

云南民大附中教育集团开展春日研学活动



恰逢春日，春光初长，3月16日和3月22日，云南民大附中全体师生来到“七彩云南·欢乐世界”，开启一场主题为“春天趣欢乐·花Young寻宝

藏”的研学活动。本次活动让学生们领略了古滇文明的魅力，通过亲近自然、深入了解云南独特的民族风情，增强他们对中华文化的认同感和自豪感。

学校对此次活动给予了高度重视，并进行了细致部署。为保障本次活动的顺利进行，学校结合实际情况成立六个组织部门，牢固树立“安全第一、全员参与”的思想，确保层层落实，责任到人。

微风伴暖阳，乐园有妙趣，少年们在这座充满浓郁民族文化的主题公园里尽情探索，用自己的方式感知自然，践行“读万卷书，行万里路”的研学精神。

畅玩乐园
探寻自由和妙趣

幻滇奇域、洪荒秘境、霜月寒洲、滇军营地、万象部落……七大主题板块，各有千秋，主题鲜明，“古滇文化”“民族文化”“地域文化”，哪一个能点燃心中那份狂热，少年们尽情打开探索的欲望，寻找自己的兴趣点，体验只属于自己的那份独特。

阳光映照下的乐园里，充满他们千姿百态的身影，每一个身影里都是一个独特的我，这个“我”是少年们在不同的体验项目中呈现出来的，或嘴角轻扬、或哈哈大笑、或双眉舒展、或紧张、或放松，置身春光明媚的户外，尽情感受生命的不同姿态。

穿越历史 探索古老和文明

大自然是活教材。云南不仅有着丰富的自然资源，也有着独特的民族文化资源，它是中华文化的重要瑰宝。本次活动以“寻找25个少数民族”为创意，带领同学们阅读云南少数民族文化，在行走的过程

中，找到预先藏好的知识卡片，了解卡片上关于民族文化的知识，们展开交流与探讨，激发主动探索的欲望。

走进古滇剧场，在《古滇风云录》中了解古滇国的风云历史，感受古滇国的文化习俗，领略古滇文化的“神秘、神奇、神圣”。这场表演不仅是一次感官的盛宴，更是一次关于历史与民族文化的深度探索之旅。

