

民附人自己的节日

——莲花品质体育艺术节

11月15日—12月14日,云南民族大学附属中学以“快乐学习 健康成长”为主题的第四届体育艺术节精彩上演,内容涵盖师生体育运动会、经典朗诵比赛、集体舞比赛、艺术作品展、文艺汇演等体艺活动。

开幕式创意亮点纷呈 点燃学子运动激情

彩旗飘飘,到处弥漫着青春的气息。11月16日上午,云南民大附中运动会举行开幕式标志着学校第四届体育艺术节正式拉开帷幕。68个班级方阵、初中部教师方阵、高中部教师方阵、裁判员方阵依次走过主席台。

紧接着,各班级方阵依次入场,喊着嘹亮的口号,迈着铿锵的步伐,展示飒爽的英姿,彰显着青春的活力,书写着民附的魅力。各班级跟着音乐的节拍,尽情展示班级风采,诸多创意精彩不断,亮点纷呈,让现场惊喜连连,呼声不断,将开幕式推向一个又一个的高潮。

少年风华正茂,田径场上挥洒汗水、激荡青春。经过两天的激烈角逐,体育运动会于11月17日下午落下帷幕。回望两天赛场风云,运动健儿们热血沸腾、燃烧激情,展现了高超的竞技水平和良好的竞赛风貌,创造了骄人的运动成绩。

斑斓画作展才华 艺术滋养助成长

12月初,云南民大附中举行第四届莲花品质体育艺术节之艺术作品展,本次展览涵盖蜡笔画、版画、插画、拼贴画、油画、水彩画、卡通画、速写、手工制作等多样化作品。

作为体育艺术节主要活动之一,艺术作品进一步展现民附学子的艺术才能,展示学校深化艺术教育特色工作和雅趣课程建设成果。通过丰富的课程,努力为每个孩子提供个性化的艺术教育。



扎实推进素质教育 展现丰富育人成果

无论是运动会开幕式精彩的创意,还是运动场上奋力拼搏的姿态;无论是经典诵读比赛,还是集体舞比赛;无论是艺术作品展,还是文艺汇演,都凝聚着师生的心血与汗水,展现着民附学子乐观进取、健康向上的精神风貌,不同的班集体诠释的是同一份青春、同一种正能量。

体育艺术节作为民附人每年的盛会,进一步丰富校园文化生活,深化学校体育、艺术教育特色工作,展示学校雅趣课程建设成果,营造积极健康、高雅文明的校园文化氛围。



吟咏诗篇传承经典 朗诵比赛铸造品质

11月28日晚,云南民大附中在学生活动中心举行第四届体育艺术节之经典朗诵比赛,初二至初四16个班级的学生参加比赛,精彩的表现让得到师生和家长的热烈掌声。

此次比赛亮点闪烁、异彩纷呈,各班根据自身特质精选诵读内容,无论是音乐、舞蹈、服装,还是诵读效果、演绎水平,堪比一场精彩的“舞台剧”,带领现场听众进入经典诵读的殿堂。



集体舞比赛:舞动的青春,做美的风景线

11月29日晚,云南民大附中第四届体育艺术节之“阳光向上,舞动青春”集体舞比赛在学生活动中心举行,各个班级同台竞演,吸引众多师生和家长到场观看。

节目涵盖现代舞、民族舞以及街舞等多种舞蹈形式,各班级的参赛作品匠心独运、精彩纷呈。有激情洒脱小骑士风格的《牛仔很忙》,舞姿奔放、热情洋溢;有竹影摇曳月色下神秘的《彩云之南》,曼妙飘逸、韵味十足;也有向着未来与希望进发的《光荣与梦想》,激昂澎湃、振奋人心。整场比赛给现场观众带来了视觉与听觉的双重享受。



