

2010年10月31日 星期日  
 农历庚寅年九月廿四  
 中共达州市委机关报  
 达州日报社出版  
 国内统一刊号 CN51-0015  
 第542期(总第14539期)  
 总编辑:何文均  
 值班副总编辑:何南观  
 主 编:冯科尧

达州校园网: www.dzxy.cn  
 主编信箱: WWL732@sina.com



**校长寄语**

同学们,一个人最珍贵的东西是良好的品质。一个人的能力有大小,操守却是有着统一标准的,古人所讲的“见贤思齐”就是这个道理。因此,同学们从小就要养成良好的品质,修炼崇高的操守,为今后书写辉煌人生打下重要伏笔。  
 -达县道让乡中心学校校长/谢绪华

mp3成流行趋势,让人担忧。

**镜头一:**学校组织学生去秋游,路上,学生几乎是人手一个MP3。他们有的闭着眼睛摇头晃脑,有的嘴里哼哼唧唧地跟着唱,老师跟学生说话时,扯着嗓子喊他们都听不见。真恼人!  
**镜头二:**大街上,有学生听着MP3慢慢悠悠过马路,绿灯时,后边过来一辆车,司机按了半天喇叭,那位同学愣是听不见。真急人!  
**镜头三:**在家里,小强一边听着MP3一边写作业。妈妈喊“吃饭啦”——听不见;爸爸叫“倒垃圾去!”——听不见!等检查时爸爸妈妈才发现孩子的作业错误百出。真气人!  
**镜头四:**有同学喜欢听着MP3入睡,人是睡了,可机器没关,音乐一直环绕在耳边……这听起来挺浪漫,可耳朵受得了吗?真害人!

# 学生玩mp3没有节制如痴如醉

## 老师提醒不要毁了小耳朵

**镜头五:**在学校,几个同学互相炫耀:“你这款MP3都过时了,瞧我的,还带优盘呢!”“带优盘有什么新鲜的啊,我这个是爸爸从国外带回来的,特高级!”争来争去,谁也不服谁,得一会儿几个人打起来了。真丢人!  
**镜头六:**在医院的耳鼻喉科,时常有同学对医生诉说:“也不知怎么回事,我听力越来越不好,还经常耳鸣……”真烦人!  
 看到这儿,喜欢MP3的同学们估计该急了:干嘛老说MP3的坏话?这个小东西多可爱呀!它那么小巧,漂亮,用着多方便!听音乐、听歌曲、听英语、听故事、录音……它无所不能!是啊,要说MP3的好处,也确实是一大堆。“当我心情不好时,听听MP3马上就能把烦恼忘掉。”“我们班每个人都有这玩意儿,大家经常在一起交流,拉近了同学之间的距离。”“听MP3多酷呀!别人一看就知道我很有时尚。”“以前我五音不全,唱歌很难听。自从有了MP3,我的歌唱水平和音乐素养提高得可快了。”“我从MP3里学了很多新歌,联欢会时唱给同学们听,感觉特有面子……”  
 看来,MP3真是既让人爱又让人恨呀!好了,咱们也别瞎争了,听听老师是怎么说的吧:

王仕斌(通州区教育局副局长、通州区一小校长):适当地听MP3确实没什么不可以,不过应该把握好时间和时机,尤其是小学生,在上课、写作业时最好不要听。因为上课或写作业时听MP3会分散注意力,影响学习效果。  
 陈武(宣汉教育局办公室主任):睡觉前也不要听MP3,这样会导致大脑神经兴奋,影响睡眠。  
 王印(开江教育局办公室负责人):学生听MP3的时候,耳机一定要选用质量好、杂音小、可以随意调节音量的;音量要尽量调小些,自己能听得见就行了;每次听MP3的时间不要超过1小时,这一点非常重要,如果不注意,你的小耳朵就很有可能受到伤害啊!  
 -杜翠 本报记者 陈鲸印

