

特稿

深度

生活

人物

扣好人生第一粒扣子

为深入学习贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想,全面贯彻落实党的十九大精神,引导广大未成年人学习身边榜样,培育践行社会主义核心价值观,营造响应时代召唤、人人争当时代新人的浓厚氛围,金山区开展“争做新时代好少年”系列活动,涌现了一批爱党爱国、孝老爱亲、助人为乐、热心公益、勤学善思、创新创造、自强自立、热爱劳动、保护环境、弘扬中华优秀传统文化等方面表现突出,充满时代气息的青少年先进典型。

席沁怡:梦想的种子在年少时发芽

席沁怡,虽然她才是一名三年级的学生,可是她的身上却表现出超乎同龄人的沉稳和坚定。在家人眼中,她乖巧、懂事,是一个主动承担家务的好女儿,细心照顾弟弟的好姐姐。在同学眼里,她待人热情,学习优异又乐于助人,是同学们学习的好榜样。在老师眼里,她积极、热心,是一个关心集体、有责任心、好队长。就是这样一个平凡的女孩,从小怀揣着远大的理想不断砥砺前行,超越自我。

从小立志 吃苦耐劳

自席沁怡加入学校的曲棍球队以来,一路的竞技见证了她的成长。每天除了常规的文化学习以外,早晚甚至寒暑假她都要进行严苛的曲棍球训练,原本雪白的皮肤变得黝黑,在训练中难免遇到摔跤、挫折甚至失败,但她摔倒了就自己爬起来,疼了自己揉一揉,默默地流泪,擦一擦继续训练。在日晒雨淋的绿茵场上总能看到她小小的身影挥洒着汗水,训练中她从逃避过,酷暑中汗流浹背她坚持着,问她累吗、热吗,她总是一笑而过,高强度的训练她都能咬牙挺过去,无数的泪水和汗水见证了她的艰辛历程,但是怀揣着对曲棍球的这份执着和热爱,她最终从一名后备运动员一步步成为一名正式的曲棍球队员,从此开启了她的竞技之路,由于她的球技越来越精湛,又逐渐成为一名“菜鸟”球员转为了U10的队长。2019年闵行区的曲棍球“华坪杯”邀请赛,这是她第一次和她的队员们参加正式比赛,获得了第六名的成绩。一个月后,她和队友们坐上飞机,飞往四川达州参加“全国曲棍球比赛”,在U10个人技术测试的比赛中,她过五关斩六将,最终获得了全国第8名的喜人成绩。在出征2019年7月5日—7月15日全国青少年U系列曲棍球锦标赛之前,刚满10周岁的席沁怡作为队长这样说道:“我们一定要拿到全国U10曲棍球前8!”她的竞技之路才刚刚开始,勇于拼搏的她必将走得更远。

兴趣广泛 勇于拼搏

席沁怡十分热爱运动,平时积极参加各种文体活动。她经常参加各种田径运动会,在参加的学校运动会上她一直是遥遥领先,勇夺桂冠。在游泳方面她也不甘示弱,代表校参加区游泳比赛。无疑她是有运动天赋的,但是除了运动以外,她还发展了锡剧、拉丁舞等兴趣爱好。从小就热爱唱歌跳舞的她,幼儿园中班就开始了拉丁舞学习,家长以为她坚持不了,没想到小小的她不怕疼、不怕累,每天乐此不疲地练习着老师教的每个动作,打好了舞蹈基础。五年的拉丁舞生涯中分别取得了各赛事的铜牌、银牌、金牌。在2018年少儿戏曲班选拔中,有着舞



▲席沁怡2010年2月出生,现就读于上海市金山区亭林小学三(5)班

蹈基础和歌唱爱好的她被锡剧老师选中,又进入了锡剧班的学习。其中每个星期六锡剧排练和曲棍球的训练是有冲突的,大家劝她放弃一个,但是她坚决不同意。她说这两样她都喜欢,不想放弃。最终在她的坚持下,家长通过与老师们的沟通,达成了她的心愿。她满心欢喜向大家保证,一定会好好练球,好好唱戏,好好学习,会成为大家的骄傲。2019年暑假,在结束了全国曲棍球比赛之后,她只回家睡了一晚,第二天又马不停蹄地往张家港参加“第23届中国少儿戏曲小梅花荟萃”比赛。出门前她哭了,说想家了,妈妈安慰她后,擦干眼泪,拖着行李箱又出发了。在国家一级演员和老师的指导、排练下,她和队员们获得了“第23届中国少儿戏曲小梅花荟萃最佳集体奖”和“小白玉兰奖”。她就是这样一个人,兴趣广泛,却样样都能做好,小小少年,然而当同伴们每每祝贺她取得的骄人成绩时,她却总说:“这些荣誉不是我一个人的功劳,是老师们和教练的培养,是队员们的共同努力!”她就是这样一个人,谦虚又上进的同学。

