

“古琴少年”刘昊源 七弦为益友 沉稳心泰然

本报记者 何荣芝 赵玉洁

静谧的夜晚，如水的月光透过窗户洒向地面，悠扬低缓、沉静旷远的古琴声回荡在夜空。琴前坐的，是一位文质彬彬的少年。随着手指在弦上熟练地拨动，琴声如清澈的溪水从他指尖流出……

他叫刘昊源，是沧州市第十七中学八年级7班的学生。这张古琴已与他相伴了整整6年。

从偶有不情愿到沉浸其间，再到将其视为生活的一部分，对于刘昊源而言，古琴不只是一种跨越千年、拥有丰富内涵的民族乐器，更成为了他倾诉心声、悦己修身的益友。



耳濡目染 小小子爱上古韵

提到与古琴结缘，刘昊源还要感谢一个人，那就是比他大4岁的姐姐。姐姐从9岁开始学习古筝，每次送姐姐去雅颂琴社上课，由于无人照看刘昊源，妈妈不得不带着他一起去。回到家中，姐姐每日都要练习弹奏，古曲声便时常萦绕在刘昊源耳畔。

本就性格内敛的他，在姐姐的熏陶下，也渐渐爱上了这悠扬的古韵。

有一次，他陪姐姐去上课，刚走到琴社门外，一段空灵高古的琴韵飘入了刘昊源的耳际。那种古朴旷远的声音，就像一束美妙的光，刹那间填满了他的心房。推开虚掩的房门，他才发现，那声音是古琴发出的，那一刻，学古琴的念头便在他心中悄然发芽。

由于弹奏古琴是以指甲背与指面弹拨琴弦，若手指力度不足，根本无法完成。因此，直到上小学二年级时，刘昊源才终于得偿所愿。

虽然对古琴充满了好奇，但是在入门阶段，识记减字谱、练习基本指法，对于不满10岁的刘昊源来说，难免枯燥乏味，而且力度掌握不好还会磨破关节和指肚，因此打退堂鼓、不情愿的情况在去上课前时有发生。每每这个时候，妈妈并不会焦急地催促或责备刘昊源，而是心平气和地告诉他，已经和老师约好了，就要信守承诺。既然下决心要学，那就不能轻易放弃。妈妈说完之后，就给他留下时间去考虑和做决定。经过一番思想斗争，刘昊源最终选择了坚持。

潜移默化 磨炼心性得佳绩

前不久一次数学小测后，刘昊源得知自己考得

不太理想。回到家里他放下书包，缓缓地坐在古琴前，双手轻抚琴弦。伴随着古曲声声，刘昊源的郁闷情绪渐渐消散，紧锁的眉头也舒展开来。一曲终了，他长舒一口气，坐回书桌旁，拿出试卷，平心静气地查找错误原因，制定下一步数学学习计划。

曾几何时，刘昊源也是个遇事容易急躁的孩子。他会因作业过多而抱怨，因表现不佳而焦虑。但6年的学琴经历，让他不仅学到了技艺，更磨炼了心性。

2019年，刘昊源与两位同伴一起赴北京参加“星光飞扬”全国青少年才艺新春晚会。上场前，老师临时调整位置，把刘昊源从后排变为前排领奏。虽然内心紧张得如小鹿乱撞，但是走上舞台的刘昊源面不改色，从容应对，圆满地完成了演出任务，赢得了古琴一等奖和“小小艺术家”称号。

自带“节奏” 踏实影响身边人

古琴带给刘昊源的这份沉稳平和的心性，令他在学习和生活上都表现出了超乎同龄人的冷静。用班主任樊老师的话说，刘昊源做事有自己的节奏。

作为一名学生，他会合理有序地安排学习内容，即便是老师限时完成的学习任务，他也不浮躁、不急躁，踏踏实实地走好每一步。上初中以后，他的成绩始终在班里名列前茅。他的做事风格也在不知不觉中影响着周围的同学。

作为班里的卫生委员，他又是班主任的好帮手。大扫除时他把全班同学分为两组，大到桌椅、门窗，小到楼梯扶手、教室各个角落的环境卫生，都分配到个人，各负其责。经过两三次磨合调整，最终固定分工。在他的合理安排和大家的共同努力下，他们班在卫生检查中多次获得满分。



学身边榜样 做优秀团员

狮城学子多彩活动庆祝建团100周年

本报记者 赵玉洁

沧州轮台“手拉手” 共访青年榜样

沧州市实验小学和新疆轮台第一小学虽然相距千里，但是作为“手拉手”共建学校，两校的少先队员们前几天相聚“云端”，共同聆听青年榜样的先进事迹。

全国优秀共青团员、沧州市中心血站采血护士张磊，沧州市共青团新华区委青年宣讲团成员张雅楠，以及轮台第一小学青年教师雷占全，不仅讲

述了各自的奋斗故事，而且通过讲“五四”历史、唱共青团歌、传红色旗帜、送励志图书等环节，为孩子们上了一堂生动的团课，将红色种子种在他们心田，更加坚定了两校学子“从小学先锋 长大做先锋”的决心。

