

“人生只有两季,奋斗就是旺季,懈怠就是淡季”  
“生命是立体的,长宽高构筑生命的容量与内涵”  
“每个人身上都有太阳,主要是如何让它发光”

## 20位校长开讲《开学第一课》 哪个高频词更触动你?

封闭已久的校门缓缓打开,校长们按捺不住喜悦的心情迎接孩子们,早早地准备了开学第一课。近日,本报邀请宁波各区县(市)的校长们开讲《开学第一课》。20位校长写了2万多字文稿,出现许多高频词。“生命”出现65次;“祖国(中国)”出现45次;“担当责任”出现了44次,成为高频词前三名,梦想、坚守、自律等也被多次提到。

另外,“人生只有两季,奋斗就是旺季,懈怠就是淡季”“生命是立体的,长宽高构筑生命的容量与内涵”“每个人身上都有太阳,主要是如何让它发光”等金句频出。  
□记者 王冬晓 林涵茜

### 生命

#### 高频词TOP1

### 今天逆行者托起生命的蓝天 明天我们用行动诠释奉献的意义

病毒威胁生命,带来无尽伤痛。在这场全人类的灾难面前,我们看了太多生命的来来去去。生命是怎样的存在?如何让生命变得有意义?怎样的一生才是有价值的?不少校长在“开学第一课”中开展了“生命教育”,20位校长的开学第一课中,关于“生命”的词汇出现65次,居于“榜首”,校长们以“抗击疫情”为教材,阐释了生命与健康、生命与担当、生命与感恩的关系。

其中,蛟川书院院长王潞涓的开学第一课聚焦“生命”,用了1200多字的篇幅认真审视了“生命”这个存在,给“生命”描画了3D图像:“生命是立体的,长宽高构筑出生命的容量与内涵”,向同学们发出灵魂拷问:“审视人生,我们为生命的宽度预留好了新跑道吗?”呼唤大家绽放生命的精彩:“用把握当下、珍重前行来延长生命的长度,用自主奋进、积极探索来拓展生命的宽度,用责任担当、志存高远来塑造生命的高度,发挥生命的潜能,张扬生命的个性,活出生命的精彩,实现生命的价值!”

不少校长把生命教育与健康教育相结合,呼吁同学们做好个人防护卫生,加强锻炼,有个健康体魄;有的校长把生命与担当放在一起,希望同学们做一个对社会有用的人,用责任担当拓宽生命的厚度;有的校长把生命与感恩放在一起,学会敬畏生命,感恩“负重前行”的逆行者。

“通过这次疫情,大家应该更懂得生命的珍贵,更懂得尊重他人的生命,懂得感恩的意义,懂得合作对个人发展的作用。”余姚市姚北实验学校吴建岳说。

奉化高级中学校长方松在开学第一课《重返校园的三重门》中提出拓宽“生命之门”：“却顾所来径,苍苍横翠微。生命中所有走过的路,即使当时是坑坑洼洼,但回首去看时,可能都是未来的财富……从哲学的观点看,疫情拓宽了我们的‘生命之门’,让我们更懂得生命的真谛。今天逆行者能托起生命的蓝天,明天我们也将成为他们,用行动诠释奉献的意义。”

### 祖国

#### 高频词TOP2

### 这次疫情让我们感受到 中国力量、中国精神和中国速度

在疫情防控这场不见硝烟的战争中,我们发现,在广袤的中华大地上,上演着一幕幕让外国人惊叹、中国人自豪的场景。

战役打响,党中央迅速决策,迅速反应,14亿中国人听从召唤,安心宅家,自我隔离;19个省“一省包一市”,与湖北省除武汉外各地市确立对口支援关系……这就是中国力量!