旖旎歌舞激情澎湃 怀揣梦想迢迢前行

12月14日晚,作为云南民大附中第四届莲花品质体育艺术节压轴大戏的文艺汇演精彩亮相,给广大师生带来一场别开生面的视听盛宴。



文艺汇演展演多个年级和学校推选的艺术节目,展示了一批思想性、艺术性、观赏性俱佳的文艺精品,同时吸引了来自全校2000余名学子的积极参与,参演作品的范围之广、数量之多和质量之高均为历年之最。



深圳研修拓学导新 莲花品质再添活力



研修团队返校后,学校为总结交流培训心得,扩大研修学习成果,促进教师共同提高,于11月12日组织召开了全体教职工参与的深圳研修汇报交流会。在会上,7位参加深圳研修学习的教师代表作了交流发言,他们畅谈收获、分享心得,把外出学习的所见、所闻、所感、所思转化为可推广的经验和可共享的资源,让与会教师们受益匪浅。

为加强教师队伍建设,不断提升教师专业化发展水平,10月28日至11月3日,云南民大附中组织56名教师赴深圳展开为期一周的研修学习。研修团队先后走进深圳展开为期一周的研修学习。研修团队先后走进深圳展开为期一周的研修学习。研修团队先后走进深圳展开为期一周的研修学习。

李兴富校长在总结交流时肯定了老师们的研修成果,并强调教师外出培训的意义在于让老师们开拓专业视野,学习先进理念,明确教育目的,关注个人成长。李校长希望此次交流能唤醒民附教师们不断成长的自觉意识,化被动学习为主动学习,构建一套完善的知识结构和能力体系,从而进一步提高教育教学水平,优化教育教学质量,提升学校办学品位。

发挥优质教育作用 开展教育合作帮扶

为支持瑞丽教育发展,10月22日,云南民族大学附属中学与瑞丽市教育局举行教师培训合作签约仪式暨第一期骨干教师培训班开班典礼。瑞丽市教育局党委副书记刘克礼,云南民大附中校长李兴富、党委书记李代鹏出席仪式,瑞丽市骨干教师和民大附中指导教师参加签约仪式暨开班典礼。

云南民大附中校长李兴富在致辞时指出,学校将紧扣瑞丽教师的实际需求,让瑞丽市教师队伍在管理理念、学校文化、教学水平等方面实现新的发展,为瑞丽基础教育提质增效做出贡献。

11月21日,云南民大附中与丽江市永胜民族中学开展2019年中考备考联合研修。永胜民族中学校长陈汝弘在讲话时表示,感谢省财政厅搭建平台、感谢民大附中的支持,对民大附中先进的教育理念、高品质的校园文化给予高度评价。

永胜民族中学近30名教师通过聆听校外专家对办学思想、教师专业发展、课堂教学质量提升、学生核心素养和年级管理等方面的精彩分享,深入初三课堂观摩教学,并结合昆明市专家的课堂点评,让老师们开阔视野、受益匪浅。

德育沙龙: 营造和谐教育氛围 促进学生健康发展

10月8日,云南民大附中举办第五期莲花品质德育沙龙。活动期间,八位优秀班主任代表结合工作实际作了精彩的分享交流。

李兴富校长在总结时指出,班主任工作是学校管理工作的重中之重,所有班主任都应加强对自己的反思、研究,按照“压实责任、服务大局、端正态度、有效行动”的要求开展工作。民大附中一直高度重视班主任工作的专业化发展,学校将与广大班主任一起走近学生、关心学生、尊重学生、爱护学生,用心用情书写“做有生命温度教育”的大文章。



为深入学习、认真贯彻党的十九大和十九届一中、二中、三中全会精神,11月3日—5日,通过重温入党誓词、诵读党章、专题学习、分组讨论、结业测试等多种形式,云南民族大学在民大附中开展“万名党员进党校”暨“习近平新时代中国特色社会主义思想专题培训班”第十一期培训。

云南民大附中为全面开展师德师风养成教育,11月26日晚,组织全体教师就教育部印发的《新时代中小学教师职业行为十项准则》进行集中学习,进一步增强教师的责任感、使命感、荣誉感。

