

银丝里的春风

邵阳市第十二中学228班 李雨涵

那天午后的阳光斜斜地漫进办公室，在地板上流淌成金色的河。我抱着作业本进来时，正撞见班主任粟老师对着镜子叹气，指尖捏着几根新冒出的白发，那银丝在阳光下闪着细碎的光，像是藏在黑发里的星子。

“老师，我帮您剪掉吧！”话一出口，我自己都有些惊讶。原以为会被拒绝，没想到粟老师愣了愣，随即笑着点头：“好啊，就当是你的实践课了。”她从抽屉里取出一把银色的小剪刀，剪刀开合的声音清脆如鸟鸣，在寂静的办公室里格外清晰。

我轻轻拨开她的头发，这才发现那些白发远比我想象中要多。它们像初春的蒲公英，零星却固执地绽放在浓密的黑发间。指尖触到她的发丝，柔软而微凉，突然想起无数个清晨，她总是第一个站在教室门口迎接我们；想起运动会上，她陪着我们跑完全程，喊加油喊到声音沙哑；想起生病时，她递来的那杯温水，还有那句“身体是学习的本钱”。

剪刀在发间游走，我小心翼翼地避开那些健康的黑发，专注地捕捉着每一根银丝。每剪下一根，都像是剪断了一份操劳，却又知道，新的白发还会不断生长。这些银丝，何尝不是岁月给老师的勋章？它们记录着她在讲台上挥洒的汗水，记录着她为我们操碎的心，记录着她把青春化作春风，吹绿了我们成长的每一寸土地。

“紧张吗？”粟老师的声音打断了我的思绪。我这才发现，自己的手不知何时已经微微发抖。“不紧张。”我撒了个谎，却听见她轻笑：“别担心，剪坏了老师也不怪你。”那一刻，我忽然觉得，这把剪刀剪下的不仅是白发，更是我们之间的距离。平日里严肃认真的班主任，此刻像个亲切的长辈，任由我摆弄

她的头发，信任而安心。

剪完后，粟老师对着镜子左右端详，满意地点点头：“手艺不错嘛！”我看着她，突然觉得那些残留的白发不再刺眼，反而像是点缀在夜空的星辰，温柔而明亮。它们见证着一位师者的无私奉献，见证着她用自己的时光，浇灌着我们这些幼苗，直到我们茁壮成长，而她的青丝，却渐渐染上了岁月的霜雪。

离开办公室时，夕阳的余晖在走廊上洒下暖橙色。我回头望去，粟老师又伏案批改起作业，那道熟悉的身影在光影中显得格外宁静。

（指导老师：栗芬芬）



5月17日，隆回县小学生在参加革命歌曲合唱赛。当天，该县“勿忘国耻 立志报国”主题教育实践活动在各中小学校展开，通过演讲、书画、征文、合唱等形式，全面推进爱国主义教育。

罗理力 摄

学习不止有课堂
更有诗和远方

扫码关注“邵阳小记者”微信公众号
让我们的孩子被看见

游西苑公园

湘中幼专附小157班 雷子昂

5月的阳光照在大地上，高大的梧桐树抽出了新的枝叶，春意盎然。爸爸提议去西苑公园游玩，与家人共度美好的时光，我们全家人欣然同意，兴高采烈地出发了。

不一会儿，我们就来到了西苑公园的大门，首先映入眼帘的是一个小型的休闲广场，最外围有许多各种各样的健身器材。大人们一边聊天，一边锻炼身体。小朋友们三五成群，骑车、嬉戏、打闹、追逐、滑滑板……休闲广场里立刻变成了一片欢乐的海洋。

