

《学生禁止携带手机进校园及手机的危害》国旗下的讲话

王荣莉

尊敬的老师们、亲爱的同学们：新学期好！

随着社会的发展，生活水平的提高，很多家长给同学们配备了手机。我们很多同学把手机带进校园，给成长中的自己和管理带来了许多负面影响，主要表现在：

- 1、影响了我们的学习。调查发现，很多同学主要用于游戏。这些不仅浪费了大量的学习与休息时间，而且手机娱乐的刺激，使很多同学对自己功课的学习失去兴趣，以致耽误、荒废了学业。
- 2、严重影响身心健康。手机辐射对同学们身体的影响不容忽视。专家指出，青少年的免疫系统比成年人脆弱，更容易受辐射影响。研究表明，我们同学在使用手机时，大脑受到的辐射比成年人要高50%。事实证明，手机辐射会对青少年脑神经造成损害，引起头痛、记忆力减退和睡眠失调等。另外，还有一些同学沉迷于网络玄幻小说，观看一些暴力视频，严重影响身心健康。
- 3、近视成灾，影响择业。我国近视眼人数已近4亿，居世界第一，近视发生率已经达到世界平均水平的1.5倍，青少年近视发生率更是高达50%至60%。近视人数连年攀升，已经成为影响我国人民健康的重要问题。甚至美国军方得出了中国学生近视眼太多，空战飞行员消耗拼不过美国这样的结论。这不是危言耸听。经常玩手机，对眼睛的伤害非常大，往往会造成近视，也可能引

趣境

邹平力

新鲜的阳光—清早就裹紧我，阳台上两盆妻不久刚买的薄荷—清早就冒出了新鲜的芽，花架上升腾着氤氲，熟悉而新鲜的清香让我眯目，进而闭目。

清脆的铃声，固定的时间，固定的地点，接续而又戛然而止；送奶的伙计，运垃圾的，他们是我问候了很久的朋友。对门面洞偶尔也会冒出一两个人来，有拖着小布车买早点和菜的，有的迫不及待地深吸一口气，身后留下一个又一个旋转的圈，有的一溜烟就没影了，不只是白发或花白的，还有黑发或带色的。

这样的日子，在家国不幸的日子里，渐渐成了常态。

不过例外总是有的。拽着新鲜的阳光，我拎着桶，背着包，提着鱼竿，与娘夫驱车百里到都昌或湖北小池，亦或就在附近，临一个水庫，池一方鱼塘，蹲一整天，晒晒有一搭没一搭地聊着，偶尔瞄一下鱼漂，刺一下鱼竿。也有例外的例外，他或我大呼：“大货！大货！”一个星八字渔鱼，一个拎着网抄神情紧张地一会儿看着竿尖，一会儿看着水面，有时还要带着控制鱼竿、放线、收线，下拉，上抛。三四十分钟后鱼头出水的一刹那，看着他大口喘着气，再也挽不起浪

发很多其他的眼部疾病。近视眼对考大学选专业极为不利，如眼镜镜片度数大于400度的，不宜报考生物医学工程生物技术、法学专业等；镜片度数大于800度的，不宜报考医学类专业、能源动力类、船舶与海洋工程等专业；裸眼视力任何一眼低于5.0，不能报考本科的飞行技术、航海技术、侦察专业等以及军校相关专业。

4、考试作弊，破坏学风。有的同学通过手机带进考场，弄虚作假，欺骗家长，欺骗老师。这种不劳而获，他们误以为是找到了学习的捷径，于是课上精力分散，平时学习不努力，结果带坏学风，败坏考风。还有的同学甚至平时用手机互传作业答案，真是害人害己。

5、性格孤僻，亲情疏远。有的同学整天沉迷在网络虚拟世界中，不与同学、老师沟通交流，也不与家人交谈，性格变得越来越孤僻。好不容易周末或放假回家，父母都想着跟孩子多说几句话，可是孩子却自顾自玩着手机。世界上最遥远的距离莫过于我们坐在一起，你却玩手机。让多少父母感到悲哀、……

同学们，无数的事例说明，中小學生使用手机弊大于利。正因为此，教育部办公厅在2021年1月15日印发了《关于进一步加强中小学生手机管理工作的通知》。

为了营造浓郁的学习氛围，促进同学们身心健康成长，根据教育部办公厅印发的《关于进一步加强中小学生手机管理工作的通知》(教基厅函〔2021〕3号)精神，结合教育部等八部门联合印发的《综合防控儿童青少年近视实施方案》及《九江三中学生管理条例》、《九江三中学生奖惩条例》要求，特印发了《九江市三中“关于禁止学生校内违规使用手机”告家长书》。在《告家长书》中明确了6项手机管理措施，分别是：

