

奋斗的青春更美丽

——市第二中学举行青春成长礼侧记

□鹤报融媒体记者 魏璇 文/图

“故今日之责任，不在他人，而全在我少年。少年智则国智，少年富则国富；少年强则国强，少年独立则国独立；少年自由则国自由，少年进步则国进步……纵有千古，横有八荒。前途似海，来日方长。美哉我少年中国，与天不老！壮哉我中国少年，与国无疆！”

5月3日下午，市第二中学操场上声浪滚滚。学校正在举行以“奔跑吧，青春”为主题的青春成长礼。校党支部书记、校长李庄平和班子成员与八年级全体师生及家长共同参加了此次活动。

此次青春成长礼分为扬帆青春、青春风采、感恩青春、立志青春、青春分享、青春留念等7个篇章，包括校长寄语、舞蹈表演、师生代表讲话、走青春门、共同庆生、宣誓等10余个环节。

这是市第二中学团委精心组织的一场感恩与激情并举的德育活动。不仅使学生们的心灵受到了洗礼与震撼，而且使与会家长深感欣慰。

青春少年：生逢其时，重任在肩

成长礼在雄壮的国歌声中拉开帷幕，伴着五星红旗的冉冉升起，全体与会者高唱国歌，行注目礼，场面庄严而隆重。升旗仪式结束后，李庄平发表了热情洋溢的成长礼致辞。他代表学校向即将迈进青春门槛的学生致以热烈的祝贺。他说，青春的旋律不只委婉动听，更应刚劲有力。青春意味着责任和担当，负责任、肯担当能使你的青春无怨无悔、充实多彩。他希望全体学生要志存高远，自强不息，锤炼高尚品格，练就过硬本领，矢志艰苦奋斗，张开青春的臂膀在和谐中国、民族复兴的时代洪流中追求



校党支部书记、校长李庄平(中)和其他校领导为学生切开生日蛋糕

人生出彩的绚丽、梦想成真的幸福、成长进步的快乐，让自己的人生蓝图更大、更美、更辉煌。

当学生代表从李庄平手中接过代表青春的旗帜时，这一刻，意味着他们从少年走向青年，从稚嫩走向成熟。500多名学生站在14岁的风口，迎着梦想奔跑，青春的旗帜高高飘扬，嘹亮的口号澎湃激昂。这时，耳畔仿佛响起那句豪迈的诗词：“恰同学少年，风华正茂；书生意气，挥斥方遒”。正青春的年纪，正芳华的旅程，在这个浩荡的新时代，叫人感慨“青春中国”的无限可能。

“我志愿加入中国共产党，坚决拥护中国共产党的领导，遵守团的章程，执行团的决议……”伴随着洪亮的宣誓声，

面对着鲜艳的团旗，一股新鲜血液注入中国共产主义青年团。成为共青团员，必将激励他们在奋斗中绽放最美丽的青春梦想，为祖国发展和社会进步奉献自己的力量。

二中学子：心怀感恩，奋勇前行

随后，教师代表、学生代表和家长走上舞台，他们用饱含深情的语言演绎了学子成长路上父母和教师付出的无尽辛劳和无限挚爱。短短几分钟的朗诵，让现场的学生和家长都被其中体现的浓浓真情深深感动。

心怀感恩情，寸草报春晖。学生们集体向教师和家长鞠躬，行“拜谢礼”，感谢教师



学生在家长引领下走过青春门

和父母的培养和教诲。教师与家长来到学生身边，为他们授予“青春成长礼”绶带，送上了青春成长的美好祝愿。

伴着《生日快乐》的音乐，教师代表推上了象征着“感恩、责任、成长”的巨型蛋糕。李庄平和其他校领导为学生点燃了生日蜡烛，在烛光摇曳中学生许下了心中美好的愿望。

孩子年少正当路，有始扶桑初日升。全体学生在家长的引领下依次走过青春门。他们或与父母合影，或书写下自己的成长宣言，以自己的方式诠释着对青春成长的感悟和对美好未来的憧憬。此时，激情满怀的不单单是正值青春的孩子，还有在场的见证者。

