。我的长大，青春期的到来，我

的叛逆。那天和父母激烈地争执，让我悔恨交加。我考试前的紧张、压力和考试后的轻松、愉快。我享受着国庆旅游。我还一次次地学会成长，在一些考验和机遇面前，挺起身来，直视它。这些都让我感慨。可是这些都是瞬间的事情，它怎么也阻挡不了时间的脚步。当我们在某一天徘徊时，会恍惚地发现，这一切过得是不是太快了，是自己成长了吗，还是自己太多愁善感。

如今的我，透过窗户望着皎洁的月亮，心里是无限的感慨，也开开始期待即将到来的岁月。我期盼在崭新的岁月里有上进的心态，自己能够坦然面对困难。我还希望我的学习能更上一层楼，我会在生活中积累经验。还要独立，不再让父母为我操心。我希望

望在这将来的某一天我能够真正地长大。褪去往日的依赖，但永葆内心的单纯。我也要试着抓住机遇，面对机会不逃避，不退缩。我还要锻炼出一个好身体，能够适应体育的长跑项目。我怀着美好的期望向前进。

岁月有情，期盼无罪。但是要期盼能够真实地地显影在我们的生活中，还要付出我们的实际行动。让我们在新的时光里检索自己，反省自己，让自己在新的一年里有一定的飞跃。让我们用期盼做成一个精美的盒子，用实际行动做成精美的糖果，在某一天，给自己一个大大的礼物。

(辅导教师：王小英)



# 荣誉榜

## 一、学校荣誉

全国未成年人思想道德建设工作先进单位  
 2015年全国学校心理健康教育工作先进实验学校  
 教育部教育信息化战略研究基地(华中)协同创新示范校  
 河南省中小学群文阅读实践研究实验学校  
 2014年度全省中小学教育技术装备工作先进集体  
 表演《青春我们踏上小道》获第八届省少儿文化艺术节少年组二等奖  
 济源市教育局2015年度目标绩效考核一等奖  
 济源市文明单位  
 济源市创建全国文明城市工作先进单位  
 2014年度学校安全工作先进单位  
 2014年度教育科研工作先进单位  
 2014年度教育宣传先进单位  
 2015年第二届经典诵读人生诵读比赛优秀组织奖  
 济源市第十六届中小学电脑制作综合实践活动组织工作先进单位  
 2014年度课改示范校先进单位  
 2014年度教学工作先进单位  
 济源市心理健康教育工作示范校  
 济源市德育工作先进学校  
 济源市安全工作示范校  
 济源市“一师一优课一课一名师”活动优秀组织奖  
 “文明济源城,我想对你说”演讲比赛优秀组织奖  
 济源市教育系统先进基层工会组织  
 济源市教育系统女职工工作先进单位  
 教育系统第九届教职工读书节活动先进单位  
 第二十五届教职工运动会团体一等奖  
 二、“一师一优课一课一名师”活动全国优课 杨蕊