疫情暴发后,全国各地的医疗队成员千里奔赴,南湘雅、北协和、东齐鲁、西华西四大医学天团决战荆楚;全国民营企业火速行动,保障物资供应……这就是中国脊梁。

武汉重启北京“小汤山”模式,“基建狂魔”10天建成火神山医院,6天建成武汉床位最多的方舱医院……这就是中国速度。

在20堂《开学第一课》中,校长们由衷赞叹祖国的伟大,“祖国”一词出现45次,位居“第二”。中兴中学(庄市中心学校)的校长周伟文说:“在灾难面前,我们看到的不是杂乱无章,而是忙碌中的井然有序,苦痛中的守望光明。”

“亲爱的同学们,长大后无论你在哪里,在做什么,我请你一定记得:我是一个中国人,感恩之心不能丢!今天的祖国在为你遮风挡雨,明天你就要为祖国撑起一片蓝天!”慈溪市城区中心小学的童建杰校长呼吁道。

“爱是所有情感的源泉,而爱国则是所有情感的归宿。此次疫情,让我们最直接、最真切地接受了一次深刻的爱国主义教育。”余姚市姚北实验学校吴建岳告诉孩子们,“以前我们总觉得这个人是我们的父母,现在我们真切地感受到为我们遮风挡雨、保护我们平安幸福的,还有这些‘逆行者’‘点灯者’,是人民解放军,是建筑工人,是环卫工人,是快递小哥,是我们党和政府,是我们伟大的祖国。”

### 担当

#### 高频词TOP3

### 学习再苦都要乐于担当 成事再难都要勇于担当

20位校长《开学第一课》中,位居高频词第三名的是“责任与担当”。在谈到责任与担当这个话题时,被引用最多的人物是钟南山,提到了22次,“责任与担当”出现了45次,上下文语境经常与祖国、生命、逆行者相关联。

“生活是一本生动而深刻的教科书,那些奋斗在疫情一线的平凡人,用自己的行动吟出了‘苟利国家生死以,岂因祸福避趋之’,唱出了‘岂曰无衣,与子同袍’,喊出了‘黄沙百战穿金甲,不破楼兰终不还’。正是无数逆流而上、主动担当、不论名利的勇者,与时间赛跑,同病魔较量,用他们的善良和勇敢为我们诠释着生命的意义,成为引领我们不断向前的精神榜样。”象山县丹城第二中学校长张爱萍在开学第一课中动情讲道,“哪有什么岁月静好,只是有人负重前行。”

“孩子们,疫情当下,未来人生,你的责任是什么?八十三年前,西南联大的梅校长说,国难当头,战士疆场杀敌是谓报国,学子桌前读书,亦是报国。今天,坐在书桌前的你,笔下写下的是知识,肩头扛起的是责任!”张爱萍说。

董山小学校长茅晓辉在《开学第一课》中喊出的第一句话是,“希望同学们学会担当,立志于自信自强。”

“在抗击新冠肺炎的战役中,中华民族涌现出无数敢于担当、挺身而出的英雄。我们要向这些坚守岗位的医生、公安干警、军人和无私奉献的人们致敬的同时,学习他们身上勇于担当的精神……同学们,你们每一个人都是伟大祖国的希望和未来,你们每一个人都有责任为国家的发展,去夯实知识基础,去锤炼做事能力。因此,你们学习再苦都要乐于担当,成事再难都要勇于担当。”

鸣谢:(排名不分先后)

- |               |     |
|---------------|-----|
| 宁波市惠贞书院校长     | 杨云生 |
| 象山县丹城第二中学校长   | 张爱萍 |
| 慈溪市城区中心小学校长   | 童建杰 |
| 宁海中学副校长       | 边峡  |
| 象山县鹤浦镇中心小学校长  | 陈青松 |
| 慈溪阳光实验学校校长    | 施国柱 |
| 鄞州区董山小学教育集团校长 | 茅晓辉 |
| 余姚市第一实验小学校长   | 边佳楠 |
| 宁波市北仑区淮河小学校长  | 翁飞霞 |
| 宁波滨海国际合作学校校长  | 刘飞耀 |
| 江北区新城外国语学校校长  | 陈军民 |
| 宁波市镇海蛟川书院院长   | 王潞涓 |
| 宁海县跃龙中学校长     | 陈模连 |
| 余姚市姚北实验学校校长   | 吴建岳 |
| 镇海区中兴中学校长     | 周伟文 |
| 奉化高级中学校长      | 方松  |
| 海曙中心小学校长      | 周汉斌 |
| 奉化区实验小学校长     | 郭昶  |
| 宁海县城中小小学校长    | 王海虹 |
| 宁波市蓝青学校校长     | 王勇  |