# “我们住在这里很幸福”

## ——大竹县中峰职业中学学生关爱敬老院老人侧记

·周德琼 刘仁贵 唐娟 本报记者 刘礼全·



了解老人的生活。



为老人服务。

秋风送爽,丹桂飘香。重阳节前夕,大竹县清河镇团委、中峰职业学校团委组织学生到清河镇敬老院看望老人,为他们送上节日的祝福。  
 当天,当同学们走进敬老院,爷爷奶奶们就热情地迎出来,给同学们塞奶糖、抓瓜子,欣喜之情溢于言表。  
 在院坝,蔡芳芳、谭小莉、向彬然等同学给老人们表演了诗歌朗诵、快板以及舞蹈等节目,大家一边打着手语,一边唱着。一

曲《感恩的心》让老人们异常激动,他们也站起来和同学们一起唱,一时间,歌声、鼓声、欢笑声、呐喊声此起彼伏……  
 节目表演后,同学们纷纷争着为老人梳头、捶背、剪指甲、剥鸡蛋、端茶水、拉家常、讲故事,大家忙得乐呵呵的。看着老人们脸上露出幸福的微笑,同学们心里也暖乎乎的。  
 表演间隙,陈秋雨、张瑜、赵婷婷等同学进一步了解了老人们的生活。

“请问您在这儿住了多长时间?”  
 “1年了。”  
 “住在这里,您觉得还有什么不好的地方吗?”  
 “我住在这里挺幸福,因为有服务人员无微不至的照顾我的生活。要是解放前,我肯定享受不到这么好的待遇啊,这得感谢党、感谢社会。”  
 老人们满足的话语,脸上自豪的笑容,让同学们的心也如秋阳一般,暖意融融。

近段时间以来,我校有一部分学生在课间及就寝时,喜欢玩仿真玩具枪。笔者在例行值周时发现,当天打铃响过后,寝室里的“子弹”像飞蛾一样乱窜,学生惊恐万状地呼救,安全问题令人担忧。

学校领导及各班班主任随即对学生玩仿真玩具枪情况进行了调查。调查发现,这类玩具枪具有较大的危害。曾有媒体报道,某学校学生玩仿真玩具枪时,同学误以为是真枪,吓破了胆,以至于第二天不敢去上学。某同学玩仿真玩具枪时,“子弹”打中了同学的眼睛,导致对方失明。因此,学校及时采取措施,收缴了学生的玩具枪,并教育学生不准再玩这种危险玩具。

为什么一度销声匿迹的仿真玩具枪会再度出现在校园呢?据调查,一些摊贩为谋取私利,不顾学校的反对,在学校的周围向学生进行兜售,学生出于好奇进行购买。一些小商贩还采用购买小东西抽奖的方式,诱导学生及家长,使这种危险玩具具有了一定的市场。

学生玩仿真玩具枪,对学生自己或他们周围的人来说,都是一件很危险的事情。笔者呼吁相关部门加大对社会尤其是校园周边的综合治理,坚决取缔小商贩的这种贩卖行为。同时,学校要重视对学生进行教育和引导,教育学生自觉远离这种危险玩具,不给小商贩有空子可钻。

·万源河口小学/王先槐(教师)

# 玩仿真玩具枪有安全隐患

## 老师呼吁相关部门严禁摊贩出售

# 七彩校园

本版编辑:陈鲸印 本版版式:王万礼

# 小梅姐姐

# 未成熟的果子很苦涩

## 和几个中学生谈如何对待早恋

10月23日上午10点左右,网友“星儿”在小梅姐姐QQ群(50676313)里发言:“抛开过去,分手快乐。”引起同学们的关注,大家就此展开了热烈讨论。

**星儿(1032069783):**抛开过去,分手快乐。  
**四眼哥哥(439278153):**发展友谊,放弃早恋,才是真正的快乐。  
**伊人秋兰(475147390):**嗯。  
**婷(1036251761):**对。  
**四眼哥哥:**因为我们还年轻,我们需要追求的东西还很多,没有理由停下脚步。还有就是我们还不够成熟,当我们走过青春,回头看时才会发现,那时的我们是多么幼稚。  
**伊人秋兰:**说的太对了。  
**婷:**真的应该这样。  
**星儿:**我无语。  
**婷:**早恋就像采摘未成熟的果子,吃起来很苦涩。