- 1、学生一律不得将手机带入校园。学校将通过班级微信群和学校微信公众号等方式广泛宣传学生使用手机的危害和教育部手机管理的通知，使家长、学校、学生三方就校园禁用手机达成共识。
- 2、春季开学后的第一次国旗下讲话重点强调关于禁止携带手机的问题，并发表《禁止携带手机进校园及手机的危害》国旗下的讲话。
- 3、开学第一周，各班召开“禁止学生携带手机进校园”主题班会，师生共同学习教育部印发的通知及学校的实施方案。
- 4、完善《九江三中学生管理条例》中关于禁用手机的考评细则，学

2021届全体同学们，大家下午好！

岁月不居，时节如流。在时光的呼啸中，2021年新学期的如约而至。今天是农历正月十六日，公历2021年2月27日，距离高考整整100天。我们感谢生活给了我们留下100天的时间，让我们还有机会成为自己命运的建造师。可能许多人会怀疑：弹指一挥间的100天能干什么？我们还是让历史来回答吧！2019届我们班的叶雯雯，到高二下学期转到香港读书，参加完香港高考后回到三中，离高考还有不到2个月的时间，她的第一次月考只有300多分，我们很多老师、同学都认为她想考到重点简直是天方夜谭，最后高考她竟然超过一本线近70分！不到60天叶雯雯同学不是咸鱼翻身啦？2016届大家知道胡文祥同学以675分全省理科49位的成绩成为三中年度的理科状元，你们知道吗？九江市一、二、三模三中领军人物是潘家骢同学，高考百日冲刺在我找胡文祥谈心，他说了一句话至今我都铭记在心，他说：“老师，出水才看两腿泥！”这是优班的学生，2019届吴集起老师带教的重点班考取35个一本，你们知道吗？在一高、高二甚至到二模时，他的班上进入250名的远不到十人。我在一月考分析会上半开玩笑半认真地说：“老吴哇，高考你班上要是考不到15个重点，教研组长、班主任你都别干了！”最后吴老师重点班创造了三中重点班的辉煌纪录。还有刘美香老师带教下的普通班，让考动员时连300名以内都无人，最后高考班上高考、本科都圆满完成学校的预期目标。同学们，100天完全可以让人眼中的枯木学渣变成生机勃勃的参天大树，让波瀾不惊、不显山不露水的中等生化作笑傲苍生的人生赢家，让只能猴子称王的三中等生变身脱颖而出一览众山小的全省的领头羊！这也是我特别重视百日冲刺的原因！大家一定都知道，脱胎换骨，凤凰涅，肯定有它的所谓的成功的秘诀，秘诀是什么呢？下面我与大家坦交交流一下。

第一、“生”转乾坤，首先我们有2个必需条件：第一是必须有勇气面对问题；第二必须对于你们时以为当然的事具有清晰的认识，从而可以把它当作问题。大家的问题是什么？我在巡视中发现以下几个问题：上课特别是晚自习有不少同学睡觉，课堂效率是成败的关键，没有高效率的课堂，必败无疑；不穿校服、玩手机、涂指甲油的、发型不符合中学生规范的亦不在少数，这不是小节，反映的是你不专注。世界上所有的成功都需要关注和淬炼，不专注者必败无疑！早、晚读放声读书的班级不读，放声读的好处道不尽，最起码表现一个人的自信投入，不自信者不可能看到明天的太阳！我希望每

每个人都能成为自己命运的建造师

——2021年正月十六百日誓师大会上的讲话 李定平

个同学在满地都是6便士的时候，却能抬头看见月亮！抬头看月亮不易，因为摆脱坏习惯的羁绊不是那么容易做到的，尤其是在从强悍的惯性中挣脱出来。但大家必须直面问题，学会改变，当你改变了，脚下的路就宽了！

第二，让自己的心静下来。越是众声喧哗，越是到了最后的阶段，人越需要一颗真正安静下来的心！静下来才能明白挫折是用来提高自己的天使，而不是击垮自己的恶魔；静下来才知道生命旺盛的人其痛苦也越深，只有真正的强者才敢与狼共舞，他们在与痛苦的搏杀中越战越勇，在与命运的较量中越来越刚强，这样的人生就是人们所仰慕的“舒得人生”！静下来才能听到灵魂的呐喊，才能远离诱惑，才能心无旁骛奔向自己的星辰大海！

