

绿茵燃情，胜负之外见精神

市资江学校361班 羊裔淳

期盼已久的2026湘超联赛鸣哨开战。市体育中心人声鼎沸，欢呼声此起彼伏。邵阳队新赛季首度主场亮相，迎战作风顽强的张家界队。

开场即入白热化。上半场，客队持续强攻，多次威胁球门，邵阳门将沉着应对，力保城池不失。第36分钟，转折突至——邵阳队抓住反击机会，褚陈涛抬脚劲射，皮球应声入网！全场瞬间沸腾，掌声雷动。下半场开场仅11秒，邵阳队闪电再下一城，令人猝不及防。此后双方对抗激烈，最终邵阳队以3比1收获开门红。

一场球赛，收获远不止比分。绿茵场上，奔跑与拼抢本身就是动人的风景；公平竞争，彼此尊重，比胜负更值得珍视。“友谊第一，比赛第二”不再是空泛的口号。运动员们咬牙冲刺、摔倒后扶起对手的瞬间，让人真切感受到体育的温度。观赛之余，我也暗下决心：学习他们坚韧不拔的韧劲和豁达包容的胸襟，在生活中踏实勤勉，待人温和友善。足球有终场，但这份感动，长久回响。

（指导老师：朱安）

书香伴我成长

大祥区樟树小学2401班 陈晓璇

读书如沐暖阳，温暖而美好。在我读过的众多书籍中，最令我着迷的，是《苹果树上的外婆》。

这本书讲述了小男孩安迪和他外婆的故事。外婆总是神奇地坐在高高的苹果树上，她风趣、勇敢又可爱，带着安迪去游乐场玩耍，一起骑马、开汽车，甚至驾船海上探险，经历一件件新奇有趣的事。外婆永远温柔慈爱，给予安迪满满的快乐与幸福。

自翻开这本书的第一页起，我便深深沉浸其中。每次重读，都仿佛跟着安迪一同冒险，一同感受那份纯真的欢愉。

一本好书，如同一位挚友，默默陪伴左右。《苹果树上的外婆》让我真切体会到阅读的美好与温暖。往后，我会坚持多读书、读好书，在书香中快乐成长，在字里行间看见更广阔的世界。沐浴着邵阳的满城书香，我愿以阅读为舟，以好书为帆，一路前行，一路成长，奔赴更明亮的未来。

（指导老师：张敏）

学习不止有课堂
更有诗和远方

扫码关注“邵阳小记者” 微信公众号
让我们的孩子被看见



妈妈的身影，我眼里最美的光

市九中252班 何龙颖

在我眼里，妈妈的身影，是全世界最温暖、最有力量的一道风景。她的肩膀并不宽厚，却撑起了我们小小的家；她的手掌也许不够有力，却总能为我遮风挡雨。

妈妈的身影，藏在清晨的厨房里。天刚蒙蒙亮，她就系上那条印着小太阳的围裙，在灶台前忙碌。她会把我爱吃的小熊形状的煎蛋做得金黄，一边哼着我教她的儿歌，一边给我的水杯倒满温热的蜂蜜水。晨光透过窗户，洒在她的侧脸上，连额前的碎发都闪着柔和的光——那是我见过最温柔的身影。

妈妈的身影，也藏在深夜的台灯下。我睡着后，她还要收拾我散落的玩具，洗净我弄脏的校服，有时还要坐在书桌前批改学生的英语作业。有一次我半夜醒来，看见她背对着我坐在椅子上，腰杆挺得笔直，手指轻轻划过作业本，眼睛里隐约泛着淡淡的红血丝。她明明也会疲惫，却从不言辛苦。

妈妈的身影，更是我摔倒时最温暖的依靠。上次我在操场上摔了一跤，膝盖磕破了皮，疼得直掉眼泪。妈妈赶来时，立刻蹲下身，把我紧紧搂进怀里，用衣袖轻轻拭去我的泪水，又小心翼翼地朝伤口吹了又吹。她的手分明也在微微发抖，却笑着说：“不怕，妈妈在呢。”那一刻，她的怀抱，就是全世界最安全的地方。

妈妈的身影，虽不耀眼，却满载着坚强与温柔。她为我、为这个家付出了太多太多。我爱妈妈的身影——那是我心中永远最美的模样。

（指导老师：张娟 彭小彬）

寻味新邵烟火，品读滚烫心跳

新邵县思源实验学校C2422班 罗鑫泽

湘中新邵，依偎资江山水，山野物产与江畔烟火相融，把独属于湘中腹地的滋味，酿成跳动的湖湘烟火韵律。

拂晓的新邵老街，早餐店的邵阳牛肉粉热气升腾。筒骨长时间熬煮的汤底醇厚浓郁，圆润劲道的本地米粉，铺上厚切红烧牛肉，一勺红油辣子，撒上葱花、香菜，嗦一口粉，热汤顺着喉咙淌下，驱散晨间凉意，是新邵百姓日复一日的生活序曲。