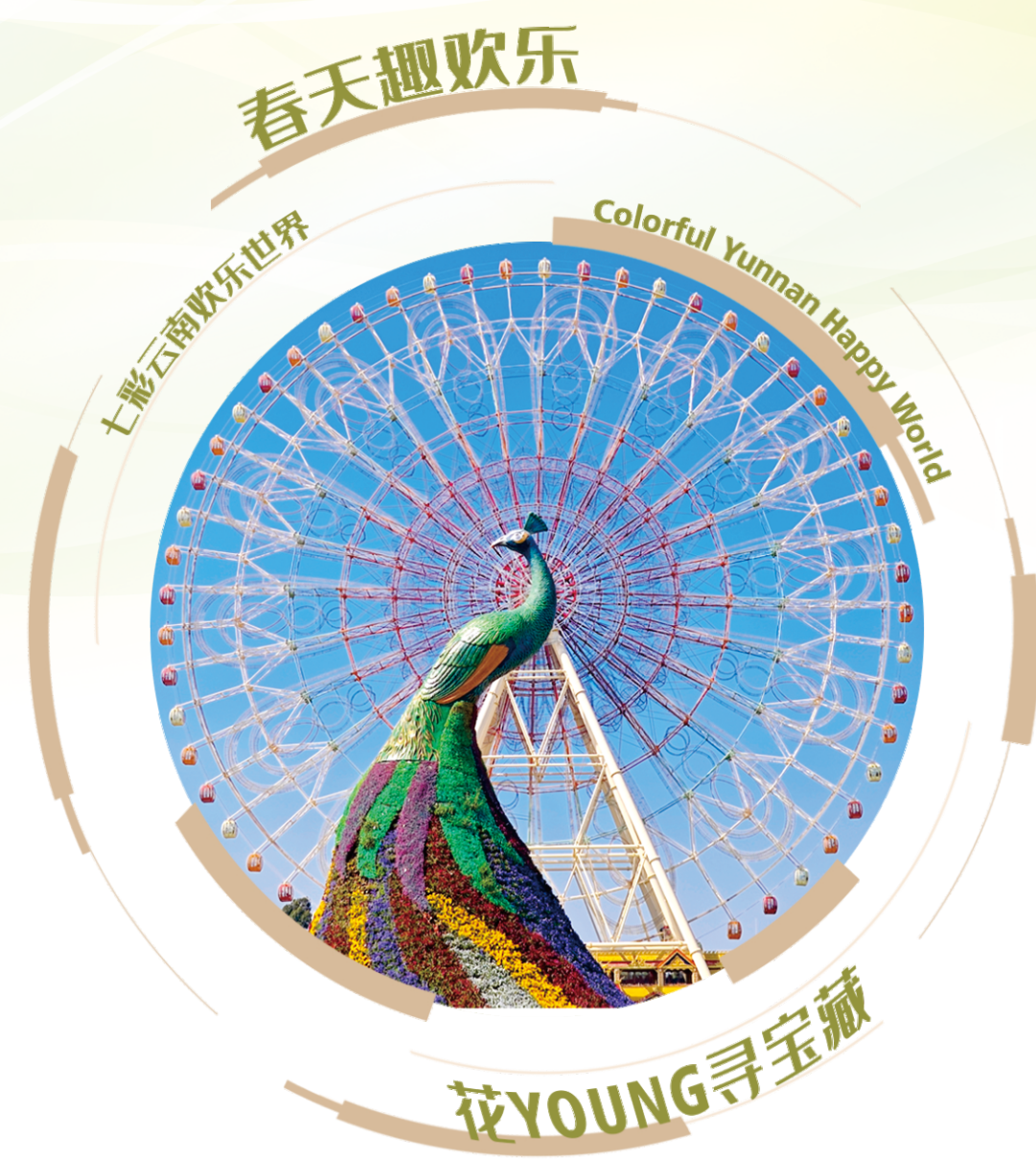
中文文脉是我们民族的精神命脉，每一个中华儿女都肩负着传承中华优秀传统文化的责任，通过与古文明的对话，感受传统文化强大的生命力。

安全教育
爱护生命和自然

感知比知识更重要。通过自我实践，完成知识的吸收，是研学的本质，在互动式课堂里，专业老师引导学生参与实操，发散思维，感知自主学习乐趣。

学校邀请国家应急救援员开展安全教育，专业生动的讲解让在场的每位同学感受到沉浸式学习的乐趣。救援员们通过实操演示、互动体验，手把手指导同学们急救技能的注意事项和操作要领，由浅入深地让学生们掌握火灾逃生、防烟面罩使用、防踩踏的方法，让他们深刻认识到安全健康、生命无价的重要性，敲响注意生命安全的警钟。

学习可以是一场旅程，在行走中不断成长，不负春日美好时光。此次研学活动为学生们提供了一个放松身心、释放学业压力的机会，通过丰富多样的互动环节，有效促进了同学间的友谊与团结协作能力，增强了集体荣誉感。相信在未来，同学们定能以更加饱满的热情和坚定的信念，迎接挑战，勇攀高峰。



第63期
星期五
2024年3月29日
甲辰年 二月二十

莲花苑



微信订阅号



微信视频号

刊号：MDBZ-2016-0002

做有生命温度的教育 为学生的品质人生奠基

www.ynmdfz.net

主编：李兴富

副主编：马文婷

编委：杨珺琳 任重殊 石燕霞

责编：周兴阳 袁从波 杨晓涵 杨礼嘉

美编：乔仙丽 杨晓涵

昆明市教体局、呈贡区教体局领导莅临我校调研指导工作

3月7日，昆明市教体局、呈贡区教体局领导莅临我校调研指导工作。附中领导班子成员陪同调研，并参加调研工作会。云南民族大学附属中学教育集团总校长、附属高中校长李兴富从学校基本情况、办学取得的成绩、办学主要工作、办学特色等方面进行了汇报。