会上,李代鹏书记就坚定政治方向、自觉爱国守法、传播优秀文化等十项准则做了细致解读,帮助全体教师全面理解和准确把握准则,深刻认识自己所承担的职责使命,并就加强学校的师德师风建设提出了严格的要求。

11月30日下午,云南民大附中召开廉政风险警示教育会,会议由校长李兴富主持,学校校级领导、处室(年级)负责人、各支部书记参加会议。会上,民大附中党委书记李代鹏指出,学校中层干部要树立讲政治、守纪律、讲规矩的意识,增强责任心,切实履行党风廉政建设责任,保持零容忍的态度,扎紧扎牢反腐败笼子。



我校连续四年荣获 民族大学运动会团体第一名

2018年11月8日—10日,云南民大附中教师团队参加由云南民族大学举办的2018年冬季运动会。民附教师团队以总分第一的好成绩,荣获云南民族大学2018年运动会教工组团体第一名。



高才奎、刘金萍老师被评为呈贡区名师工作室主持人

10月18日,昆明市呈贡区教育局根据《昆明市呈贡区中小学幼儿园名师工作室实施方案》评审出呈贡区名师工作室,并开始申报工作室的成员候选人,云南民族大学附属中学高中数学教师高才奎、初中英语教师刘金萍分别评为名师工作室主持人。

作为高级教师的高才奎老师从教18年,教书育人成果突出,曾先后被评为“云南省优秀教师”、市级“有突出贡献的专业人才”、市级“教书育人楷模”、区级“名教师”等诸多荣誉称号,发表论文多篇,出版专著多部。“希望全体教师共同努力教育学生成才,助推学校发展,成就自我提升,我会把大家的鼓励化为动力来提升能力。”高老师用科学的思想引导学生、

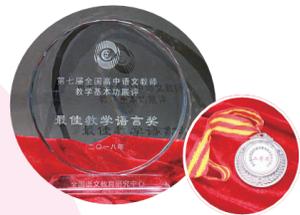
用敬业的精神感染学生、用高尚的师德熏陶学生、用精湛的专业引领学生,尽最大努力促使学生成才。

民大附中高级教师刘金萍从教21年,曾获得“教育部优课”、省级“英语工作坊坊主”、市级“先进教育工作者”、市级“骨干教师”等诸多荣誉,发表论文多篇,教学教研成果丰硕。刘老师将遵循“理论与

实践相结合、自主与交流相结合、学习与应用相结合、反思与提升相结合”的原则带领工作室开展研修活动,形成研修共同体,丰富研修新文化,搭建研修新平台,推出研修新成果。



张喜红老师在全国高中语文教师教学基本功展评中获奖



2018年11月18日-22日,第七届全国高中语文教师教学基本功展评暨教学观摩研讨会在浙江义乌举行,云南民族大学附属中学张喜红老师参加展评研讨活动并荣获多个奖项。

张喜红老师凭借扎实的教學基本功、精彩的教学设计、精美的课件和富有激情的教学风格,荣获第七届全国高中语文教师教学基本功大赛现场课“二等奖”和大赛“全国最佳教学语言教师奖”,教学课例《再别康桥》获得全国一等奖,论文《通过课堂观察浅析语文教师的本真——对云南民大附中高中语文课堂的一点思考》获得全国一等奖。

李有福老师荣获市中小学班主任基本功竞赛二等奖

为提高班主任专业能力和教育智慧,发挥优秀班主任的示范引领作用,培养和造就一支学习型、研究型、专家型的班主任队伍。11月21日,云南民大附中李有福老师参加昆明市第二届中小学班主任基本功竞赛荣获“二等奖”,李老师的主题班会方案设计《为中华之崛起而读书》荣获“一等奖”。



我校9名学生被呈贡区授予“五好学生”荣誉称号

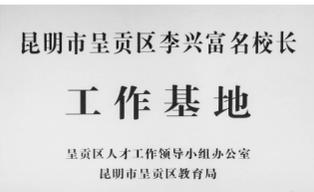
10月16日,呈贡区举行纪念“中国少年先锋队”建队69周年暨“五好学生”表彰会,云南民大附中9名学生被呈贡区教育局授予“五好学生”荣誉称号。