**四眼哥哥:**这个同学说得好。面对各种诱惑,包括早恋,我们要学会放弃。早开的花儿不会有结果,处于青春期的男孩女孩要正确处理男女同学之间的关系,保持纯洁的友谊,成就美好未来。

**星儿:**分手不是快乐,分手之后如何与同学继续保持纯洁的友谊,才是真正的快乐。

**四眼哥哥:**说得好。在今后的日子里,你要注意和每个同学都保持纯洁的友谊。

**婷:**我也曾迷惘过,如今过去了,所以我快乐。

**四眼哥哥:**我们为婷鼓掌!为星儿鼓掌!婷进步了,星儿也有了新的认识。愿所有的同学都能正确认识处于青春期我们对异性的倾慕之情,保持纯洁的友谊,好好学习,不断进步。

**星儿、伊人秋兰、婷:**谢谢四眼哥哥。  
**四眼哥哥:**不客气,我们下周六继续接着聊。

(为使本刊更好地贴近中小读者,本刊开通了“小梅姐姐QQ群”,四眼哥哥、小梅姐姐每周六上午与广大读者在线交流,为中小读者答疑解惑,欢迎中小读者积极参与。群一:50676313,群二:10616249,群三:66270464。由于群容量有限,请广大读者选择其一,不要重复加入。长期不发言者,将被请出群。)

# 和父母沟通怎么越来越困难

## ——一个初一学生的苦恼

郁闷女生(化名),开江县严家初中初一学生,今年13岁。10月23日(周六)上午,她通过本报热线电话2389342-407,向四眼哥哥讲述她和父母的关系十分紧张,不知道如何跟父母沟通。

以下是郁闷女生(化名)的倾诉:  
 “四眼哥哥,我是一个性格内向的女生。让我烦恼的是,如今我和父母越来越无法沟通,只要和他们一说话,我们就会吵嘴。尤其是爸爸,我跟他根本合



不来,看见他在屋里,我就觉得很别扭。我爸也是这样,只要看见我在他面前走动,他就借故出去,我知道他是不愿多看我一眼。他这样做,令我心里很难过。我知道爸爸的心里也不好受,但我们的关系一直闹得很僵,我该怎么办呀?”

“妈妈对我要好些,但她其实也不理解我。我接个同学的电话,她会疑神疑鬼,以为我在谈恋爱;我喜欢看青春偶像剧,她总是说我不好好读书,成天只晓得看些乱七八糟的东西;我一提到班上哪个男生的名字,她就很紧张,刨根问底问和这个男生关系怎样,他有没有给我写纸条、发手机短信,令我特烦恼。”

“四眼哥哥,有时候看到其他同学的家庭和和美美的,我心里很羡慕。为什么我不能和爸爸妈妈好好相处呢?唉,也不知什么时候,我的家庭才能像其他同学的家庭一样和睦。”

### 理解和包容才会和睦相处

郁闷女生,你和父母沟通越来越困难,但希望你和父母好好相处,这说明你是一个孝顺的女

孩儿。人与人之间会发生矛盾冲突,同样,每个家庭也会发生矛盾冲突,就看你如何对待这些冲突。处理得好,矛盾冲突会迎刃而解;处理不好,矛盾冲突就会升级。你和父母的关系越来越紧张,说明你没有掌握好处理矛盾冲突的时机和方法。

在人际关系中,每个人的需求和看法并不总是一致。你的父母在年龄、经历以及在家庭中的角色地位不同,所以会和你有不同的想法。你要理解父母,要看到父母处理问题的方法也许不当,但他们的出发点是好的,是为了你好,是希望你成长过程中少走弯路。

如何和父母相处呢?关键是要掌握一些沟通的技巧。比如说当你因某件事和父母发生矛盾冲突时,你不要耍小脾气,跟父母顶嘴,或故意做一些让他们很难理解的行为。因为和父母对着干,只能让父母更失望、更伤心。你可以心平气和地跟他们解释,让他们明白尽管他们是为你好,但他们的担心是多余的,因为你已



经长大了,你自己该做些什么,不该做些什么,你会对自己的行为负责。同时,作为正在成长中的子女,也许你对一些事物的认识是肤浅的,你要学会多听听父母的意见,怀着一颗感恩的心,虚心接受他们的意见。相信通过一段时间的努力,你和父母的关系会有所改善,你的父母也会因为你更懂事了而感到十分欣慰。

