



## 红色的年轮

淮南市文汇女子职业学校高二(3)班 陆裴瀚

摊开书本,我的眼前朦朦胧胧,像是雾后。隐约间依稀看见,有岁月悠悠流淌,画成一个百圈的红色年轮,似是历史,又像是错觉。

我有点疑惑,想从里面摸出来一根线头,就向前摸索了一百年弯弯曲曲的线。颜色逐渐由深变浅,找到一个红色的线头,发觉是信仰的起始点。

一百年的红色信仰,我就那么震惊地看着,它以萤烛末微之光至比肩日月争辉,与星辰交映,宛若亘古长存。一口清气,欲吹散往事的灰雾,看清青史的节点。

我看见一个风雪都想要冻毙,荆棘一路困厄的伟大组织的成立。

我看见它走过撼人心神的百年长路,救一个濒危的文明与万千生民于水火。

乘四化春风,展千秋画卷,起九州。生气迈万里征程。中国共产党如历久弥新的传奇,留下值得传唱的传说。

中国共产党开天辟地的时代是晦暗的,真是难以想象。如何用一点红烛荡开漫漫的黑色长路?

看过往,我看见长长的人海,长长的路。有形形色色的,永远停留在长征而尚未留名的伟人;看见以血筑长城,以肉为兵甲的奇迹。

看见许多值得我尊敬的先辈,高大得只令我抬头仰望,因为我正躲于其下得余荫。看见他们以自身铺路,用时光造就一个庞然大物。

中国共产党五年一次的大会,随着次数的增加,我隐约看见一个红色年轮的显现愈发清晰。

这是一段百年征程,与日月争辉,与山河同构。

青年们以梦为马,不负韶华,坚定的双眼,一腔豪迈,气贯长虹。是浅滩的卧龙,深埋不甘的火种。燕雀不明的鸿鹄之志,是心中的光荣。

如今已是第二十大,象征第一段百年征程的终点。道路从未平坦,荆棘的刺仍然尖利,我辈当自强。

先人已斩去最痛的困厄,退去最深的黑暗,前路尽是光明,剩下的应由你我来做,他们承受了太多。

唱一首秋天的歌,愿二十大可以如愿在这般温柔的秋风中展开。

历史从不停步,奋进新征程。

百年路途,需以薪火相传。

(指导老师:葛媛媛)



年画

年画是中国特有的一种绘画体裁,也是中国农村老百姓喜闻乐见的艺术形式。大都用于新年时张贴,装饰环境,含有祝福新年吉祥喜庆之意。

## 居家网课不躺平 心理调适有妙招

(家长篇)

学习是一场需要持续投入时间和精力和精力的长久战役,在途中往往会遭遇不可预估的困难,使孩子和痛苦相伴。因此,作为孩子学习路上的合伙人,家长自身需要好好学习,孩子才能天天向上。特别是上网课期间,家长和孩子在同一个空间中学习生活,如果你只让孩子一个人独自学习,容易滋生消极情绪。

在孩子学习的时候,身为家长的你也不妨放下手机,读读书,看看报,做点同样需要付出时间和精力以自我提升的事。这样,孩子耳濡目染就会养成爱学习的好习惯,营造出一个浓浓的学习书香氛围。

### ■ 做和悦的生活陪伴者

疫情当前,难免会有焦虑、担心、害怕等消极情绪,而我们需要做的便是坦然面对,正视、接纳、不回避、不抗拒。当你拥有了一种轻松向上的心态后,也会感染到孩子,让他能在每天的学习和上网课中充满正能量。

面对孩子不尽如人意的学习状态,家长怎样调节自己的情绪呢?及时阻断负面情绪,同时抓紧时间启动理性进行以下的思考。首先,抽离自己。感受自己的感受,理性地观察自己的所感所思,这是重新评估自己情绪的第一步。其次,问自己为什么愤怒。你可能会说:“因为我的儿子太笨了,这样下去以后怎么办!”这时你要停下来,重新说:“我有一个想法,我的儿子不够聪明,这样下去以后怎么办!”也就是说,要加一个前缀“我有一个想法”。因为这只是你的想法,想法不是事实,避免把想法和事实混淆。