沧州市石化小学的党员、团员和少先队员代表一起来到沧州市捷地爱国主义教育基地，

回顾烽火岁月，重温入团誓词，与党旗、团旗、队旗合影，将那抹中国红珍藏于心间。

在沧州市迎宾路小学，青年教师们通过视频短片回顾建团百年历程，聆听习近平总书记对青年一代的寄语，畅谈感受心声，并在纪念条幅上郑重签名，誓将满腔热情投入教育事业，踔厉奋发，不负韶华。

参观“少年团校”为入团做好准备

近日，沧州市第八中学少年团校迎来了一群特殊的客人——沧州市车站小学六年级的少先队员们。

八中团委书记刘燕带大家一边参观，一边讲述全国五四红旗团委创建的先进事迹，介绍共青团员在团组织中参加的丰富多彩的实践活动，分享优秀共青团员的成长故事，号召少先队员们从

中听党话、感党恩、跟党走。

自2015年启动少年团校建设以来，沧州市第八中学不断完善学员积分考评办法，将培训学习、日常表现、社团活动、研学情况、结业测评等项目列为考核标准，建立量化积分机制，作为最终入团依据。同时，通过社团和实践活动，让团校的学员们更加明确自己

身上的重担和历史使命，更加坚定加入中国共产主义青年团的信念和决心。

车站小学的孩子们在参观结束后纷纷表示，要在少先队这个大集体中磨炼坚强意志、刻苦学习知识、锻炼强健体魄，向青年榜样学习，争取早日加入共青团，成为一名合格的共青团员。

回首百年历程 立志“强国有我”

“吾将以身殉国家，愿拼热血为吾华。他们用自己的行动，践行着对国家的赤诚……”

为庆祝建团100周年，喜迎党的二十大，引导全校青年弘扬“五四”精神，彰显青年担当，沧州市第一中学举办了以“弘扬五四精神，争做时代先锋”为主题的演讲比赛。

9名同学以生动的演讲和

饱满的激情，畅谈理想信念，展现新时代青年人的精神风貌和昂扬向上的青春激情。他们回顾历史，发出了“吾辈当承续先辈精神，奋发向上”的呐喊；他们以榜样反思自己，立下更高的目标。选手们用饱含深情而铿锵有力的语言，用充满温度的故事，展现青年学子对青春的礼赞，汇聚成“请党放心，强国有我”的最强音。

投身志愿服务 贡献青春力量

为大力弘扬“奉献、友爱、互助、进步”的志愿者精神，为省园博会贡献青春力量，沧州职院展开了高校优秀志愿者招募活动。学子们踊跃报名，经过面试和考核，116名志愿者接受了规范言谈举止、提供咨询指引服务、秩序维护等方面的培训。接下来，他们将结合园博会筹备工作最新需求变化，进一步增加园博会和志愿服务等方面的知识储备，为即将到来的开幕式做好充分准备。

在沧州师院，校学生会组织了“我为同学做实事”

实践活动，在帮助同学解决学业进步、就业发展、家庭困难、身心健康等方面发挥作用。校团委联合大学生创业中心启动低收入家庭学生就业帮扶计划、大学生志愿服务“西部计划”，做好政策宣传和解读，邀请往届学长开展线上宣讲，解答同学们的疑惑，更好促进就业。与此同时，通过“蓝精灵”志愿者培训，广大学子积极参与到疫情防控、赛会服务、学雷锋、中小学课后服务等志愿服务项目中，展现着共青团员的青春正能量。

教师手记

『顺风耳』听写法

王占英

阅读何金钟老师《爱的高度》，对其中一篇《顺风耳》印象深刻，也被何金钟老师的智慧深深折服。他能把一项简单、枯燥的听写任务做得如此有声有色，让同学们们兴味盎然。

我不禁眼前一亮，以往听写都是我在上面读，学生在纸上写，孩子们的积极性不是很高。何不尝试一下“顺风耳”听写法？

课前，我把要听写的词语一一写在小纸条上。听写开始时，我首先让每一排的第一位同学到讲台上随机抽取一个纸条，看一眼上面的词语之后，就交还给我回到座位上。接着，他们就要把看到的词语悄悄地告诉后面的同学，传递过程中声音要轻，以免让旁边的同学听到。如果让旁边同学听到了，旁边同学就会把听到的这个词语也一并告诉他的后桌，这样依次传递下去，直到这一组的最后一名同学。然后，由最后一名同学把听到的所有词语都写到黑板上。

写对一个词语得一分，比比看哪组写得词语又对又多。每一轮写的词语中必须包含本组传递的那个词语，否则本轮不加分。如果本组词语被其他小组窃听到，并被其他小组记下来写在黑板上，那么这个小组取消下一轮比赛资格。得分最高的一排同学将被评为“顺风耳”。

如此循环往复，接连3次被评为“顺风耳”的一组，即为胜出小组，奖励当班图书管理员一天，优先借阅班级图书。

这种听写方法看似简单，其实要想做好并不容易。它要求每位同学既要管住嘴，传递词语的时候要小声说清楚，不要说得声大让旁边同学听到，又要集中精力听前面同学读词语，别听错，另外还要熟练掌握学过的词语。

“顺风耳”听写法不但激发了学生对听写词语的兴趣，也让学生把学习当成一件快乐的事，同时还学会了约束自己的行为，做事不能随心所欲，要严格遵守活动规则，尽自己的责任把事做好。

（作者单位：沧州市朝阳小学）



车站小学的孩子参观少年团校