昆明市教育体育局党组成员、副局长方宁对民大附中办学以来取得的成绩给予肯定，并就高考复习备考、学校民转公、招生等问题进行调研，希望大家交流意见、统一思想，维持高考和招生工作的平稳秩序，更好促进昆明市教育教学质量提升。

莲花讲堂：专家引领精指导 赋能蓄力向未来

3月11日，云南民族大学附属中学教育集团举行莲花讲堂（第十一讲）。此次大会分设附属初中、附属高中两个会场，学校领导出席讲座，全体教职工聆听本次讲座。

附属初中特邀昆明市教科院课题专家、云南省教育改革与发展智库专家陆俊余针对“如何做好课题申报”做了专题分享。附属高中特邀昆明市教科院高级教师、云南省教育改革与发展智库专家李铁冰开展《聚集新时代教育教学改革——开展教育科研》专题讲座。

刘益刚老师表示，课堂教学竞赛是教师专业成长的重

要平台，广大教师要转变关注点，以研促教、以研兴教，持续推进数字化优质课程资源建设与共享，进一步提高教师的教育科研能力水平。

杨珺琳校长指出，新时代教师要加强课题研究，将课题研究理论化、成果化，并运用到实际教育环境中。希望老师们认真吸收领悟本次“莲花讲堂”的知识重点，夯实理论基础，反复学习、探索、研究、反思、交流、实践，最终把课题研究理论扎扎实实地落实到具体的课堂教学中。

云南民大附属高中举行2024届成人礼



2月28日，云南民族大学附属高级中学举行了以“青衿担使命 凌云铸华章”为主题的2024届高三成人礼。云南民大附属高中领导出席本次活动。高2024届全体师生、家长齐聚一堂，共同见证高三学子迎接人生新起点，走向人生新阶段。

李兴富校长向各位家长和老师表示衷心的感谢，为学子们即将迈入成人门表示祝贺，希望同学们志存高远，坚守理想，用民附人的大气、骨气和锐气，一路拼搏、一路精彩。

马文婷书记向学生代表颁发宪法。在学生代表的带领下，全体高三学子面向国旗，礼敬宪法，高举右拳，庄严宣誓。在校团委计娟老师的带领下，全体家长为孩子戴成人帽，并送上真切祝愿。仪式间隙，校团委组织学生带来精心编排的合唱《有我》和舞蹈《奔跑的青春》，向高三学子传递母校最诚挚的祝福。

仪式最后，同学排着整齐的队列，神情庄重，步伐坚定地走过成人门，他们手握写给自己毕业时的信封，投入时光信箱，属于十八岁的青春钟声就此敲响。

云南民大附中举办“三八”妇女节系列活动

为深化学校“快乐工作，事业养生”的工作理念，关注教师职业发展和身心健康，3月7日，校工会在教工之家开展“了不起的她”三八妇女节预热活动。3月8日，校工会组织全体女教职工前往乐谷营地开展团建活动，教师们参加户外瑜伽、围炉煮茶活动和手工制作等活动，在生态园中放松身心，享受惬意时光。

学校开展“禁毒防艾法治进校园”主题活动

3月20日，云南民族大学附属中学携手云南省第五强制戒毒所，开展“禁毒防艾法治进校园”主题活动。云南省第五强制戒毒所民警甘榜峨同志从什么是毒品，毒品的危害，如何识毒、防毒、拒毒等方面讲解毒品相关知识，并带领全校师生郑重宣誓：珍爱生命，抵制毒品。在参观活动中，民警还指导学生辨别毒品，边发放禁毒防艾宣传手册、引导观看禁毒防艾宣传展板，进一步宣传、普及禁毒防艾知识。

云南民大附属初中组织学生参观西南联大

3月8日，云南民族大学附属初级中学组织初2022级、初2023级学生参观了“一二·一”运动纪念馆、西南联大博物馆和西南联大旧址。在讲解员的引导下，同学们在“一二·一”运动纪念馆和西南联大博物馆驻足参观、认真聆听，追忆先辈的革命英勇事迹；循着西南联大旧址，学习先辈前辈们伟大的爱国精神，坚定为国家、为民族、为中华崛起而读书的志向。