## 三、河南省优秀教师

赵凤鸣

## 四、济源市优秀教师

马利针

## 五、济源市文明班级的班主任

郭巍

## 六、济源市优秀班主任

李爱荣

## 七、济源市文明教师

李战兵

## 八、沁园中学十佳最美教师

王刚毅

## 九、河南省优质课大赛

郭丹

## 十、济源市优质课大赛

郭丹

## 十一、2015年星级好少年

郭丹

## 十二、2015-2016 学年上学期优秀班干部

郭丹

## 十三、2015-2016 学年上学期优秀团员

郭丹

## 十四、2015-2016 学年上学期优秀特长生

郭丹

## 十五、2015-2016 学年上学期优秀课代表

郭丹

## 十六、2015-2016 学年上学期优秀小组长

郭丹

## 十七、2015-2016 学年上学期优秀课代表

郭丹

## 十八、2015-2016 学年上学期优秀课代表

郭丹

## 十九、2015-2016 学年上学期优秀课代表

郭丹

## 二十、2015-2016 学年上学期优秀课代表

郭丹

## 二十一、2015-2016 学年上学期优秀课代表

郭丹

## 二十二、2015-2016 学年上学期优秀课代表

郭丹

## 二十三、2015-2016 学年上学期优秀课代表

郭丹

## 二十四、2015-2016 学年上学期优秀课代表

郭丹

## 二十五、2015-2016 学年上学期优秀课代表

郭丹

## 二十六、2015-2016 学年上学期优秀课代表

郭丹

## 二十七、2015-2016 学年上学期优秀课代表

郭丹

## 二十八、2015-2016 学年上学期优秀课代表

郭丹

## 二十九、2015-2016 学年上学期优秀课代表

郭丹

## 三十、2015-2016 学年上学期优秀课代表

郭丹

## 三十一、2015-2016 学年上学期优秀课代表

郭丹

## 三十二、2015-2016 学年上学期优秀课代表

郭丹

## 三十三、2015-2016 学年上学期优秀课代表

郭丹

## 三十四、2015-2016 学年上学期优秀课代表

郭丹

## 三十五、2015-2016 学年上学期优秀课代表

郭丹

## 三十六、2015-2016 学年上学期优秀课代表

郭丹

## 三十七、2015-2016 学年上学期优秀课代表

郭丹

## 三十八、2015-2016 学年上学期优秀课代表

郭丹

## 三十九、2015-2016 学年上学期优秀课代表

郭丹

## 四十、2015-2016 学年上学期优秀课代表

郭丹

## 四十一、2015-2016 学年上学期优秀课代表

郭丹

## 四十二、2015-2016 学年上学期优秀课代表

郭丹

## 四十三、2015-2016 学年上学期优秀课代表

郭丹

## 四十四、2015-2016 学年上学期优秀课代表

郭丹

## 四十五、2015-2016 学年上学期优秀课代表

郭丹

## 四十六、2015-2016 学年上学期优秀课代表

郭丹

## 四十七、2015-2016 学年上学期优秀课代表

郭丹

## 四十八、2015-2016 学年上学期优秀课代表

郭丹

## 四十九、2015-2016 学年上学期优秀课代表

郭丹

## 五十、2015-2016 学年上学期优秀课代表

郭丹

## 五十一、2015-2016 学年上学期优秀课代表

郭丹

## 五十二、2015-2016 学年上学期优秀课代表

郭丹

## 五十三、2015-2016 学年上学期优秀课代表

郭丹

## 五十四、2015-2016 学年上学期优秀课代表

郭丹

## 五十五、2015-2016 学年上学期优秀课代表

郭丹

## 五十六、2015-2016 学年上学期优秀课代表

郭丹

## 五十七、2015-2016 学年上学期优秀课代表

郭丹

## 五十八、2015-2016 学年上学期优秀课代表

郭丹

## 五十九、2015-2016 学年上学期优秀课代表

郭丹

## 六十、2015-2016 学年上学期优秀课代表

郭丹

## 六十一、2015-2016 学年上学期优秀课代表

郭丹

## 六十二、2015-2016 学年上学期优秀课代表

郭丹

## 六十三、2015-2016 学年上学期优秀课代表

郭丹

## 六十四、2015-2016 学年上学期优秀课代表

郭丹

## 六十五、2015-2016 学年上学期优秀课代表

郭丹

## 六十六、2015-2016 学年上学期优秀课代表

郭丹

## 六十七、2015-2016 学年上学期优秀课代表

郭丹

## 六十八、2015-2016 学年上学期优秀课代表

郭丹