乡间年味藏在烟熏腊味里。农家手工捶打的猪血丸子，以鲜猪血、老豆腐、五花肉

糍合，柴火熏制数日，表皮油润紧实。上锅切片清蒸，腊香浓郁、咸香入味，逢年过节待客、家常下饭都是硬菜。还有农家自制腊鸭、腊猪脸，依托山林柴火熏烤，是新邵人刻在骨子里的年味记忆。

城郊集市与乡村时令小吃藏着山野意趣。清明时节，田埂间的野蒿被采摘回家，捶碎和糯米粉制成蒿子粑粑，或包腊肉咸馅，或裹芝麻糖馅，青草清香消解油腻，一口咬下是春日田野的清新滋味。街边小摊的米豆腐，切小块配上剁椒、酸萝卜、芝麻油凉拌，酸辣爽口，是

夏日解暑的平价美味。

资江沿岸的夜宵摊更是烟火聚集地。外酥爆汁的臭豆腐、香甜软糯的糖油粑粑、切片即食的武冈香干轮番登场，食客闲谈说笑，辣椒的热烈、碳水的香甜、卤味的醇厚交织在一起。

山水孕育食材，岁月沉淀风味。新邵的一桌一食，没有繁复技法，靠着质朴的食材、豪爽的口味、浓厚的人情，诠释着湖湘大地热烈鲜活的底色。舌尖上的家乡滋味，就是属于新邵，属于湖湘最真挚、绵长的心跳。

（指导老师：孙小东）



暑期采摘正当时。7月31日，隆回县荷香桥镇竹叶村葡萄园里，孩子们在家长陪伴下，手提果篮穿梭藤架，体验收获的快乐。

徐善海 摄

沙漠之旅

大祥区华夏方圆学校2204班 阳蕊韩

“大漠孤烟直，长河落日圆。”每读此诗，总觉隔雾观花，难会其意。今年暑假，我踏足丝绸之路重镇敦煌，登临鸣沙山，方真切领略诗中那苍茫壮阔。

下车即被震撼：连绵沙丘在阳光下闪烁金光，如翻滚的

金色波涛，直铺天际，与湛蓝苍穹相接，天地间只剩两种颜色——一半金黄，一半湛蓝。导游说，鸣沙山之沙因微孔密布，踩踏时能发出细响，故得此名。

骑骆驼是必选项目。骆驼高大却温驯，随其行进，身体

随之起伏摇荡，颈间铃铛叮当，恍若踏着乐律在沙海中悠然起舞。行至山巅，一泓弯月形清泉跃入眼帘，碧蓝澄澈，如宝石嵌于金盘，又似飞天仙女静卧沙怀，令人恨不得一跃而下，化作泉中游鱼。

日暮西沉，圆日如咸蛋黄缓缓坠下，余晖泼洒，大漠浸染一片暖金。我忍不住放声高喊：这壮丽的大漠，我来过……

（指导老师：邓冰 赵翊彤）

密密麻麻，哪数得清。奶奶笑着说：“傻孩子，哪数得清咯。”

那天晚上，我偷偷拿出顶针端详，那些小坑像星星，深深浅浅。最深的一个边缘已磨得圆润，我想大概是缝第一条红领巾时留下的吧，那时她还年轻，手也不抖。

如今奶奶很少做针线了，眼睛花了，穿针都要我帮忙。那枚顶针仍躺在盒子里，偶尔她拿出来擦擦，也不戴，只是看看。我问：“又不缝东西，看它干吗？”奶奶把顶针捏在手心，说：“看看它，就想起你爸小时候穿着我做的棉鞋在雪地里跑的样子。”

（指导老师：姜凌暄 杨文娟）

弧线，直挂死角！1:1，扳平了！

此后双方严防死守，比分并未改写。汗水浸透球衣，嗓子也已哑哑，却谁都没能再下一城。

最激动人心的点球大战来了！我深吸一口气，站定门前。对方前锋助跑、射门——我预判对了方向，向左奋力一扑，将球挡出！全场沸腾。轮到我们主罚，队友一脚抽射，皮球应声入网！