云南民大附属初中2021级举行秋季学期期末表彰大会

3月5日，初2021级在学生活动中心举行秋季学期期末表彰大会。云南民族大学附属中学教育集团副校长、附属初中校长杨珺琳为大会致辞。希望同学们做努力拼搏的民附人，做奋勇争先的民附人，做专注执着的民附人，笃实奋进，行稳致远，带着知难而上的勇气，器宇轩昂地奔向未来。

云南民族大学附属初级中学副校长范贤凯、王晓波、王锐彬、任重殊分别为获奖学子和班级颁奖。云南民族大学附属初级中学副校长马荣禄作工作部署安排。高一学生毕伟哲向学弟学妹分享学习方法和心态调整经验。教师、家长、学生代表为全场观众带来节目《一路生花》，同学们打开来自家长的寄语信封，在横幅上签下自己的姓名，为下一程吹响号角。



我校邀请北京师范大学—香港浸会大学联合国国际学院王庆国教授来校做专题讲座

3月15日，我校邀请为高2023级的同学们带来题为《工业革命，自动化与人工智能：挑战与机遇》的专题讲座。王教授以工业革命的发展史为引，向同学们介绍了人工智能系统的概念、人工智能的一般知识讲解和模型的作用，并结合自身在“能源需求预测”“人工智能开采”“人工智能医疗诊断”等领域的项目经历，阐述了人工智能在未来的发展方向和前景。面对人工智能当前面临的挑战，王教授鼓励同学们用正确的态度和良好的行动力，化挑战为机遇。

葬花夜

夜葬花

附属高中2022级22班：何佩莲
指导老师：邵子豪

夜潮查渺，
一弯月静谧地微笑着。

大提琴忘我地流淌出压抑的芭蕾舞旋律；
流云身着薄纱，
在空荡的舞池里，
噙着泪忧伤地轻颤着夜色的翅膀，

星，
一手拉着一手，
用足尖轻轻跃动着轻盈的舞步。
这些天堂里唱诗班的孩子，
用清澈的稚嫩嗓音，
齐声吟唱着透明的歌，
天使的圣歌。

花葬夜，夜葬花。
夜色无边，
极尽奢华的绯樱盛放；
熏风微扰，
花瓣轻轻颤动，
如心跳般微弱，
无声地倾诉着无法言说的哀愁。

低垂的袅袅纤枝微曳，
微醺的绯樱，
丝丝触腕；
夜风流过这浮华的绮梦。

樱吹雪，
点点泪痕一样地落在我飞舞的发间。
月光下，
她静静地凋零，
如同诗人的泪，洒在字里行间。

我看到了那些残樱的微芒，
如此纤弱，如此黯淡，
仿佛能听到她在夜晚中默默祈祷，
为花的葬礼，
春日静谧的夜染上了一抹幽蓝。

花葬夜，夜葬花，
葬下花的哀愁，
深夜夜的忧伤。
春夜的微风，
轻轻吹过我的梦。

纷纷的落樱，
在冷冷流动的玻璃桥面上，
汇成了小小的花筏；
花筏载满了我飘忽的思绪，
漂向不见底的夜色里渺远处的樱，
在四月花落尽前，
捎去尺素。

每一年春暖花开的日子，雷锋同志的名字都会在初春的第一缕微风中荡漾，你是否听说过一句话——“如果你是一滴水，你是否滋润了一寸土地？如果你是一线阳光，你是否照亮了一分黑暗？如果你是一颗粮食，你是否哺育了有用的生命？”这是来自雷锋同志对生命的追问。自1963年3月，毛泽东亲笔题词，并发出向雷锋同志学习的号召，60年来，雷锋被人们传颂，雷锋那吃苦耐劳、乐于助人他人的精神不断发光发热，今天，我们在这里重温雷锋的美好品质。

