

# 行路致远 共赴成长

## —内黄县第一中学附属初级中学践行“五育并举”主题实践活动侧记

□本报记者 王箫 通讯员 赵利峰

11月16日,清晨的豫北大地笼罩在一层薄薄的寒意中,但内黄县第一中学附属初级中学(以下简称内黄一中附中)的操场上却已热火朝天。红旗在微凉的晨风中猎猎作响,百余名师生以及部分家长志愿者脸上洋溢着期待与兴奋。他们即将共同开启一场名为“师生践行‘五育并举’,用脚步丈量青春力量”的9公里徒步主题实践活动。

这不仅是一次简单的远足,更是一次精心设计、融“德、智、体、美、劳”于一体的综合实践课程,一次对教育本真的回归与探索。活动的核心被提炼为“行路致远 共赴成长”,寓意着教育之路与成长之路都需要脚踏实地,方能行稳致远。

### 旗帜飘扬 誓言铿锵

8时整,朝阳初升,金色的光芒洒满操场,启动仪式正式开始。内黄一中附中校长于金平健步走上主席台,目光扫过台下那一张张充满朝气的面庞,眼神中饱含着期许与鼓励。在简短而有力的动员后,授旗仪式庄重举行。于金平将象征着学校精神与此次行动使命的校旗郑重地交到学生代表手中。旗帜交接的瞬间,不仅传递了一份责任,更点燃了全体参与者的激情。

“同学们,今天的9公里,是对你们身体素质的一次检验,更是对你们意志品质的一次锤炼。每一步,都是对自我的挑战;每一滴汗水,都将浇灌成长之花。希望你们在行走中感受自然,在坚持中领悟精神,在互助中体会温情。”于金平的话语通过麦克风清晰地传遍操场的每个角落,这谆谆教诲如同出征前的号角,激荡着每个人的心扉。

学生代表走上前,宣读了精心准备的《环保倡议书》,呼吁大家在徒步过程中爱护一草一木,不乱丢垃圾,用实际行动守护家乡的绿水青山。随后,在领誓人的带领下,全体师生和家长志愿者举起右拳,齐声宣誓:“遵守规则、保护环境、互助前行!行路致远,我能行!”铿锵誓言回荡在晨光中,一张张年轻而坚毅的面庞熠熠生辉。

### 分段锤炼 寓教于行

8时30分,随着总指挥一声令下,



内黄一中附中校长于金平(前排右)带领学生徒步行进(杨寅 摄)

长长的队伍如同一条充满活力的巨龙,缓缓走出校门,沿着既定的路线进发。为确保活动效果与安全,全程9公里被科学地划分为3个具有不同目标的路段。

队伍的最前方,是由校领导和青年教师组成的领跑团队。他们不仅负责引导方向,更不时地向身边的同学讲解徒步的基本技巧和呼吸调整方法。“注意步伐节奏,两步一呼,两步一吸。”“身体微微前倾,脚掌平稳着地。”……这些实用的建议帮助同学们很快找到了行走的节奏。初始的新鲜感过后,部分平时缺乏锻炼的同学开始感到吃力,额头上方渗出了细密的汗珠,呼吸也变得有些急促,但在护队老师的不断鼓励和同伴的加油声中,他们都咬牙坚持着。

一位身材瘦小的七年级女生脸色有些发白,却始终没有停下脚步,她紧抿着嘴唇,眼神中透着一股不服输的韧劲。这最初的2公里是对身体适应性的初步调动,更是对意志品质的一次无声考验。

当队伍行进到郊野路段,节奏悄然变化。这里设立了临时的“植物观察站”。道路两旁,秋收后的田野别有一番韵味,偶尔可见残留的辣椒植株上挂着一些未被摘取的红色果实,引起了同学们的兴趣。大家纷纷俯下身,仔细观察。“大家看,这就是我们常吃的辣椒,属于茄科植物……”随行的生物老师抓住时机,现场上课,从辣椒的形态特征、

生长习性,讲到本地的农业种植结构,甚至引申到生态平衡的重要性。同学们围拢过来,听得津津有味,不时提出疑问,有的还拿出随身携带的小本子认真记录。这一刻,课堂知识在自然中鲜活起来,行走成为一场探索之旅。

行程接近尾声时,最后的1公里被设计为“坚韧之星”竞速赛环节。以班级为单位,各组在确保安全的前提下,可以向着终点发起冲刺。此起彼伏的加油声瞬间点燃了现场的气氛。同学们互相打气,迈开步伐,向着终点奋力冲去。青春的激情与活力在这一刻得到了彻底的释放。当最后一名男生踉跄冲线,举着双臂高呼“我做到了”时,现场响起热烈掌声。体育精神在此刻凝结为超越自我的信念。