### ■ 做坚决的底线守护者

计划的制定和是否有效执行对孩子在网上课期间能否有效学习非常重要。一份好的计划,要满足孩子的控制感和价值感。首先,制

定一份与学校要求一致的计划,细节明确,内容具体,以保证孩子能完成学校老师的网课要求。其次,要让孩子有成就感。比如问孩子达到什么样的目标,你会感到有成就感,那么这样的计划,孩子会自觉地去执行。一个人迎接了挑战,获得了成就,他才会喜欢一样事物。

在执行过程中,将计划落到文字,粘帖在墙上,每天打勾检查完成情况。同时,商定网课“约法三章”,让孩子清楚地知道家长对网课计划完成的底线要求,例如:不在上网课时,启用电子设备的其他功能等。如果没有完成,启动惩罚措施。完成了,可以适当奖励孩子,让孩子懂得越自律越自由。

### ■ 做有效的学习质量监督者

事实证明,有监督的学习行为,往往更高效。作为家长,有必要履行观察、提醒、反馈的职责,但不能“零距离”的观察,要给孩子留有一定的私人空间。

唠嗑的时候不光可以关注他的学习状态,还可以聊聊他的生活状态、情绪状态、兴趣爱好等等,只有将孩子视为独立的生命个体,给予充分的平等和尊重,才能让孩子未来成长为参天大树。

亲爱的家长们,幸福是需要学习的,爱是需要练习的。让我们一起努力,一起深深地看见孩子、接纳孩子、欣赏孩子,陪伴孩子一起度过这段特殊时期。如果觉得自已或家人心情难安需要帮助,以下方式联系我们即可。



## 训练写作的8种方法

冯军鹤

就像任何手艺一样,写作也是需要练习的。以下几种方式便是学徒们可资利用的练习方法。

### ■ FAN STORY

作为粉丝,我们有很多话想要表达。只要你愿意,就可以动笔创作一个 fan story:改写某段情节,续写结尾,拿出某个角色。无论生存还是死亡,一切都可发生。

### ■ 视角转换

所有叙事都存在视角问题。《孔乙己》的视角是咸亨酒店的小伙计,《骆驼祥子》和其他很多作品拥有上帝视角。不妨试一试换一个视角,重新讲述这个故事吧。你会发现很多微小的变化。比如,虎妞会如何讲述她和祥子的爱情故事呢?

### ■ 角色抽离

把一个角色召唤出来,让他经历新的故事。这是很多人幻想过的可能。你是说让哈利·波特遭遇孙悟空吗?哦,这太荒诞了。愿意的话你可以尝试。我说的比这要有挑战:保留一个角色的性格和背景设定,设计全新的情节。比如,一个孙悟空式的人物是什么样子的呢?他在今天的学校又会经历什么?

### ■ 故事新编

是的,就像鲁迅的《故事新编》一样,我们可以改写某些古老的故事。现代版《灰姑娘》已经在很多电影中出现了。你可不可以尝试写出现代版的《精卫填海》或者《哈姆雷特》?

### ■ 写作素描

法国大作家福楼拜曾经教导自己的学生莫泊桑观察马车,写下每一辆马车的与众不同之处。他自己在《包法利夫人》的开头也极其详尽地描写了一顶帽子。观察身边的事物,用文字进行恰如其分的描述,永远是写作最重要的能力之一。

### ■ 视觉写作

你可以根据《蒙娜丽莎》写出一个故事吗?或者观看梵高的《向日葵》写出一首诗。更简单的,也可以把你观看的某个电影故事转换成文字。这种训练可以很好地帮助你感受文字表达的特别之处。相比视觉语言,文字语言有着不同的节奏、质感和空间。

### ■ 翻译

如果你对语言感兴趣,如果你的外语还不错,不妨试一试翻译吧。翻译可以让我们对语言差别的感受降落到词语的维度。甚至,你可以更大胆一点。找出一部中文作品的英文译本,将其翻译回中文,再比对原文。试一试,看一下会发生什么吧?

### ■ 模仿

我当然不是指句子仿写,而是更深程度的模仿。比如模仿沈从文的《边城》写一个水边的故事,不仅模仿叙事风格,也要模仿文字。这样说有点难以理解的话,你不妨试着找出一篇你喜欢的故事,然后从中间往下写。尽量还原故事本来的感觉,故事可以一样,也可以不一样,但故事前面的诸般细节你都需要考虑。