新时代，雷锋已从一个名字升华成一种标识、一种精神、一种信仰。同学们，你们知道雷锋精神的内涵到底是什么吗？

是热爱党、热爱祖国、热爱社会主义的崇高理想和坚定信念。是服务人民、助人为乐的奉献精神。1960年8月，部队驻地抚顺突发洪水，雷锋忍着刚参加救火被烧伤的疼痛，又与战友们冲锋陷阵，在水库大坝连续奋战了七天七夜。在危急时刻，他用行动告诉队员们，要勇于奉献，践行“人民利益高于一切”的精神，全心全意为人民服务。

是干一行爱一行、专一行精一行的敬业精神。雷锋在多个岗位上奋斗过，无论从事什么工作，都努力做到最好。他当农民，成为全县唯一的拖拉机手；当军人，成为伟大的共产主义战士……他用“钉子”之志激励队员们接过前辈的接力棒，做中国式现代化道路上不可或缺的小小螺丝钉。



☆☆☆

☆☆☆☆☆☆

☆☆☆

古之礼法所记：二十及冠。礼之伊始“冠礼”如同连接现实与未来时间之门，点亮多少才情青年鸿鹄壮志，放飞多少名家少年九天之愿，着墨多少仁人志士非凡人生。成人，对于每一个青年皆意义重大，从古至今，此道“成人门”也不知引发万千思绪，憧憬或害怕，停止或踌躇？

依我拙见，此世波流宏转，吾辈青年当顺应天道，稳前进，一跃成人，化鲤鱼之志，奔宏伟前程。

跨成人魂礼前，不困迷茫之雾，欠身谦备，积蓄击云伟力。古语有云：“为之于未有，治之于未乱。”与其等待成人后空虚悔恨给，倒不如自未成人之时便着手准备，摒弃迷茫与害怕，稳下心田，平息躁郁，立下志愿。“千里之行，始于足下。合抱之木，生于毫末。从现在起，每一步都做数。与其忧己“驺马十驾”，不若当即立下不舍之功；与其虑“无爪牙之利”不若马上“用心如一”，与其恨“燕雀难识己志”，不若潜心修“击水三千里”之力。面对成人这一道无可回避的关卡，谦虚准备着，静心，固知，强能，方可于真正迈入光辉之时，多几分淡定与从容。

越成人魂礼时，不惧未知之境，昂首勇行，展鲲鹏之姿。“明天对于世界来说，永远是奇迹。”而对于我们青年人来说，成人这一刻，当实属人生之奇迹。君可见，“重工业的李子柒”林果儿，历困顿童年，终蜕变“三百六十行”技艺傍身的巧手少女；将一身献给大山的黄文秀，经历艰苦努力，托举出扶贫事业一片光明前景；平均年龄不超过三十岁的“天鲲”研究团

弘扬雷锋精神 践行民附品质

呈贡校区附属初中2023级8班：熊思如
指导教师：杨雯曦

是锐意进取、自强不息的创新精神。雷锋经常随身带着书、笔和日记本。没有其他工作，他就在驾驶室里看书、学习。雷锋总是把工作作为一种无穷的动力，要钻进去、要吃透它，努力成长为有知识的新一代建设者。

是艰苦奋斗、勤俭节约的创业精神。雷锋在工作上精益求精，在生活中却省吃俭用。部队每年发两双袜子，雷锋只领一双，而领到的又常常让给别人。他用“君子”之行告诉队员们，要坚持品德为先，重实践轻物质，展现新时代少先队员的风采。

在“3.5学雷锋日”来临之际，作为民附少年的我们又该如何弘扬雷锋精神呢？同学遇到困难，多帮帮忙，看到垃圾随手捡起，看到班级卫生角乱了，整理整理；无论是作为新生还是学长，我们努力做到“干一行精一行”，努力学习，不知一半解，囫圇吞枣的学习知识；践行“锐意进取”的精神，不要只满足于现阶段，目光放长远，为自己制定目标；雷锋的每件事都谈不上惊天动地，但是一件件汇集、一代代传承，铸就了永恒的精神丰碑。

同学们，让我们牢记习近平总书记的教导：“既要学习雷锋的精神，也要学习雷锋的做法，把崇高理想信念和道德品质追求转化为具体行动，体现在平凡的工作生活中，作出自己应有的贡献，把雷锋精神代代传承下去。”