### 见证成长 共育未来

11时许,全体师生与家长志愿者顺利返校。内黄一中附中随后举行了总结表彰仪式。于金平为每一名完成全程的学生颁发“徒步之星”证书;校领导为竞赛赛中表现优异的个人和班级代表佩戴“坚韧之星”奖章。

在这场徒步活动中,有一道格外温暖的风景线,那便是身着统一反光背心的家长志愿者。他们分散在队伍的各个关键点,化身为“移动服务站”和“安全守护神”。在繁忙的路口,他们协助老师引导交通,确保队伍安全通过;

在补给点,他们细心地将一瓶瓶矿泉水递到孩子们手中,并贴心地为满头大汗的孩子们擦拭;看到有学生体力不支、步履蹒跚时,他们主动上前,默默地接过学生肩上的背包,给予鼓励的微笑。

“教育不是学校一方的独奏,而是家校社的合奏。”于金平表示,家长的直接参与,不仅分担了学校的组织压力,更在无声中构建了家校之间理解、信任与合作的桥梁,让“共育”二字变得具体而生动。

如此大规模的校外活动,安全无疑是重中之重。内黄一中附中为此制订了周密的安保方案。校医携带急救药箱全程随行,密切关注着师生们的身体状况。应急车辆和物资运输车缓缓跟在队伍后方,随时待命。组织者还充分利用现代通信技术,安排专人在每个公里点通过微信群实时播报队伍位置和情况,让后方指挥中心和未能亲临现场的家长能第一时间掌握动态。考虑到可能的天气变化,特殊的天气应急预案也已准备就绪。这些细致入微的安排,确保了整个活动的顺利进行。

这场历时近3小时、行程9公里的徒步活动,是一次身体力行的实践,更是内黄一中附中对“五育并举”教育理念的一次深刻诠释与成功实践。它打破了教室的围墙,将教育场域延伸至社会与自然;它超越了知识的单向灌输,注重能力的培养、情感的体验和价值的塑造;它联结了学校与家庭,形成了强大的育人合力。

正如于金平在活动伊始所言:“教育不是灌输知识的容器,而是点燃生命的火把。”这次徒步,正是这样一次成功的“点火”之旅。当午间的暖阳为归途中的身影镀上温暖的金边,孩子们有了沉甸甸的收获——对自身潜力的重新发现,对集体力量的深切感知,对家乡文化的由衷热爱,以及对成长意义的真切领悟。

活动已落下帷幕,但教育的回响仍在延续。许多学生在日记中写道:“原来我比想象中更坚强。”“团结就是力量。”……这些发自内心的感触,正是活动最宝贵的收获。9公里虽短,却为漫长人生路写下了坚定序章。内黄一中附中将继续探索“五育并举”的创新实践,让教育在更广阔的天地间生根发芽,绽放芬芳。

## “安职青春加油栈”首期“榜样成长对话”温暖开讲

本报讯 (记者 王箫)11月13日,安阳职业技术学院学生会品牌项目“安职青春加油栈”迎来全新板块——“榜样成长对话”,首期活动在7号楼报告厅温暖启幕。活动特邀校团委学生兼职副书记、2025年国家奖学金获得者李轩宇与百余名团学干部面对面,共话成长、共绘蓝图。

分享中,李轩宇并未罗列荣誉,而是真诚分享了其平衡团学工作与专业学习的实践智慧。他将服务同学所锤炼出的组织、沟通与统筹能力转化为专业学习的独特优势,开创了“工作赋能学业,学业反哺工作”的良性循环。在他看来,团学工作并非学习的负担,而是将理论知识应用于实践并在实践中深化理解的“第二课堂”。正是这种“双向赋能”的思维,让他在服务集体与钻研技术的道路上并

行不悖,相互促进,最终实现了综合素质与专业能力的双螺旋式提升。

李轩宇的讲述,收获了现场热烈的反馈。在场的团学干部纷纷表示,学长的成长路径为他们清晰勾勒出大学生活的奋斗坐标系,让关于学业、工作与自我探索的迷茫找到了破题的钥匙。

本次“榜样成长对话”活动,是安阳职业技术学院学生会深化服务内涵、创新工作载体的生动实践,通过挖掘、选树、宣传身边可学、可信、可及的先进榜样,为全体同学构建一个汲取智慧、激发动力、规划未来的成长平台,有效引导同学们在对标先进中见贤思齐,在规划生涯中明确方向,将个人成长自觉融入学校发展,在时代的坐标系中定位青春方向,担当青年荣光。