第三，对生命充满热爱，对生活充满激情。一所学校一个年级之所以伟大，是因为有更多的学生懂得，要把求知、求知上的怀疑精神与对生命价值的确认和信仰的形成融为一体，把对知识的冷眼观察、冷静探索，与做人做事的古道热肠融为一体。教育、读书让我们明白，善良是生命中最珍贵的品质，是善良、信仰让我们发现生命的潜能，真正的把人的好奇心激发出来，人才会有强大的学习力量和不断探索世界的勇气。希望同学们在知识的海洋中遨游时，记得时时到善良、信仰的海洋中小憩。

同学们，反正潮平，自当扬帆破浪，任重道远，更须快马加鞭，我们恰逢其时，恰逢其地，就要有一般劲头，就要使出力，像牛一样辛苦的耕耘，像牛一样奋发的努力，那么我相信2021年高考同学们必定“牛气冲天”！

最后衷心祝福2021届全体同学百日策马闯难关，六月扬眉夺桂冠！谢谢大家！



逆风的破茧

初二(5)班 袁咏康 指导老师:范灵芝

我看见一只彩蝶 幻舞在彩虹之下，扇动坚强的翅膀，向世人展现它的魅力。

那是一个夏末秋初的午后，我漫步在小区中，阳光没有云儿的捉弄，温暖着大地。一颗苍翠的树上，银石般的蝶茧伸了一个大懒腰，悄悄动了一下。在微风的吹拂下，茧的动静难以遮掩地抖了起来，蝶——要出来了！

我默默祈祷，让这可怜的小蝴蝶出来吧！可上天像作对似的，渐渐暗了下来，我的心也暗了下来。茧上的一丝丝隙断裂了我心中的忧愁，蝶——要出来了！

银丝一根根被挣断，束缚的枷锁正在为这坚强小蝴蝶所崩坏。看着这一幕，我的心舒展到说不出的大。

风急促了起来，刚松的心弦又紧了起来。

柔石川行 逆水难推

高三(4)班 孙嘉倩 指导老师:

古往今来，历史的大浪淘去了许多文化的糟粕，而使得这样四种品质在历经洗礼以后愈加珍贵。文有“千淘万漉虽辛苦，吹尽狂沙始到金”，武有“黄沙百战穿金甲，不破楼兰终不还”，是坚持、坚强、坚定和坚信带领我们取得最后的胜利。

坚持有时是坎坷的。在辛亥革命成功之前，是黄花岗起义的惨痛失败，是混乱之中的身世浮沉的漂泊。坚信有时是无望的。汨罗江上涛声依旧，只是徘徊在江畔的人已是无处可寻，《楚辞》的歌声已成为历史的回音。坚强有时是心酸的。《时间简史》、《从大爆炸到黑洞》等一系列巨著背后的背后是五十年的卧床不起。

一个人可以一辈子不登山，但心中一定要有座山。它使你总往高处爬，它使你总有奋斗

追逐梦想 放飞希望

初一(8)班 李梓铭 指导老师:宋丹

夜，悄悄地褪去了。晨风梳理着散开的秀发，清晨的第一缕金光从指缝间流过，洒在地上。金瓦铺路，微风送爽，迎接朝阳。

就在这充满朝气的早晨，我跨进了一个新的家门。迎着朝阳，向大门的前方走去，在等待我们的，是什么？一路坎坷，一路艰辛，布满了荆棘的小路？前方的路，是未知的，但梦想，就在最前方，希望，还在尽头处。再怎么苦，也要走，再累，也要走，再艰难，也得走！我对这未知的旅途，丝毫没有任何准备。唯一做的，就只有坚持，迎着前方遥远的梦，坚持，就是最好的选择。

如果当时司马迁择选的是放弃，那么就不会有这样经典、公正的一部史书，但他选择了忍辱负重，选择了坚持，忍受着巨大的痛苦，完成了一部伟大的著作，万古流芳！他没有服从命运，是他心底一直有一个深藏的愿望，完成一本史书，这也是他父亲临终前的唯一心愿，两代人的夙愿，得以坚持，是最好的选择。

信念需要坚定，如巨石般几推不倒，强大的信心和信念是坚持的根。

富兰克林当初如果没有坚持，怎可征服雷电？霍金17岁时，那场其实让他崩溃的大病，致使他全身瘫痪，只有三个手指能活动，但他还是没有放弃，即使只有手指能动，但头脑依然可以思考，身体依然可以运转，他还是选择了——坚持！