绕过休闲广场，顺着水泥主路一直往下走，左右两旁的土坡上是绿莹莹的草地和茂密的小树林。最引人注目的就是那片樱花林，远远望去，好似一团粉红色的云霞落在枝头。走进樱花林里，我们选了一片树荫铺上地垫，美美地躺下，睁开眼就能看见粉红的樱花。你看，这棵树上有几个小小的花苞似乎还沉睡在美梦之中，连温柔的春风都无法唤醒它；有的樱花只开了一半，遮遮掩掩的，好像一个十分害羞的小姑娘；有的樱花全都开了，大方地展示着它那美丽的笑脸……

穿过了樱花林，就来到了月亮湖，月亮湖的面积相当于两个标准的足球场。湖水真静啊！静得像一面大镜子。湖水真清啊！清得都能看得见水底的每一颗小石子。湖水真绿

啊！绿得仿佛一块碧绿的玉石。可是太阳光一照就不一样了，在阳光的照耀下，湖面上泛着亮光，犹如镶嵌着无数颗细碎钻石的绿色绸缎，轻轻波动。走在湖面的小桥上，桥下就是一群群五彩缤纷的锦鲤在游来游去，就好像一片流动的晚霞。忽然，不知谁从桥上撒了一把鱼食，晚霞上立马开了一朵美丽的“花”。走过小桥，来到湖边，这里有很多很多的小鱼小虾，只要把鱼食放在网子里，再把网子放入水里，就能抓住很多小鱼小虾。

西苑公园风景如画，真是一个令人流连忘返的休闲胜地！

（指导老师：廖蕾 曹丹）

以“匠心”育栋梁——记邵阳职业技术学院教师尹治国

伍 洁

邵阳职业技术学院校园里，师生们总能看到一个忙碌的身影：清晨与学生一起晨读，闲暇与学生促膝谈心，深夜伏案策划党建活动……他既是严谨务实的管理者，又是学生心中的“引路明灯”，更是同事眼中的“廉洁标杆”。他就是该校建筑工程学院党总支副书记尹治国。

“党建不是口号，而是要融入师生的血脉。”尹治国始终将党建工作视为铸魂工程。2024年，他创新打造“廉洁正气塑师风，搬砖精神葆初心”特色品牌，将建筑行业“搬砖精神”与廉洁教育深度融合，策划“廉洁微党课进教室”“匠心·廉心故事会”等系列活动。他带领党员教师走访红色建筑遗址，在塘田战时讲习所、八路军驻湘办事处等地开展沉浸式党课，让师生在“行走的课堂”中感悟

“砖石精神”与清廉文化的共鸣。在他的推动下，该学院设立“党员示范岗”，开展“师德承诺践诺”行动，教师队伍中涌现出一批“清廉育人先锋”。该学院党建案例入选省级优秀思政工作典型案例。

“学风是学院的灵魂，管理要像砌墙一样一丝不苟。”尹治国以“建筑人”的严谨狠抓学风建设。他推行“三全育人”网格化管理，建立“辅导员—学生党员—团学会”三级联动机制，牵头制定《学风建设二十条》，从课堂考勤到实训纪律，从宿舍文明到考风考纪，形成全过程管理闭环。2024年，该学院课堂到课率提升至98%，学生技能考证通过率同比增加15%，多名学生在省级BIM建模大赛中斩获奖项。学生感慨：“尹书记的管理像‘建筑监理’，严

格却充满温度”。

在师生心中，尹治国是“24小时在线的书记”。凌晨回复学生咨询信息、周末进寝室为学生排忧解难、自掏腰包资助困难学生……他的日程表里没有“下班时间”。一名因家庭变故欲辍学的学生，被他多次家访劝回校园。尹治国联系企业，为其提供勤工俭学岗位，最终该生以优异成绩获得国家级奖学金。面对感谢，他摆摆手说道：“教育就像‘搬砖’，一砖一瓦垒起来，才能筑起人才大厦。”