满满的仪式感，暖暖的人文情。此次活

动使同学们深受触动。八(4)班学生张涪铭说：“我们将心怀感恩、勇担责任，与懵懂幼稚道别，与成熟稳健相约，用青春和热情去创造美好的明天。”

仪式结束后，学生武雨萱的家长心潮澎湃：“奋斗的青春更美丽。希望孩子们能慢慢承担起自己的使命，增强责任感。同时，也向为孩子成长倾注心血的校领导和教师表示衷心的感谢。”

二中校园：多彩德育活动，打造阳光校园

李庄平告诉记者，青春成长礼是学校系列德育工作的一项重要内容，目的

是让即将跨入青春门槛的学生有仪式感，树立正确的人生观和价值观、系好人生的“第一粒扣子”。

市第二中学始建于1958年，现有教职工110多人，1500余名学生。60年的办学历程，学校形成了“儒雅笃志，尚善尚美”的校风，秉承“立德树人，启智求真”的办学宗旨，使学校在优秀生源和优良教育资源不断流失的情况下仍然保持着旺盛的活力，培养了一批又一批全面发展的学生，先后获得“首批全国校园足球示范校”“2017年省级卫生先进单位”“2016-2017学年市教改工作先进单位”等荣誉称号。

走进校园，除了优美的环境，彬彬有礼的学生也是市第二中学一道亮丽的风景。百年大计，教育为本；教育工作，德育为先。为了更好地落实德育工作，市第二中学策划组织了一系列活动：“缅怀革命先烈，释放青春活力”为主题的励志远足活动，让同学们磨练了意志，锻炼了品质；“老师，请接受我对您的表白”写感恩寄真情活动，既让教师进一步了解了学生的内心世界，也让学生们体会到了教师工作的辛苦。除此之外，还有经典诵读、学雷锋志愿者活动、歌颂祖国合唱比赛等，都得到了学生和家长的广泛好评。

“迈入青春大门，走好青春之路。牢记家国期盼，不忘师长教诲。争分夺秒勤奋学习，自强不息立志成才。青春万岁，祖国万岁！”当成长礼的誓言响彻晴空，朝气蓬勃的面庞有了坚毅之色，单薄柔弱的肩膀有了担当之力。世界大千，宇宙万象。“修身齐家治国平天下”的梦想，正在新时代化为中国梦的青春实践。



学生代表从李庄平手中接过代表青春的旗帜



学生向教师、家长鞠躬拜谢



家长授予孩子“青春成长礼”绶带



年级跑操表演



集体朗诵《少年中国说》

关注学生学习状态 给予高质量陪伴

——探究学生不良学习状态因素及对策

□李伟震

众所周知，如今我们已经进入一个终生学习的时代，学习的重要性不言而喻。然而，我们对学习的关心与重视很多时候还停留在能力与结果的层面，对于学习的过程恰恰是容易忽略的，尤其是对学习状态的关注。

探究学生不良学习状态因素，让学生专注而放松地学习

什么是学习状态呢？学习状态是指个体在学习时的心理、情感、态度、思维等活跃、积极、接纳、参与状态的总和。按照这个定义，我们可以得出一个简单的结论：好的学习状态应该是专注而放松的。所谓专注，就是注意力全部集中到某事物上面，不被其他所吸引，不会萦绕于焦虑之中。所以，不能专注的人也就不能放松。专注与放松，实际上是同一枚硬币的两面而已。孔子的“乐学”境界：“三月不知肉味”“发愤忘食，乐以忘忧，不知老之将至”正是对专注与放松学习状态的很好阐释。

要让学生达到并保持专注与放松的学习状态，我们需要了解导致学生不良学习状态的因素。不良学习状态的成因有很多，但最主要的是不良情绪的困扰。不良情绪就是潜伏在学生身体里的一股负能量，它时时刻刻侵蚀着学生的身心，让学生无法专注于学习。

不良情绪有时是由不良的人际关系引起的，这个时候家长和教师需要不加评判的耐心倾听，让孩子的不良情绪有一个出口。在对学生学习状态的问卷调查里，很多学生都提到想学但心烦学不进去的情况，而且这种学不进去的状况又让学生愈发心烦，形成恶性循环。孩子们也表示，这个时候最渴望得到家长和教师的理解。所以，家长和教师的耐心倾听与温情陪伴是化解不良情绪的灵药。下边是倾听与陪伴过程中有效的沟通方式，家长和教师可以借鉴。