口述实录 15881848587

# 放开手脚做活动 敞开心扉交朋友

## ——记宣汉职中一次初中生团体心理辅导活动

“请后面的同学将双手放在前面同学的肩上,为他们揉肩、揉耳朵、揉太阳穴、捶背,然后前后交换……”这是10月20日上午,宣汉职中八年级学生在心理老师的指导下做放松体操游戏。活动结束后,八年级八班的陈娇娇同学告诉记者,同学们普遍反映,通过参加这一活动能正确处理男女同学关系了,不再害怕与异性交往。

接下来,同学们在老师的指导下,开展了“口香糖”、“青蛙跳一跳”等游戏。在

“青蛙跳一跳”游戏中,全队同学围成一个圈,每“哇”一下,跳一次,随后跳的次数增多,“哇”的次数也增加,若出错,则表演节目。在八年级六班活动现场,一个平时非常害羞的女生因游戏犯规被罚讲,一个令人捧腹大笑的笑话,一个平时不爱说话的男生也因游戏犯规而自觉地在大家面前做起了俯卧撑。“我们班就像一家人,玩得真开心!”该班向阳同学表示,在活动中获得了快乐,获得了友谊。

当天,宣汉职中500余名师生参加了这一团体心理辅导活动。西南大学心理学院张仲明教授、尚伦博士亲临活动现场作指导,宣汉中学、宣汉县第二中学、宣汉县教师进修学校等兄弟学校选派了从事心理健康教育的教师进行观摩、学习。通过参加活动,同学们明白了不少道理,学会了一些交往技巧,还进一步增强了团队意识,融洽了师生之间、同学之间的关系。

·邓中胜 杨发军 本报记者 桂爽·

## 是否购买校服根据自愿

小梅姐姐:你好,我是一名初三学生,马上就要毕业了,但学校却非要我们买校服不可,我们该怎么办?  
 “习惯一个人”同学:学校之所以要同学们统一购买校服,我想大约是因为作为一个团队,统一着装能让人感觉精神面貌更好,能给人更好的印象。但是,根据有关规定,学校对学生是否购买校服不得采取强制行为,要完全根据自愿原则进行。因此,作为快毕业的初三毕业生,你有权拒绝购买校服。  
 ·小梅姐姐·

## 拒绝同学示爱要讲方法

小梅姐姐:我是达县二中一初二学生,前几天,有同学给我写了一封信,说她喜欢我,可我心影响学习,想拒绝她,我该怎么办呢?  
 “哭着说爱你”同学:你决定拒绝同学的示爱,这很好,但一定要顾及对方的自尊心。拒绝是一门艺术,拒绝时要注意保护自己的自尊。你可以明白地告诉她,自己不想过早涉及感情,但你不要笑话她,更不要告诉其他同学,要让她既明白你的真实想法,又能感受到你给她留足了面子。  
 ·小梅姐姐·

## 同学留言簿

·老师,你恐怕还不知道吧,我们考得好,不是因为学得好,而是有好有人在考试时抄答案、传纸条……甚至有人翻书。下一次考试,你监考可要严格了,不然长此下去,同学们不仅学不到知识,还会养成弄虚作假的坏习惯。——达州市职业高级中学/小鱼儿  
 ·我是一个快乐的小女孩,但却非常害怕考试,并不是害怕考不好,而是因为每次我拿着高分卷子给爷爷看时,他总是轻描淡写地说还可以,下次继续努力,让我感到很失落。其实,我好希望爷爷能给我一些鼓励,让我对学习更有兴趣。  
 ——通州区实验小学/欢欢  
 ·我是一个插班生,喜欢学习,喜欢看书,作文也写得很好,老师经常表扬我。可一些同学却因此嫉妒我,说我是假正经,甚至拒绝和我玩,让我感到很烦。我希望同学们能尊重我一下,和我一起玩好学习,不然将来没出息。  
 ——达县新达学校/黄渊  
 ·文字整理:本报记者/陈鲸印·

(欢迎更多同学留言,发至小梅姐姐信箱525378047@qq.com)