从教十余载，尹治国始终以“建筑人”的坚韧与“教育者”的赤诚，在职业教育的热土上深耕不辍。



我的名字，我的国

邵阳市第二中学 黎乐

我是名字，中华儿女的名字。在礼炮的轰鸣声中，在雷鸣般的掌声中，与祖国一同诞生。在彼此护航、共同成长中，我获得了多重身份，且听我慢慢说来。

我是承重者，承载着个人梦想。“天行健，君子以自强不息”中的“自强”和“满招损，谦受益”中的“谦”等命名，是期许人们拥有美好品格，健全心性；以“卫国”“超英”“永红”“卫东”等命名，是期许人们先家国情怀，后小我成就，练就过硬本领，回报伟大祖国！而有时，我会搭乘时代的顺风车，如以“改革”“开放”“回归”“小康”这类顺应历史潮流的词命名，无一不表达着对美好未来的向往，无一不使人热血沸腾。

我是见证者，“见证中国奇迹”。“建国”“建华”见证人们建设祖国的热情和决心；“抗美援朝”“援朝”展现

祖国穷亦不忘兼济天下的胸怀以及不畏强权的精神；“卫星”“永红”称赞祖国在群狼环伺、经济技术封锁的情况下向技术高地发起冲锋的壮举；“改革”“开放”记录祖国腾飞的时代；“回归”一雪前耻，“奥运”百年圆梦……一个个名字的记录，一个个踏实的脚印，我以这样特殊的方式，见证中华的崛起。

我还是连接者，连接祖国与人民、过去与未来。我更是参与者、记录者……每一种身份，每一个视角，都展示了不同面的祖国。

从前我与祖国相伴相随，今后更将相互扶持。“社会犹如一条船，每个人都要做好掌舵的准备”。新时代的你们，做好准备了吗？

（指导老师：陈杰 杨湘泉）

植物朋友

北塔区芙蓉学校X2209 喻泯涵

春天到了，万物复苏，大自然生机勃勃。我十分喜爱美丽的春天，尤其爱田野里的油菜花。

远远望去，油菜花开了，好似一片金色的大海。一阵微风拂过，油菜花翩翩起舞，好似层层金色的浪花。

走进一瞅，油菜花的茎长长的，由粗变细，叶子舒展开，像在拥抱大自然。油菜花有的是花骨朵，看起来像一颗颗绿豆；有的才展开二三片花瓣儿，像刚刚睡醒的少女；有的全展开了，花蕊顶着嫩黄的小尖尖，四片花瓣围着花蕊坐，好似在说悄悄话。花瓣薄如蝉翼，像一只只蝴蝶在花丛中翩翩起舞。

凑近一闻，香味钻进了我的鼻子里，令我心旷神怡。

神怡。我突然觉得自己就是一朵油菜花，穿着金黄的衣裳，阳光抚摸着我的脸颊，蝴蝶款款飞过来，蜜蜂也姗姗来迟，仿佛我身上满是花粉。过了好一阵子，我才想起我不是油菜花。我不由自主地摸了一下油菜花，金色的花粉沾满了手。这是油菜花给我的礼物吗？

油菜花不仅好看，作用可大了。花谢了之后会长出又细又长的油菜荚，油菜荚里面有“宝宝”。这些“宝宝”像珍珠，在阳光的照射下会变成黑色，晒干就可以用来榨油了。

油菜花是一种普通的花，给我的童年带来了无限乐趣。我爱油菜花。

（指导老师：伍晓京 孙成）

那一刻，我懂事了

大祥区城南学校2001班 王香茗

那天，奶奶为我和弟弟做了一盘薯条。那薯条色泽金黄，散发着诱人的香气。我和弟弟吃得津津有味，嘴巴塞得鼓鼓的，像两只贪吃的小仓鼠。就在这时，我忽然瞥见奶奶的手上有一道被刀划破的口子，那伤口红红的，像是一条小蚯蚓趴在奶奶的手上。我的心猛地一揪，这才明白，这看似简单的薯条，是奶奶练习了好久，还不小心划伤了手才做出来的。