## 六十九、2015-2016 学年上学期优秀课代表

郭丹

## 七十、2015-2016 学年上学期优秀课代表

郭丹

## 七十一、2015-2016 学年上学期优秀课代表

郭丹

## 七十二、2015-2016 学年上学期优秀课代表

郭丹

## 七十三、2015-2016 学年上学期优秀课代表

郭丹

## 七十四、2015-2016 学年上学期优秀课代表

郭丹

## 七十五、2015-2016 学年上学期优秀课代表

郭丹

## 七十六、2015-2016 学年上学期优秀课代表

郭丹

## 七十七、2015-2016 学年上学期优秀课代表

郭丹

## 七十八、2015-2016 学年上学期优秀课代表

郭丹

## 七十九、2015-2016 学年上学期优秀课代表

郭丹

## 八十、2015-2016 学年上学期优秀课代表

郭丹

## 八十一、2015-2016 学年上学期优秀课代表

郭丹

## 八十二、2015-2016 学年上学期优秀课代表

郭丹

## 八十三、2015-2016 学年上学期优秀课代表

郭丹

## 八十四、2015-2016 学年上学期优秀课代表

郭丹

## 八十五、2015-2016 学年上学期优秀课代表

郭丹

## 八十六、2015-2016 学年上学期优秀课代表

郭丹

## 八十七、2015-2016 学年上学期优秀课代表

郭丹

## 八十八、2015-2016 学年上学期优秀课代表

郭丹

## 八十九、2015-2016 学年上学期优秀课代表

郭丹

## 九十、2015-2016 学年上学期优秀课代表

郭丹

## 九十一、2015-2016 学年上学期优秀课代表

郭丹

## 九十二、2015-2016 学年上学期优秀课代表

郭丹

## 九十三、2015-2016 学年上学期优秀课代表

郭丹

## 九十四、2015-2016 学年上学期优秀课代表

郭丹

## 九十五、2015-2016 学年上学期优秀课代表

郭丹

## 九十六、2015-2016 学年上学期优秀课代表

郭丹

## 九十七、2015-2016 学年上学期优秀课代表

郭丹

## 九十八、2015-2016 学年上学期优秀课代表

郭丹

## 九十九、2015-2016 学年上学期优秀课代表

郭丹

## 一百、2015-2016 学年上学期优秀课代表

郭丹

## 一百零一、2015-2016 学年上学期优秀课代表

郭丹

## 一百零二、2015-2016 学年上学期优秀课代表

郭丹

## 一百零三、2015-2016 学年上学期优秀课代表

郭丹

## 一百零四、2015-2016 学年上学期优秀课代表

郭丹

## 一百零五、2015-2016 学年上学期优秀课代表

郭丹

## 一百零六、2015-2016 学年上学期优秀课代表

郭丹

## 一百零七、2015-2016 学年上学期优秀课代表

郭丹

## 一百零八、2015-2016 学年上学期优秀课代表

郭丹

## 一百零九、2015-2016 学年上学期优秀课代表

郭丹

## 一百一十、2015-2016 学年上学期优秀课代表

郭丹

## 一百一十一、2015-2016 学年上学期优秀课代表

郭丹

## 一百一十二、2015-2016 学年上学期优秀课代表

郭丹

## 一百一十三、2015-2016 学年上学期优秀课代表

郭丹

## 一百一十四、2015-2016 学年上学期优秀课代表

郭丹

## 一百一十五、2015-2016 学年上学期优秀课代表

郭丹

## 一百一十六、2015-2016 学年上学期优秀课代表

郭丹

## 一百一十七、2015-2016 学年上学期优秀课代表

郭丹

## 一百一十八、2015-2016 学年上学期优秀课代表

郭丹

## 一百一十九、2015-2016 学年上学期优秀课代表

郭丹

## 一百二十、2015-2016 学年上学期优秀课代表

郭丹

## 一百二十一、2015-2016 学年上学期优秀课代表

郭丹

## 一百二十二、2015-2016 学年上学期优秀课代表

郭丹

## 一百二十三、2015-2016 学年上学期优秀课代表

郭丹

## 一百二十四、2015-2016 学年上学期优秀课代表

郭丹

## 一百二十五、2015-2016 学年上学期优秀课代表

郭丹

## 一百二十六、2015-2016 学年上学期优秀课代表

郭丹

## 一百二十七、2015-2016 学年上学期优秀课代表

郭丹

## 一百二十八、2015-2016 学年上学期优秀课代表

郭丹

</