欠身殷殷行冠礼

昂首浩浩奔前程

附属高中2022级1班：贾颖 指导教师：蒋翠芳

队，以夜以继日的煎熬，成就中国航天“鲲鹏巨变”。如此贤士，不胜枚举，其便是跨成人之门，成得惊天伟业。不畏成人后的贵，勇闯成人后全新天地。过成人魂礼后，莫忘初始赤心，怀玉振翅，奔赴浪漫前程。追风赶月莫敢停，平芜尽处是春山。习近平总书记总强调“不忘初心，方得始终”当青年人跨过成人门，收获全新的自己，当莫忘记自己因为何而上路，若失去出发之本心，又何谈旅途的意义？人是由一个个过去的自己“拼装”而成，思成人之意，更当莫忘成人之心。

欠身备，过时雄，行莫失。此道成人之门定当一人既往，开启一个又一个奇迹。



起笔又停笔，笔杆在指间转了一圈又一圈，清风溜进半掩的窗，墨花瓣瓣，我拾起如雪的白樱做笺。捻桃红灼灼为墨，在春风十里醉春情的烟花三月，描摹起民附校园的点点赞歌。

“褪尽东风满面妆，可怜蝶粉与蜂狂。自今意思谁能说，一片春心付海棠”。无边春色撩人时，一树海棠入眸来，阳光洒洒，两道旁的粉红是如此令人神往，站在花树下凝望，海棠花的粉白，新芽的茸绿,美得如一幅幅俊秀娇美的画卷，惊艳了我的眼眸，撩拨着我的心魄。春日的灿烂，落在花隙间点点斑驳，微风轻起，卷起瓣瓣春色飘落学子心间，偶得春的灵泽，缀棠花于坤灵，夜里花落成溪，朵朵清雅的芳菲。偶落少年肩头，伴着年少肆意，轻绽笑颜。我于花间旖旎驻足，书写下翩翩轻狂中的少年热血：排球场上，散落青丝早已高高束起，一个个好球从素手间抛落又轻起,清风扬起点点衣角，定格的一瞬,年少的肆意如海棠曼妙春之碧野，明艳张扬；篮球场上，脚尖轻点而跃，仿若棠花为梦作少年热爱的冠衣，转身，后撤，跃起，三分!卷动起瓣瓣棠花，随少年热情所铺洒；行政楼前，岁月的足框抵挡不住少年人热爱的身影，圆球滚动，引起片片花叶，肆意飘转。

花信子在风中传递着春暖花开的气息，“樱花红陌上，柳叶绿池边。燕子声声里，相思又一年”。在和风徐徐的春日里，我的民附校园，又是一年樱花白，又是一年樱花红。我常常到玻璃小道上，观察那地下新生的点点新绿。微风轻拂，几抹粉红滴落脚边，我拾起红墨，在春阳下，持一支素笔，蘸丝丝新绿，染几点樱花嫣红，在春的扉页上，描摹起这年樱花树下的模样。偶见三两麻雀驻足春的枝头，往来学子痴情于树下，不知是醉那鸟鸣蝶舞，

承冠鸿羽成人千仞

附属高中2022级1班：金灵 指导教师：蒋翠芳

“冠者五六人，童子六七人”，曾皙这一不经意的描述好像应和了数千年后齐聚一堂的我们。成人在十余年的期待中总显得遥遥无期，不经意间又已飞驰而至。手中这顶小冠，千年不尘，光彩动人。

欲戴其冠，必承其重。此处的冠，指的是成人时要戴上的“冠”。古时男子满二十成年及冠，行礼以示天下，这才有了“及冠之年”的说法。这一冠，既只有鸿羽之轻，又怀有千斤之重。从此你要明白，这世上不仅只有诗歌、清茶、野雏菊的芬芳、阳光遍野的午后，还有嘈杂、人流、柴米油盐、风雨交加的泞路、不得不奔向的前方。“士不可以不弘毅，任重而道远。”从此你要成为一位披上披风的勇士，与世界勇敢地周旋。你明白你不能只沉迷于美好，而要用双手筑起铜墙铁壁，为他人守护美好。