我心疼极了，转头看向弟弟，发现弟弟的眼神里也满是心疼。我和弟弟对视一眼，便下定决心要给奶奶做一份美味的蛋炒饭。

我和弟弟来到厨房，开始有条不紊地准备材料。我想了想，对弟弟说：“你先去柜子上拿来碗和鸡蛋吧，碗里有饭，你要小心一点哦。”弟弟像个小战士接到任务一般，郑重地

点了点头。趁着这个时间，我熟练地打开炉灶点火，火苗“噌”地一下蹿了起来，像是在为我加油。我倒入油，油在锅里“滋滋”作响，仿佛在演奏一首欢快的乐曲。接着，我拿起一根火腿肠，小心翼翼地切成小块，然后有模有样地炒起来。这时，弟弟把食材拿给了我。我放入米饭，翻炒了一会儿，再小心接过弟弟递来的鸡蛋，轻轻一敲，蛋液缓缓流入锅中。我再次翻炒起来。

过了3分钟，一份美味的蛋炒饭就做好了。我和弟弟抹了一把汗，汗珠顺着脸颊滑落，像调皮的小水珠在脸上嬉戏。但一想到奶奶开心的笑脸，我们心里就像吃了蜜一样甜，别提多高兴了。

那一刻，我懂事了。我懂得了奶奶的付出，也明白了要回报奶奶的爱。

（指导老师：张朝凤）

总会想起那张照片

邵阳市第五中学2025届 谭昕玥

我想，每张照片中都存在一个不一样的自己，或悲伤，或高兴。那些不一样的“我”都被定格在那一张极小的卡片上，每每想起其中的某一张，就是在触碰“那个瞬间”的自己。

在我通玩了一个寒假的手机后，成绩就像被弹弓射中的小鸟，自高空垂直下落。于是，我依照上个学期所制定的学习计划做题，想要回到原来的高度，可收获是一张又一张低分试卷。在又一次接过只有85分的物理试卷后，我心里那堵承重墙轰然坍塌。

我将自己关在阳台上小声啜泣。曾经令我无比骄傲的科目现在化为了插在心头那根最尖的刺。“我是不是就这样了？他们都是骗人的，努力或许根本得不到回报……我什么都做不好了……”陷入了无尽自责和悔恨的我将心门紧闭，以至于妈妈的关心我的话一个字都没有听进去。在她又一次同“空气”问询道：“你怎么了呀？在学校不开心吗？”我终于无法忍受耳边的吵闹，将自己赶回了卧室。

我坐在书桌前放声大哭起来，模糊的视线不觉瞟到一张照片上——是我七岁时第一次拿奖的大合照。我拿起那张照片，擦干了泪后仔细端详了起来。聚光灯下手拿着奖杯的少年们，笑得是那样灿烂。我费力找到了人群中的我——瘦瘦小小的，毫不起眼，但也笑得同他们一般灿烂。

“那时我才7岁啊，刚达到参赛年龄就被老师拉去，努力了好久，没想到拿了一等奖……”我轻抚着照片中小小的自己，与之对视，忆起那一天。仿佛看到了聚光灯打在我身上，我是那般耀眼；仿佛感受到了身旁老师搭在我肩上的掌温，掌温是那般温暖；仿佛看到了台下为我鼓掌冲我微笑的妈妈，掌声是那般响亮。又仿佛听到了那时的心声：“你看，你的努力没有白费，你也可以做得很好，那么小，可以拿一等奖！”再睁开眼时，我瞧见那照片中的自己在向我微笑着。

我打开了房门，跟妈妈赔不是，也打开了我的心门，跟妈妈重新制订了新的学习目标和规划。我想，努力或许不一定会回报，但不努力一定没有。只有付出了更多，才会得到更多的收获。

后来，我总会想起那张照片，想起那个瞬间耀眼的我，仿佛在同自己说：“你看，你可以做得很好。”（指导老师：雷琼 陈代福）