“自己之所以能够不断取得进步、获得提升,既有自身的不懈努力,也受益于民大附中“莲花品质教育”的熏陶。”我校杨蝉娟同学作为学生代表在会上发言。

昆明市呈贡区李兴富名校长工作基地授牌成立

为充分发挥呈贡区名校长的引领、示范和辐射作用,着力打造名校聚集、名师云集的优质教育资源高地,12月11日,呈贡区教育局举行呈贡区2018年度名校长工作基地授牌仪式,昆明市呈贡区李兴富名校长工作基地正式授牌成立。

李校长提出“做有生命温度的教育,为学生的品质人生奠基”的办学理念,带领全体教师全力打造“莲花品质教育”。学校于2018年晋升云南省一级三等完中,成为云南基础教育改革的成功案例。



田金平老师被评为2018年昆明市教坛新秀

12月5日,昆明市教育局根据《昆明市中小学教师教坛新秀评选办法(试行)》的要求,在学校申报、县(市)区初评的基础上,市级相关部门按照程序组织评选,云南民族大学附属中学田金平老师被评为昆明市教坛新秀。

云南民大附中高度重视教师队伍建设,努力提升教师的专业能力与素养,坚持在强化教师教学基本功培训上狠下功夫,为教师发展搭建多样化平台。



人生宛如一场漫长的旅行,在旅行中我们会经历无数个站台。或许其中有胜利,有成功,也有失败,但这都不重要,重要的是:纵使旅行中充满风雨,也一定要继续前行。

曾经看到过这样一则材料,一场暴雨来袭,有人撑着雨伞前行,有人匆匆赶路,还有人在雨中漫步,看完材料,我被冒雨奔跑者所感动,他们无伞,却依旧前行。

司马迁是我国著名的史学家,他的《史记》更是千古流传,“史家之绝唱,无韵之离骚”,经久不衰。人们常常只记住了他的成功,却忘记了这位史学巨匠在充满风雨的人生之旅中,依旧前行。在封建礼教观念严密的时代下,保持身体的完整极其重要,甚至被看作一种孝道,而史学巨人司马迁却受了宫刑,对于一个男人而言,这是何等的屈辱。而这位史学巨匠却勇敢

面对了这场风雨,并继续前行。“苦心人,天不负。卧薪尝胆,三千越甲可吞吴。”每每读到这句话,我总会感触众多。并为越王勾践的精神所打动,为他的成功感到欣喜。在千多年前,吴国打败了越国,而越国国君勾践却沦为吴国国质,而越国也随之沦落。勾践面对子民被杀,国家灭亡的暴雨,并未像项羽一样自杀,也未像燕王一样缢死煤山,而是到吴国当了吴王的马夫,数年如一日的养马,受尽屈辱,但他却未被那些风雨击倒,而是卧薪草,尝苦胆……最终打败吴国,一雪前耻,成就了一代帝王大业。

老子在《道德经》中写道上善若水,说的是柔柔的水,是世间的勇者与强者,不会因为外界变化而改变流动的本性,也不会因外事的好坏改变流动的方向。老子赞美它,认为水是人间智者与强者,是无为思想最杰出的代表,是人间的集大成者。其实,水不也是在风雨中前行吗?它冲开岩石,冲过阻挡,不改变会流入海的初心,最终成就了“日月之行,若出其中”的美和神秘的大海。

大浪淘沙,方显真金本色,风雨过后,更见青松伟岸。人生之中,哪有一帆风顺,一夜成功,但一定要坚信:飘风不终朝,骤雨不终日,更要在风雨之路上大步奔跑,生命不息,永不止步。