积极聆听——反映式倾听。

学生：小强撕坏了我的画儿。
教师：失去了你的画儿，你很失望，小强撕坏了它，你很生小强的气。

学生：嗯，我现在不得不重新画一张。

学生：这所学校真不如我原来上的那所学校好。那里的同学都很友好。

教师：你在这儿感觉离开了。

我认为反映式倾听在沟通中是非常有效的，可以总结成一个公式：说的内容+说者的感受（情绪）。我在工作中经常使用，收到了意想不到的效果。渐渐的学生喜欢和我聊天了，很多心里话愿意告诉我，我也在倾听的过程中自然而然地帮助他们化解了不良情绪，从而让他们的学习状态达到最佳。

鼓励三段论，挖掘孩子闪光点

有的时候学习中遇到的困难，比如学习方法不科学、学习基础不好等，也会导致学生产生不良情绪。这需要家长和教师根据情况区别对待、对症下药的同时接纳和鼓励是最有效果的。学生的分化通常发生在遇到错题的时候。自信心强的孩子遇到错题不会被吓倒，他会想方设法突破障碍，突破会给他带来成功的体验，成就感又会增强孩子的自信心。自卑的孩子在遇到困难时如果没有及时得到鼓励和支持，就会有挫败感，这会让他陷入自卑的泥潭。对后者我们要及时鼓励，让他们能有更多的成功体验。因此在平常的相处中，我们要多挖掘孩子的闪光点，多鼓励、多肯定孩子，通过积极暗示的方法，培养孩子的学习兴趣和自信心，教会孩子如何学习，这才是调整孩子学习状态的根本所在。下面为鼓励三段论，家长和教师在称赞孩子的时候可以多用。

- 1.描述你看到的现象。
我看到这张试卷做得真是太好了！
- 2.描述你的感受。
我感到特别开心和骄傲！

3.用具体言辞描述孩子的积极行为。

你的计算题全做对了，而且最后的应用题也做了一大半儿，真是不可思议！

第三段尤其重要。如果你不知道如何说出具体细节，你还可以问孩子“你是怎么做到的”，要用欣赏和称赞的语气把问题抛给孩子，孩子在告诉你具体方法的时候，对于他而言就是一种积极的心理暗示，这种暗示可以帮助孩子强化自己的主观努力，长此以往孩子就会对学习产生兴趣，慢慢就会改变原来消极的学习状态。

改善学生的学习状态还可以借助专业的技术，以下的方法可供借鉴。

通过想象训练、腹式呼吸、放松训练的方式进行自主调节，在呼吸训练中给予孩子积极的自我暗示等。例如，利用腹式呼吸方法：让孩子半躺在舒适的椅子上，微闭双眼，全身放松，按下列步骤进行：一只手放在腹部，另一只手放在胸部，注意先呼气，感觉肺部有足够的空间，来做后面的深呼吸，然后用鼻子吸气，保持3秒钟，心里默数1、2、3，停顿1秒钟，再把孩子缓缓地呼出，可以在心中默数1、2、3、4、5，吸气时可以让空气进入腹部，感觉那只放在腹部的手被向上推，而胸部只在腹部隆起时跟着微微隆起，感受新鲜的空气在身体中的流通和给予你的能量。呼气的时候一定要把残留在肺里的气呼干净，同时头脑中可以想象，所有的紧张、疲惫、压力都随着每一次的呼气慢慢地呼出了。通过让孩子生理和心理上的综合调整，使孩子的学习状态从被动逐步转变为主动，从而形成孩子学习的最佳状态。

专注与放松不但是做事情成功的关键，也是健康心灵的一个特质，所以专注与放松是幸福人生的关键。很多成功人士都有这样的人生体验：对于一件事情，无论过去对它有什么成见，一旦专注投入进去，它立刻就变得鲜活起来。所以，让我们关注学生的学习状态，给他们高质量的陪伴，让他们找到自己最佳的学习状态，体验成功的快乐！

(作者单位：鹤壁市淇滨中学)