## 市翰林高级中学 创建美好校园 共筑成长之路

本报讯 (记者 徐依依)11月13日,市翰林高级中学高一年级举行了“外塑形象、内提质量”21天美好校园创建活动动员大会。

大会伊始,该校高一年级主任耿瑞岩从“做什么”“怎么做”谈起,明确活动方向。21天是习惯养成黄金周期,“外塑形象”需做到校服整洁、言行文明、环境有序,彰显学子朝气蓬勃的精神风貌;“内提质量”核心在于精进学业、提升素养,让学生在校园中沉淀内涵。

正如于金平在活动伊始所言:“教育不是灌输知识的容器,而是点燃生命的火把。”这次徒步,正是这样一次成功的“点火”之旅。当午间的暖阳为归途中的身影镀上温暖的金边,孩子们有了沉甸甸的收获——对自身潜力的重新发现,对集体力量的深切感知,对家乡文化的由衷热爱,以及对成长意义的真切领悟。

活动已落下帷幕,但教育的回响仍在延续。许多学生在日记中写道:“原来我比想象中更坚强。”“团结就是力量。”……这些发自内心的感触,正是活动最宝贵的收获。9公里虽短,却为漫长人生路写下了坚定序章。内黄一中附中将继续探索“五育并举”的创新实践,让教育在更广阔的天地间生根发芽,绽放芬芳。

在动员大会上,该校副校长刘杨表示,“态度决定高度,细节决定成败”,高一作为高中生涯奠基阶段,端正态度至关重要。她鼓励学生摒弃敷衍侥幸心理,以认真态度对待每一节课、作业与考试,强调“外塑形象”是校园名片,“内提质量”是学业根基,唯有全力以赴,方能实现成长蜕变。

此次21天美好校园创建活动,既是校园风貌的集中提升,更是师生共同成长的修行。据悉,该校将以此次活动为契机,推动校园建设提质增效,引导学子以更端正的态度、更严明的纪律书写青春华章,共筑翰林高中美好明天。

## 探索跨区域交流办学新路径

市第五中学与北京市丰台区外国语学校举办校际联谊活动

本报讯 (记者 王箫)11月16日下午,一场教育交流活动在市第五中学举行。该校与北京市丰台区外国语学校成功联谊,旨在通过深度互动,共同探索跨区域交流办学的新路径。

活动在轻松的校园参观中拉开帷幕。北京市丰台区外国语学校的师生们漫步校园,深入了解安阳市第五中学的历史与特色。随后,双方领导于主会场分别致辞,共同启动了本次联谊活动,并表达了对未来的美好期许。

节目同台,情谊交融。文艺表演中,两校学子各展风采:五中学

子以深情演绎传递家国情怀,丰外学子则以多语种才艺展示国际视野,现场掌声如潮,气氛热烈。随后,双方互赠纪念品、合影留念,将友谊定格于方寸之间。

在互动体验环节,北京市丰台区外国语学校的师生们沉浸于射击、拓印、采摘等传统文化体验与足球友谊赛的活力之中,切身感受科技与体育交融的魅力,青春的活力在互动中激荡共鸣。

“相知无远近,万里尚为邻。”此次活动不仅深化了两校间的理解与信任,更拓宽了学生的成长视野,为跨区域教育协作注入了源源不断的生机。

## 反对浪费 崇尚节约

市第一实验小学开展主题文明实践活动

本报讯 (记者 徐依依)11月13日,市第一实验小学联合文峰区青少年活动中心,精心组织了“反对浪费、崇尚节约”主题文明实践活动。

活动伊始,文峰区青少年活动中心工作人员带领学生有序参观各功能区域,从科技体验区、文化展示厅到艺术活动室、户外实践场

地,结合区域特色讲解资源合理利用的重要性,让学生直观感受节约藏在生活的方方面面。

参观结束后,该校相关负责人开展了主题宣传教育,围绕“粮食节约”“水电珍惜”“物品爱护”三方面,通过分享粮食种植故事、节约文明的新时代好少年。

小故事及“节约小妙招”互动问答,让学生深刻理解“一粥一饭,当思来处不易;半丝半缕,恒念物力维艰”的道理。

接下来,实践体验环节如期开

展。学生分组参加劳动,擦玻璃、扫地、整理公共区域。孩子们化身“文明小使者”,分工合作、互帮互助,在忙碌中收获成长与快乐。

此次活动将理论学习与动手实践有机结合,让学生在“看、听、做”中深化节约认知,培养劳动习惯与合作意识。下一步,该校将

继续开展文明教育活动,引导青少年从小事做起,争做节约资源、践行文明的新时代好少年。



11月5日下午,安阳市校园安全先议办公室揭牌仪式在安阳市职业中等专业学校举行,市中级人民法院、安阳市人民检察院、安阳市教育局、安阳市公安局相关负责人及人大代表、政协委员等多方代表齐聚,共筑校园安全防线。图为揭牌仪式现场。