那一刻 世界春暖花开

初中部2018级(7)班 饶继超

这个世界上啊,总有那么几个瞬间使人难以忘却,也有那么几个瞬间,无论你身处何处,面对怎样的困境,都会感觉到春天的温暖。

我是一名初一的住校生,每周在家的时光不足24小时,与家人相处的时间甚少。

周末到了,由于第二天要在学校参加数学竞赛,我索性就选择了留校。我与妈妈通电话时,妈妈的语气并没有表现出很失落,只是淡淡的“哦”了一声。

进入初中以后,巨大的学习压力压得我有些喘不过气儿,使我烦躁不安。偶尔我会把父母对我的关心当作唠叨,与他们发生争执。母亲得知我周末留校了,应该觉得是安宁吧。

周六晚上,我独自在宿舍里写作业,一阵寒风呼啸而过,窗前几片树叶在昏黄的街灯下,从树枝缓缓飘落。隐约听到有一个熟悉的声音在叫我,“好像是妈妈”我正在心里嘀咕。往楼下一看,果然是妈妈!我飞快跑下楼,看见妈妈提着一件厚厚的衣服和一大袋子好吃的站在街灯下。灯光下的妈妈是多么美丽,她急切的说:“天气那么冷,怕你冻着,我给你带了厚衣服。还以好吃的,明知道不回家,上周还不多带点?你就是一天到晚让人操心……”妈妈说着说着,我感到鼻子酸酸的,但我不想让妈妈看到我流泪,便把东西抢到手,故作不屑地对她说:“知道了,快回去吧!”转身进了宿舍。

转身的那一霎那,我再也忍不住了,眼泪顺着脸颊往下掉,风吹过,一丝凉意涌上心头。回到宿舍,我想起了从前对妈妈的关心不仅毫不领情,还要对她大吼大叫,而这个瘦小、漂亮的女人无时无刻不在想着我。周

未回家,她总在想我穿暖了吗?吃饱了吗?心里全是我,却从来没有为自己着想。我心里很温暖,同时也很愧疚。那天晚上夜好长、好冷,我冻得发抖,却感受到了妈妈春天般的温暖。

那天过后,我每天都在心中挂念着妈妈,每天给她打一个电话,关心关心妈妈。周末回家我也不再随意发脾气,努力做一些自己力所能及的家务。或许这些都微不足道,但我能感觉到妈妈发现我改变后的喜悦。我也明白无论什么时候,都不能对家人发脾气,妈妈的爱是我最大的什么。

在那一刻,我感受到了母爱的温暖。那一刻,世界春暖花开。

我本是一代名骑赤兔马,被收于董卓门下。后董卓为了笼络吕布,将我赐给了吕布。但吕布却对我毫不关心,一有战事,就用我冲锋陷阵,没事就将我丢在一旁。我从原来的期待陷入绝望。后来,吕布被曹操所擒,作为他的坐骑,我也被俘。就这样等待着,我遇见了他——被曹操擒住,不得已暂投其旗下的关羽。我被赐给了关羽。初见关云长,就被其英气所镇住。正是:身长九尺,髯长二尺;面如重枣,唇若涂脂;丹凤眼,卧蚕眉,相貌堂堂,威风凛凛。好一个威武的将军!

我死心塌地地跟随着关将军。在曹操帐下的时日,官渡之战中,将军骑着,斩颜良,诛文丑。最令我难忘是在白马坡。两军对阵,关将军出马。他催动胯下坐骑,舞起青龙偃月刀,于万军之中斩杀颜良。当他提颜良首级归回本阵时,千军万马,竟无人能当。他的长髯飘起,那种迎风奔跑无人阻挡的感觉,让我为自己是将军的坐骑而深深自豪。

将军是重义气的人,虽然身在曹营,却不忘故主。他曾抚摸着我说:“吾知此马日行千里,今幸得之,若知兄长下落,可一日而见面矣!”果然,在得知刘备下落,将军义无反顾地骑着,我离开,单骑走千里,过五关,斩六将,最终得以与朝思暮想的兄长相会。从此,我跟随将军南征北战,让他成为足以让我终身受其驱使的人。赤兔,这个让我骄傲的名字,是五关和黄河渡口的骏影,长沙的嘶鸣,樊城的驰骋!