品学兼优 友爱团结

席沁怡在积极参加各项活动之余,学习成绩也十分优秀。平时她尽管要进行各种训练,但是她还是能按时认真地完成老师布置的各项作业和任务。长期以来,她作为班干部,总是勤勤恳恳地为班级为同学服务,班里同学身体不舒服或者生病,她总是第一个送她去医务室,热心帮助她。对老师平时交待的任务,她总是不折不扣地完成,并且做得有条不紊。她处处以身作则,为同学们树立了榜样。见到有同学违反了学校班级规定,她也敢于上前指正。有时遇上个别同学为了一些鸡毛蒜皮的小事吵闹起来,

她总是主动上前劝阻调解,常常能使犯错的同学静下心来、沉下气来承认错误,正是她这种做法影响了所有的同学,她绝对是老师的得力助手,懂事稳重的她又是同学心目中学习的榜样,她就像一位知心姐姐一般,照顾着班里的同学,正是她的一身正气感染着班里的每一个人,同学之间团结友爱,整个班班风正,学风浓,充满了朝气,充满了活力。

孝敬父母 懂得感恩

席沁怡性格开朗,与人为善,乐观自信,这与她生活在一个温馨和睦的家庭环境中是密不可分的。父母互敬互爱,为她的成长创造了一个良好的氛围。她也十分懂得感恩,打小起,她就是大人眼里最懂事的孩子。上幼儿园时,别的小朋友哭哭啼啼,而她从未吭过一声。吃饭时从不要大人喂,洗脸、刷牙、洗澡从小都是自己干,不想让父母为自己操心。平时每天放学训练完回到家中,她会主动学习,根本不需要父母来担心她的学习。除了学习以外,她平时在家还会主动做家务,家里还有个弟弟,她也会帮妈妈一起带弟弟,减轻妈妈的负担。当父母生日时,她会亲自做贺卡送给父母。看到父母劳累时,她会为父母揉揉肩、捶捶背,十分体谅家人。平时她也不会乱花钱,从不和别人比吃穿,一点也不虚荣,除了这些,她知道自己要用人生的成绩来报答父母,父母看到她优秀成绩时的微笑就是对她最大的安慰。她就是这样一个人,孝顺父母,懂得感恩的孩子。

梦想的种子总是在年少时发芽。席沁怡就是这样一个人,坚定着自己的理想,为了自己的梦想吃苦耐劳,努力拼搏的新时代好少年,她凭借着自己坚定的信念和坚强的毅力,每天努力实践着,脚踏实地,超越自我……

桥牌少年沈奕轩

沈奕轩,在教院附中求学的3年中,他遵守学校的各项规章制度,能认真刻苦地学习文化知识,团结同学、尊敬师长,受到各任课老师的一致好评,在2016和2017年期中期末考试中总成绩都取得年级组第一,被评为学习进步标兵。

从2016年进入教院附中,沈奕轩参加了学校组织的桥牌兴趣班,在桥牌老师的指导下,进行刻苦训练,从对桥牌的懵懵懂懂,到现在获得骄人的成绩。2017年,代表上海参加中华人民共和国第十三届运动会群众比赛获得青年团体第五名,同时也被评为金山区优秀运动员称号;在2018年上海市学生阳光体育大联赛“宇振杯”桥牌比赛中获得初中公开组团体季军;在2019年全国中学生桥牌锦标赛公开组双人赛中获得冠军,并且获得团体第八名的成绩。