欲戴其冠，必承其量。戴上这冠，你也有了去书写自己的史诗的权利。你大可以骂庄周故弄玄虚，炫耀自己更为深奥的哲学观点；你也可以批评莎士比亚不够透彻，用更有力量的文学巨著来击溃他。但是，你得有武器呀！你得干实事，

还是醉那艳水春情，相纸一张张印下，我们的身影停留在这年的记忆中，多年以后，樱花再落脚边，最美好的青春记忆映映眼上，命运回环，这年灿烂中，我们相拥花香满怀，芳菲朵朵落了一季又一季，樱花树下的人儿多久又会换了新的面庞。

我手捧这年樱花，用瓣瓣嫣红，永存下独属我们的一季。

“满树和娇烂漫红，万枝丹彩灼春融”。我总滞足在图书馆的那片停合灼灼地望着，我的心中被满眼烂漫填满，她白的莹光洁白，宛若月宫仙子，高贵淡雅；她粉的柔静端庄，仿佛梦落江南，云落半亩田；她红的烈焰张扬，美得华丽大气。我总还是喜着丛中繁茂的山茶的，她的美，灿若云霞，在古意浓浓的枝头芬芳着岁月，我寻着春的足迹，看你尾着春姑娘的身后，一树一花开，花落满地，偶得一方闲情，拾一朵于掌中，眷恋起你的淡雅，或遇月盘高挂，点点白榆在空中闪烁，随手采二两清风，邀一帘明月，摘几缕花香，在静谧的夜晚，将瓣瓣柔情婉约成一首清丽小令，谱写成少年学子青春的华美辞章，待到山花烂漫时，花依旧，情依旧。少年终会远去，我只将淡淡春情珍存，寄托起青春的几岁月，忆起我年少的模样，忆起我的青春乐友，忆起我的附园。

附园无所有，聊赠一枝春。我的附园，我用三年岁月将它描摹一遍又一遍，时光转载，漫漫时光奏响春情，足以凝醉少年人的心眸。我在春到时，描摹起片片附园，我在花满天前，捻一指温柔，墨舞流年，往后学子们的同行

话一味清欢

说附园

附属初中2021级15班：张译雯 指导教师：计娟

花路，或许仅留百余年。愿明年仍浅邀小友醉春月，去赏至真楼畔树树花，粉的雕琢，白的透彻，红的灿烂；去赏伍达观旁一树树爬墙之凌霄，橘红粉黛，不失清雅；去赏停车场旁，支支牵牛花迎风奏响;去赏民附的春天,如我们一般，新生!

附园无所有，聊赠一枝春。我的附园，我用三年岁月将它描摹一遍又一遍，时光转载，漫漫时光奏响春情，足以凝醉少年人的心眸。我在春到时，描摹起片片附园，我在花满天前，捻一指温柔，墨舞流年，往后学子们的同行花路，或许仅留百余年。愿明年仍浅邀小友醉春月，去赏至真楼畔树树花，粉的雕琢，白的透彻，红的灿烂；去赏伍达观旁一树树爬墙之凌霄，橘红粉黛，不失清雅；去赏停车场旁，支支牵牛花迎风奏响；去赏民附的春天,如我们一般，新生!

如果你要写开学

如果你要写开学，就不能只写开学
你要写掉落的日历，提醒春节的渐远
要和煦的春风，拂过书本的扉页
要写民附学子拾起圆形的背囊
塞满沉沉的思念

如果你要写开学，就不能只写开学
你要写花月、写宴欢、写鲤鱼
写这精彩世界万千美好
来解解午夜梦回的心悸不安
但你还要写未来、写志向、写远方
写下少年心中的豪情万丈
写就金榜题名，龙行龘龘

（附属高中2021级4班：刘舜宇）

如果你要写开学，就不能只写开学
要写那旧岁已尽，新春降临
要写那千帆竞逐，万木争春
要写那亲人远送，友人挂怀

写百日航程，同舟共济
写步履稳健，朗朗书声
写开学一考，痛定思痛
写两周放假，一朝追悔
写收好玩性，拾起学心
写脚踏实地，剑指湖大

（附属高中2021级16班：武俊韬）