书香 一直都在



足尖轻踏,梦回唐朝,看李杜诗篇,书香一直都在;舞步翩跹,踏往明清,阅四大名著,书香一直都在;一曲舞尽,古今千年,书香一直都在。

酒香亦是书香。犹记儿时背熟的“床前明月光,疑是地上霜”;也常想起“举杯邀明月,对影成三人”的乐趣;而“明朝散发弄扁舟”的洒脱,也常浮现眼前。李白腰间一壶酒,伴着诗意与月色,一同融进书香里,而书香一直都在。“国破山河在,城春草木深”,何等伤感;“八月秋高风怒号,卷我屋上三重茅”仍要“大庇天下寒士俱欢颜”,何等伟大;“杜酒偏劳劝,张梨不外求”,何等风趣。杜甫的诗文如烈酒,伴着阵阵风雨,洒在人间,书香一直都在。纵使飞越千年,李杜诗篇,仍伴着浅浅酒香,浓浓书香,一直都在。

清泪亦是书香,寻着寸寸书香,《三国演义》里写不尽五丈原的孔明两行清泪;《水浒传》里梁山一百零八单将为社会黑暗而清泪,也为梁山梦一场空而泪下;《西游记》里师徒情深令人泪下,西行之艰辛却从未让四人哭泣;《红楼梦》里写尽贾王史薛四大家族的兴衰史,也描绘着贾宝玉、林黛玉的凄苦情史,难逃死前唤着“宝玉,你好,好……”的待遇,挂着两行清泪。纵使物是人非,四大名著,仍伴着两行清泪,几缕书香,一直都在。

愁肠亦是书香。“小时候,乡愁是一枚小小的邮票”,这是余光中飞越海峽的《乡愁》;“撑着油纸伞,独自彷徨在悠长,悠长又寂寥的雨巷”,这是戴望舒彷徨地徘徊的《雨巷》;“在康河的柔波里,我甘心做一条水草”,这是徐志摩轻轻挥手告别的《康桥》;“假如有人问我的烦忧,我不敢说出你的名字”,这是戴望舒深埋心间的《烦忧》。人走茶凉,茶凉香冷,现代诗篇,绕着几许愁肠,它于我,如幻,也似梦,起落,一如远山,泛起一池春水,在我的心头荡漾,染上几缕书香,暗香盈袖,一直萦绕。

一曲舞尽,古今千年,李杜诗篇,似白月光,也似烈酒,酒香,亦是书香,四大名著,书不尽爱恨情仇,只留两行清泪垂黄卷,在心头轻轻泛舟,剪不断几许愁肠,吟不完万里书香愁情!书香,一直都在,伴我成长!

我的偶像关羽

初中部2017级(14)班 涂井千禾

摸着我说:“吾知此马日行千里,今幸得之,若知兄长下落,可一日而见面矣!”果然,在得知刘备下落,将军义无反顾地骑着,我离开,单骑走千里,过五关,斩六将,最终得以与朝思暮想的兄长相会。

从此,我跟随将军南征北战,让他成为足以让我终身受其驱使的人。赤兔,这个让我骄傲的名字,是五关和黄河渡口的骏影,长沙的嘶鸣,樊城的驰骋!

但,天不饶人。将军败走麦城,城中粮草已尽,我已三天没有进食。但我决心与将军共进退。在越过潘璋所设的六道绊马索后,第七道起来了。铁索的光芒刺疼了我的眼睛,终于,体力不支的我在悲愤和痛苦中轰然倒地。

哀哉,一代名将关云长竟就这样落马受诛!我也被带走。但我曾许诺一生只忠于将军,便绝食。就在我头昏眼花,感到自己的生命即将终止时,一片灰暗中,我又看到了将军。是的,他没有死,他还活在我的心中,永远都是初见他时那副威武的样子!