

讲好故事内化于心 传承精神付之于行

六高中与抚顺市雷锋纪念馆结对共建

“学习雷锋好榜样，忠于革命忠于党，爱憎分明不忘本，立场坚定斗志强……”嘹亮的歌声响彻无锡市第六高级中学校园。12月5日，“礼赞雷锋精神 践行志愿服务”新时代学雷锋志愿服务高质量发展主题活动在六高中举行。校内雷锋像正式揭幕，雷锋广场落成启用，学校与抚顺市雷锋纪念馆结成学雷锋活动共建单位，以实际行动加强思想引领。

接力讲述“学雷锋”故事

60多年来，学雷锋活动在全国持续深入开展，雷锋精神滋养着一代代六高中学子的心灵。学校特邀江苏省道德模范、六高中老校友徐启原，全国优秀共青团员、六高中2020届校友路露和高二(10)班的在校生钟家瑶，结合自身感悟，分别讲述不同时代的“学雷锋”故事。

徐启原为师生讲述了他用37年走遍中国，并走进秦岭资助贫困学生的事迹。他坚信“走出大山，才有出路”，成立民间助学会，让上千名学子得以走进大学实现梦想。“慈善无大小，爱心没先后，人人都有一份善心，希望更多的社会人士加入公益事业，贡献自己的力量。”他说。

路露在高中三年间志愿服务累计时长达140小时，她做过车站的义务导乘员，做过景区讲解员，走访过孤寡老人，教过留守儿童。进入大学后，她继续奔赴中西部地区做义务支教服务，参与省级非遗文化传承活动，至今仍活

跃在乡村振兴一线。

钟家瑶在为社区孤寡老人送棉被的过程中，被老奶奶眼中的泪光打动，感悟到精神上的满足是无法用物质衡量的。在地铁站，她帮助老人买票，送老人上车，她的善举让其他乘客也自发地为老人让座。

一代代六高中人不断丰富拓展学雷锋活动的内容、形式，促使学雷锋活动逐步形成了常态化、长效化的工作机制，让越来越多的学生在志愿服务中奉献、成长，培养出了一批批懂得感恩、回报社会的“诚朴青年”。“在六高中的学习，让我对志愿服务的理解更加深刻。学校成立了‘雷锋少年’志愿团队，三年来，我每学期都会利用周末和长假，和团队里的同学们一起参加各类志愿服务活动。”高三学生金乃龙说。当天，学校还评选出了首批“六高中学雷锋标兵”，表彰先进事迹，鼓励学生见贤思齐，热心公益事业，践行雷锋精神。



深入学习，传承雷锋精神

据了解，六高中结合校本特色，发扬雷锋精神，在今年编写了《影随：无锡市第六高级中学雷锋精神学习手册》。六高中副校长宋海姝介绍道：“手册收录了六高中学子的‘学雷锋’故事，希望它能够激发在校生进一步参与志愿服务活动，把雷锋精神内化于心，付之于行。”通过学习手册，六高中学子们对雷锋精神有了更加丰富的理解。读了雷锋宁愿浑身湿透，也要冒雨护送母子回家的故事，高二学生蒋庭佼感动地说：“雷锋精神在我心中

就是帮助他人和温暖他人。”手册中还记录了该校2023级学生葛佳颖在志愿服务中的感想，通过帮助无家可归者和参加环境保护活动，她了解到贫困和环境污染等现实问题的存在，对社会现象有了更深的观察与理解，并感悟到个体与社会紧密联系，应当在服务社会的过程中传承雷锋精神。对此，学生陈奕宇深有共鸣，他认为：“雷锋精神就是倡导文明，服务社会，用我们真诚的行动回报社会。”

六高中党委书记陈之领

表示，学校将结合学校实际，持续深化“学雷锋”服务活动，推动学雷锋服务类型多元化，确保学雷锋服务内容精细化，力求学雷锋服务文化品牌化。

近年来，无锡中小学校积极开展学雷锋活动，以实际行动书写新时代雷锋故事，让学雷锋活动融入日常，蔚然成风。“学校要将雷锋精神融入教育教学的全过程，引导广大师生深刻理解雷锋精神的时代内涵，自觉践行雷锋精神，使之成为推动教育事业发展的强大精神动力。”市教育局副局长任克奇说。（高宇）