“我们赢了！”我放声呐喊。

阳光洒在我们通红的脸庞上。那场比赛没有裁判，没有职业球员，却比任何一场正式赛事都更让人热血沸腾，成为我记忆中最珍贵的收藏。

（指导老师：刘琴 石芳）



躬耕乡村教育 坚守育人初心

——记北塔区陈家桥镇合心小学校长唐娜

邵阳日报记者 易蓝

8月6日，北塔区陈家桥镇合心小学校长唐娜又一次踏上暑期家访之路。她走进学生家中，与家长和孩子围坐交谈，倾听成长中的烦恼与期盼。自担任校长以来，唐娜秉持“办好乡亲们放心的学校”的信念，扎根乡村教育沃土，用精细化管理为学校发展注入活力，擦亮了北塔区乡村教育名片。2024年，合心小学荣获“邵阳市人民满意先进集体”称号。

在唐娜看来，育人先育心，成长需全方位滋养。她以“三大工程”为抓手，构建全面育人体系：坚持党建引领，将思政教育融入校园生活细节；深耕家校共育，凝聚育人合力，她所教的学生朱雨馨被评为2024年第三季度北塔区“新时代好少年”。同时，她着力打造“一校一品”特色，将体育、艺术与校园文化有机融合，创新开展大课间活动；为落实五育并举，她牵头建设校园劳动实践基地，开设常态化劳动课程，让孩子们在动手实践中锤炼本领。针对留守儿童、困境儿童等特殊群体，她推动心理健康讲座与一对一疏导常态化，用温暖守护每一颗心灵。2024年，学校获评全区教育帮扶及学生资助管理工作先进单位。

教学质量是学校发展的生命线。作为区级兼职教研员，唐娜建立“行政包班查常规、推门听课查教学、定期巡查查日常”的立体督导机制，带头随堂听课、巡查教学，细致检查备课、授课、批改、辅导、考核等环节，面对面指导教师优化课堂。她主导完善教学常规管理制度，细化全流程标准，构建刚性评价体系，将教学质量与教师评优评先、职称晋升、绩效分配直接挂钩。严管之下，学校教学质量稳居全区前列，她执教的六年级英语学科，在2024年春季毕业检测中取得优异成绩。

强教必先强师。唐娜积极推进“青蓝工程”师徒结对，以骨干教师带教新秀，助力青年教师快速成长；依托国家中小学智慧教育平台，开展线上线下双线教研，提升教师信息化教学能力；同时主动联合城乡教研联盟校，开展跨校交流研讨，在互学共进中锤炼师资专业素养，为学校长远发展蓄势赋能。

深耕乡土 以美育心

——记新邵县潭府乡中学教师吴洁

邵阳日报记者 唐颖

在新邵县潭府乡中学，有这样一位教师——她把语文课堂搬到田间地头，让文字与稻香一同生长；她把音乐种子播进孩子心田，让乡村少年的歌声在县级赛场上响亮绽放。她就是吴洁。

潭府乡中学是一所乡村寄宿制学校，留守儿童较多。作为市级语文名师工作室的核心成员，吴洁始终在思考：如何让乡村孩子真正爱上语文？她的答案是打破课堂的四壁，让语文与自然、生活融为一体。那年秋天，她策划了一场“拾秋”实践活动。孩子们走出教室，在田埂上捡拾金黄的落叶，在果园里采集饱满的秋实。他们用眼睛观察季节更替的节奏，用文字记录乡土风物的温度。一堂语文课，就这样变成了一场与生活、自然的诗意对话。孩子们交上来的作文里，不再只有干巴巴的句子，而是有了泥土的气息、阳光的颜色。

如果说语文是吴洁递给孩子们的一支笔，那么音乐就是她点亮童年的一束光。在低年级音乐教学中，她发现不少孩子对音乐课既向往又胆怯，想唱却不敢开口。于是，她把鼓、三角铁等小乐器带进课堂，让孩子们在敲击与律动中感受节奏的魅力；她带着学生选择班歌、编配声部，让每个孩子都在合唱中找到属于自己的位置。渐渐地，那个躲在角落不敢出声的孩子，也能自信地唱出旋律。

为了给孩子们一个更大的舞台，吴洁牵头组建了年级合唱队。课余时间，她带着孩子们一遍又一遍排练，从发声到和声，从眼神到站姿，每一个细节都不放过。功夫不负有心人，2023年至2025年，她连续三年被评为新邵县建制班合唱比赛“优秀指导老师”。该比赛坚持“人人参与、班班登台”的机制，吴洁正是这一理念的坚定践行者。她让每个乡村孩子都相信，自己的歌声同样可以打动人心。

从语文课堂的田野采风，到音乐教室的鼓点声声，吴洁始终坚信：乡土是最好的课堂，美育是最暖的滋养。在这所乡村中学里，她用文字让孩子们看见世界的辽阔，用音符让他们听见自己的光芒。

“只要孩子们需要，我就会一直守在这里。”吴洁说。未来，她仍将扎根一线，以文启智，以美润心，陪伴更多的乡村孩子向阳生长。