桥牌比赛 奋勇拼搏

在2017年的第十三届运动会中,沈奕轩和队友一起赴天津参加全运会,代表上海参赛。那一年,沈奕轩刚接触桥牌仅仅有一年的时间,也未曾参加过大型的比赛,首次比赛就要参加国家级的比赛,沈奕轩是无比的亢奋,国家级别的比赛,可以向经验丰富的运动员们进行学习,自己也得到充分的锻炼,亢奋之后也是觉得压力重重,内心很是忐忑,面对全国各地众多专业选手,他一个小孩必定是垫底的,到时整个上海团体成绩都会因他受到拖累……由于缺乏实战经验,比赛中出现了叫牌出错的情况,他总结自己的不足,赛场上他渐渐摸出了一些门道,所谓知己知彼,百战百胜,在赛场上他更多地思考对手以及同伴的心得,他奋勇拼搏,步步为营,一个一个脚印,从最初的倒数12名一路追赶到第5名,反败为胜,这一场比赛,他战胜了自己,赛出了水平,为上海争光。

2019年全国中学生桥牌锦标赛在重庆合川中学进行,来自全国16个

省市97所学校,75支队伍,近450名运动员进行参赛。沈奕轩经过5天的顽强拼搏,过关斩将,创造佳绩,在2019年全国中学生桥牌锦标赛公开组双人赛中获得冠军,刷新了自己历史最高纪录。

刻苦努力 乐于助人

作为一名学生,沈奕轩深知学业的重要性,他懂得“勤能补拙”的道理,作为桥牌队成员,由于平时的桥牌训练任务多,还要参加比赛。相应的,学习的时间少了。沈奕轩在训练之余,学习上始终保持着刻苦努力,勤奋好学,以高要求、高标准要求自己,始至终都是勤勤恳恳对待每一门功课,沈奕轩身为班里的学习委员,协助老师管理班级,利用自己数学比较擅长,放学后他协助数学老师一起对数学薄弱的同学进行辅导,帮助同学解答问题,有问必答,耐心指导,以身作则,是老师的好帮手,是同学们的好榜样。

社会实践 热心公益

自2019年7月起,上海开始进行垃圾分类,沈奕轩看到小区宣传墙,积极响应上海市工作部署,想利用自己空余时间自愿参加小区志愿者值岗制。小区居民垃圾投放时间基本都是在晚上,又正值高温期间,夜间闷热不说,还要饱受蚊子侵袭,沈奕轩从小就患有荨麻疹皮肤病,一到夏天,一旦出汗全身发痒,手腕脚腕经常痒得被抓破,父母都带着他去上海五官科医院专家门诊就诊都无法得到改善。为此父母不赞成他去当志愿者,他给父母做思想工作说“垃圾分类,我们学生也要出一把力”。最终他说服了父母,披着志愿者小马褂,像模像样做起了志愿者。在他当值时,居民在投放垃圾时直接到他这里进行初检。在投放垃圾高峰期间,他主动将居民手中的垃圾进行细分,减少了投放垃圾等候时间,又确保了分类要求。上海成功迈出垃圾分类第一步,他为自己是上海人感到骄傲!



沈奕轩2005年1月出生,现就读于上海市金山区教院附中九(1)班

勤俭节约 体谅父母

日常生活中,沈奕轩勤俭节约,不浪费,小时候条件艰苦,深知“粒粒皆辛苦”的道理,不和别人攀比生活的奢华,在家里帮助父母做一些力所能及的家务事,体谅父母工作,从不让父母为他担心。2015年那一年,沈奕轩随父母一起搬家住进了毛坯房,父母搬家没叫搬家公司,沈奕轩和父母一起完成了搬家。因毛坯房没有卫生设备,还要进行部分简单改造,那一个下午,沙场送来了几包水泥,堆放小区门口后车辆就开走了,天公不作美,即将要下暴雨了,水泥不搬遇水就完了,看到父亲正在争分夺秒地搬运,他立马找了一个破旧床单,和母亲一起一

尾拖着水泥,努力前行,和父亲两个人进行速度PK……那一年沈奕轩只有12岁,正逢小学毕业期间,他收到了很多小学同学的邀请到同学家里聚餐,母亲懂得一个孩子的心理,面对毛坯房,墙壁是灰的,没有电视,餐桌都是临时性的,委屈了孩子。而沈奕轩体谅父母,主动提出不邀请同学,没有一丝埋怨,还安慰父母,“困难只是暂时的,只要努力,一切都会改变的”……

人生亦如桥牌,我们不一定每次都会有好的运气拿一手好牌,但是更重要的是,当我们拿到差牌时,如何利用自己的智慧和同伴的配合沟通,反败为胜,打出最精彩的牌局!