为审查逮捕设置“过滤器”

——浅谈审查逮捕诉讼化转型

□仇艳丽 韩秀红

审查逮捕诉讼化的模式选择

审查逮捕是检察机关的基本职能之一。审查逮捕权长期采取单方的审查方式，缺乏有效的救济，司法属性彰显不够。2016年，最高人民检察院“十三五”时期检察工作发展规划纲要提出“围绕审查逮捕向司法审查转型，探索建立诉讼化机制”，明确了审查逮捕诉讼化改革的方向。

审查逮捕诉讼化的概念、法律依据及实现必要性

审查逮捕诉讼化，是努力构建一种侦查机关、辩护人、犯罪嫌疑人参与、对抗，检察官居中裁断的司法审查程序，将以往的审查逮捕程序的书面、封闭、行政化审查方式，改变为兼听、中立的公开审查。诉讼化反映审查逮捕的司法权本质属性。

审查逮捕诉讼化改革是有法律依据的，其实质是对《刑事诉讼法》第八十六条的具体化落实。《刑事诉讼法》第八十六条规定，人民检察院审查批准逮捕，可以讯问犯罪嫌疑人；具有几种特殊情形的，应当讯问犯罪嫌疑人；人民检察院为了确定是否符合逮捕条件，可以询问证人等诉讼参与人，听取辩护律师的意见；辩护律师提出要求的，应当听取辩护律师的意见。这是2012年修订刑事诉讼法时新增的规定，目的就是提升审查逮捕诉讼化的程度。

为什么要实现审查逮捕诉讼化转型？审查逮捕关系到公民人身自由这一宪法基本权利，直接决定犯罪嫌疑人是否在审判前是否被羁押。逮捕将剥夺犯罪嫌疑人的人身自由，是最严厉的刑事强制措施。逮捕诉讼化的核心是兼听各方意见，公正作出审查逮捕决定。审查逮捕诉讼化，可提高办案质量，提升司法公信力，有效降低羁押率，让逮捕回归刑事强制措施的本质，是对犯罪嫌疑人权益的保障。

审查逮捕诉讼化的现实困境及未来发展方向

基层检察机关审查逮捕诉讼化转型的现实困难主要表现在以下几个方面：

一是时限太短。对公安机关提请逮捕的案件，法律规定要在7天内作出是否批准逮捕的决定。对采用诉论式审查的案件，建议延长审查逮捕期限2至3天。

二是需要多部门配合。诉论式审查需要公安机关、司法行政机关的理解和支持，可与相关部门会签合作文件，建立合作机制，共同推进这项工作。

三是刑事辩护律师的参与不足。基层检察机关办理的审查逮捕案件中辩护律师介入不足，介入成效不理想，审查逮捕诉讼化的重要参与主体呈现出角色缺位的状态。可以从两个方面着手：一是加强法律援助，二是完善值班律师制度。审查逮捕诉讼化的未来发展方向，就是要加大对审查逮捕案件的证据条件实质化审查的力度。在我国现有刑事诉讼制度框架下，考虑到处理侦查秘密和逮捕公开的关系，检察机关在办理审查逮捕案件时，将案件诉论化审查范围主要集中在社会危险性存在争议的案件上，重点审查社会危险性条件，对案件的事实证据和刑罪涉及较少。其实诉论化审查过程中对证据条件进行审查，并不与侦查秘密相冲突。辩护律师受到职业道德和法律义务的双重约束，可以较好地完成任务和参与证据调查的双重任务，适时提出立法建议扩张辩护律师在审查逮捕诉讼化审查中的权利，将奠定审查逮捕诉讼化审查的法律制度基础。

围绕审查逮捕诉讼化改革还有一些基础问题没有得到有效解决，甚至存在争议。2013年新刑事诉讼法实施以来，各地检察机关纷纷开展审查逮捕诉讼化试点探索，积累了大量成功案例，取得一定成效。随着我国诉讼制度的发展和侦查技术能力的提高，积极探索审查逮捕诉讼化改革的办案模式，给司法正义增加“过滤器”，将积极促进审查逮捕工作开放性、法制化、现代化发展。(作者单位：淇滨区人民检察院案管办)