(本报记者 许美美/文 周园园/图)

## 未成年人“精神空间”不容污染

介所展示的“象征性现实”乃至“虚拟现实”,对人们认识和理解现实世界有着显著影响。由于媒介传播内容的价值倾向性,人们在头脑中描绘的“主观现实”与客观现实之间会出现偏差。于未成年人而言,涵化理论所揭示的这种影响尤为显著。因此,当大量充斥着不良信息的网络微短剧、短视频占据青少年的大脑时,他们所感知的“现实”便可能与客观现实产生严重偏离,长此以往,其世界观、人生观、价值观都可能被潜移默化地、不同程度地扭曲乃至“重塑”,如认为“金钱可以买到一切”“用暴力解决问题很酷”等,这类观念的滋生正是其接触的不良网络信息长期涵化的结果。

议程设置理论认为,大众传媒通过提供信息和安排议题,能够影响公众关注哪些议题以及讨论这些议题的先后顺序。在网络微短剧、短视频领域,平台算法、热门榜单实际上扮演了“议程设置”的角色。它们将某些低俗、猎奇的网络微短剧、短视频推上热搜,推到一个具象的未成年人面前,使其成

为部分青少年关注的焦点、热议的话题,通过捕捉未成年人的注意力进而影响其价值观念。

一个令人忧心的现实是:网络微短剧、短视频近几年发展迅猛,市场规模急速扩张,然而相应的监管体系和行业规范却未及时跟进。部分平台出于“流量为王”“利益至上”思维,在内容审核上“睁一只眼闭一只眼”,甚至依靠算法推荐技术,为一些含有不良信息的作品持续精准引流。同时,相关法律法规遭遇“执行难”,例如在用户付费环节,由于缺乏细化规范,胡乱定价、退费难等问题亟待重视与解决。

不过从宏观层面而言,我国已构建起相对完备的未成年人网络权益保护法律体系。新修订的未成年人保护法增设了“网络保护”专章,明确要求网络产品和服务提供者应当针对未成年人使用其服务的特点,设置时间管理、权限管理、消费管理等功能。此外,国务院于2023年颁布的《未成年人网络保护条例》进一步细化了网络信息内容规范、个人信息保护、网络沉迷防治等措

施。然而,“徒法不足以自行”,此次国家广电总局开展的不良网络传播专项治理行动直指行业痛点,重拳出击,是对现有法律法规的有力执行,有助于为未成年人撑起一片网络“晴空”。

监管部门明确要求网络视听节目平台切实承担起主体责任,对发现的违规网络微短剧及时上报,并汇总纳入“黑名单”,向全行业通报,督导全网平台及时下架,推动共同参与治理;同时,督促平台严格落实先审后播制度,对可能引发未成年人模仿的不安全行为、产生极端情绪的内容,在展示前进行显著提示。这些前置措施旨在倒逼平台完善内部审核机制,强化内容把关,可谓切中肯綮。

避免未成年人的“精神空间”被污染、守护好孩子们的精神世界是一项系统工程,需要政府、平台、学校、家庭以及社会各界的共同努力。此次国家广电总局启动的专项治理行动,无疑是一个好的开端,让我们看到了进一步打造清朗网络空间的共识与铿锵脚步。(原载于《中国教育报》)

□杨国营

据媒体报道,国家广电总局日前下发专项治理工作提示,自即日起至2026年3月,在全国范围内开展不良网络传播专项整治行动。此次治理首次将AIGC(人工智能生成内容)类、漫画类、表情包类等动画形式微短剧纳入分类分层审核体系,通过强化事前审核、清理违规内容、规范传播秩序,为未成年人营造清朗网络空间。

有“电子榨菜”之称的网络微短剧和短视频以“短平快”“土俗爽”为特征,风靡一时,受众固然不少,当下的青少年群体是重要的娱乐消遣。然而,部分作品为博眼球,充斥低俗擦边、暴力复仇、拜金炫富等不良内容,甚至将少年儿童群体熟悉的动画形象进行恶搞改编,严重侵蚀着未成年人的精神世界。面对乱象,国家广电总局果断出手,不仅是对行业乱象的强力纠偏,更是对未成年人“精神食粮”的及时守护。

依据传播学中的涵化理论,大众媒



杏坛随笔