免费早餐温暖启“晨”

清晨6点半，无锡职业技术学院的两个食堂就已经开始忙碌起来，这里为早起的学提供了360份免费早餐。为了鼓励学生培养良好的作息习惯，11月25日至29日，无锡职业技术学院开展了为期一周的“早点”叫醒温暖启“晨”免费早餐活动。免费早餐包括豆浆、包子和鸡蛋，营养搭配均衡，满足学生早起后的能量需求。

有了免费早餐的激励，不少学生克服冬日的寒冷，早早起床到食堂排队。文旅学院学生张凤妍表示：“我觉得这次活动很有意义，能激励我们早起。早晨的时间得到了充分利用，很多同学选择提前到教室自习。”活

动期间，学生纷纷在社交媒体上晒出自己领取的免费早餐，分享早起的收获。“虽然活动时间不长，但我已经养成了早起的习惯，感觉整个人都更加精神了。”汽车学院学生朱蕊娟说。看到学生们热情地参与免费早餐活动，学校饮食服务中心教师于强强说：“同学们吃得开心，我们也很很有成就感，给大家送温暖的同时，希望能传递一种积极向上的生活态度。”

据悉，无锡职业技术学院将继续探索此类活动形式，将健康作息的理念持续传递下去，让学生以更饱满的精神状态投入学习生活，在良好的作息习惯中健康成长。

(庾添)

家访故事

你的眼里有星星

宜兴市大浦中学 宗怡帆

“他变了！”各科老师纷纷朝我反映。小星是班里一名稳重、默默无闻的大男孩。初二下学期，小星因多次呕吐住院治疗，医生判断是心理问题造成的。两周后，小星回到学校，我发现他课间打闹、破坏纪律、作业不完成，与之前反差极大。

在一周后的家长会后，小星妈妈主动找到了我。“老师，他现在一直处于一种过于兴奋的状态，一批评就大吵大闹。”在我的再三询问下，家长不得已说出了小星看心理医生的事。

我留心观察着小星在学校的表现，找机会把小星喊到了学校花园谈话。小星深吸一口气，仿佛做好了被“批斗”的准备。我转变了谈话思路，赞叹他在短跑方面的天赋，并提议让他加入学校田径队。他吃惊地看着我说：“老师，你不批评我吗？”我先行一步自

责道：“你身体刚恢复，老师没有在生活中多多关心你，忽视了你的需要。有没有需要老师帮忙的地方？”小星低着头，沉默了很久，终于小声开口：“老师，你也觉得我有心理疾病吗？”说罢，他小心翼翼地看着我。我对他说：“自己能给自己压力，就可以自己化解。人生处处有压力，老师永远是那个愿意帮助你解决困难的人。”小星的眼里充满了震惊，开口倾诉一直以来的内心压抑与痛苦。听他说完，我万分心疼这个无助的男孩。“小星，不要感到焦虑，生活中有压力很正常，压力不可怕，就怕你被打垮。”我让小星在纸上画一个五角星，在中心写上自己的名字，在四周写上自己的优点和长处。小星有些不好意思，犹豫着写了擅长短跑，我笑着鼓励他，于是他慢慢加上了善良、诚实等词。我注意到，此时少年眼里的光一点点

亮了起来。后来，我到小星家家访时，发现小星把那颗“自信星”贴在了墙上，还涂上了色彩，我很欣慰地看到他能够认可自己，发现自己的闪光点。我与小星父母进行了长谈，希望小星的父母能多多认同孩子，让孩子感受到家庭的温暖，当小星遇见问题时，做他的倾听者，为他出谋划策，鼓励小星积极地配合医生治疗。

趁着小星外出就医，我专门在班里开了班会，和同学们一起回忆了小星为班级做的点滴小事，看着同学们若有所思的神情，我鼓励他们把想对小星说的话写在纸上，叠成五角星放在他的桌上。当小星回到学校时，看到满桌的星星时，泪水一下涌出眼眶。

转眼到了开运动会的时候，小星拼尽全力，在男子短跑100米中获得了第二名。我注意到，冲过终点线的他，笑容如同星星一样闪光。