坚持，不需要咬牙，但依然需要付出。坚强的信念，能突破万物。身残志坚是可贵的，持之以恒是可求的，坚贞不屈是品质，是精神，是操守。

我在考试失利而万念俱灰时，曾经想过。我是不是该放弃了？我还要继续学习下去吗？有什么意义？思考良久，我心中还是重新燃起了希望。

我坚持了下来。

真正坎坷时，劈荆斩棘，去追逐远方的梦想，放飞那美好的希望！

火红的那颗星，炽热着，散发出更灿烂的光彩。我把光，托在掌心，在今天，随风而起！

坚持

初二(9)班 范梓茵 指导老师:黄保灵

尝试过坚持的人锻造了包含毅力的信念。尝试过坚强的人都经历过无数的困苦，都面临过非常人能承受的恐惧，都避免不了插入心扉的绞痛。正因为这极强的坚持，排山倒海的气势冲击人心，毅力在不断的坚持下愈战愈强，使信念披上一层百箭不侵的毅力盔甲。

古之成大事业，不惟有超世之才，亦必有坚忍不拔之志。——苏轼。小溪因何汇聚成大海，幼苗又如何能纵横一片森林？这一切，因为坚持。是坚持，给了人生绚丽的色彩，是坚持，给了成功甘甜的滋味。人生道路，离不开成功，更离不开不懈的坚持。灯泡的发明者爱迪生为了找到一种材料做灯丝，竟不屈不挠地进行了8000多次的试验。实验初期，他找了1600种耐热材料，反复实验了近2000次，结果发现只有白金较为合适。金人遗憾的是，白金十分稀少，甚至比黄金还要昂贵，这也就说明了这次实验以失败告终。而爱迪生之前为此付出的心血也白白浪费，面对这样沉重的打击，一般人一定会选择放弃，从此一蹶不振。然而爱迪生却尝试着从植物中发掘理想的灯丝材料，先后又尝试了6000多种植物，最后他决定用碳纤维来做灯丝。就这样，世界上第一批碳纤维的白炽灯问世了。灯使黑暗化作光明，使大千世界变得更光彩夺目，绚丽多姿。1879年除夕，爱迪生电灯公司的所在地洛帕克灯火通明。也是因为爱迪生面对困难时的坚持，面对失败时的多次尝试，才有了他巨大的成功，给人类带来“光明”，这“光明”，与其说是电之光，还不如说是勇于坚持的精神之光。

“我们生活在浩瀚的宇宙中，漫天飘洒的宇宙尘埃和星河光尘，我们是比这些还要渺小的存在。”纵使我们无法渺小，但是，生如蝼蚁当立鸿鹄之志，命薄如纸应有不屈之心。坚持不懈，心若磐石，定前行之方向；坚定不移，素履以往，获不渝之精神；坚信不疑，不嫌其烦，抱恒久之信念。虽然不是所有的坚持都有结果，但总有一些坚持，能从冰封的土地里，培育出十万朵怒放的蔷薇。

“积一勺以成江河，累微尘以崇峻极。”

坚持，前路漫漫，遥不可期，难道我们就止步于此吗？抬眼望向那没有边际的远方，它散出光芒万丈，又传来无边飓风，右脚踏地一步试图稳住身形，双脚踏在眼前试图挡住风沙，脊背向下微屈试图躲过气流，于是乎，一步一步后退，一点一点曾嘲笑他们愚蠢的人，他们在哪呢？他们被冲淡在这漫漫的历史长河。

“莫听穿林打叶声，何妨吟啸且徐行。”

坚信，道路万千，各有选择。“白昼之光，岂知夜色之深。”许多人，站在错误的道路上，批判着正确的人。从前，哥白尼提出日心说，这本是推动时代发展的重大发现，但打击了罗马教会的宇宙观，导致他后来的著作发表越来越困难，在知道发表《天体运行论》会遭到教会说信使攻击的情况下，他仍坚持发表，而捍卫和发展哥白尼日心说的哲学家乔尔丹诺，被宗教裁判判为异端，烧死在罗马鲜花广场。当下，有无数的网络喷子，他们躲在屏幕之后，发表着虚假而伤人的言论，为了金钱利益，为了阴暗的心理，他们搬弄是非，他们重拳出击。坚信，每个人都有自己的路，即使看不清前路，即使周围唾骂连连，也要固执的走下去，信仰向前，无人能够阻挡。

浩瀚的宇宙中，漫天飘洒着宇宙尘埃和星河光尘，坚持，坚定，坚信，我们会在那腥臭腐朽的日子里，熠熠生辉！

评语：作者行文结构严谨，适当的引用使文章富于文采，论据使用让文章具有说服力，坚持，坚定，坚信体现了作者明确的思路 and 独特的见解，对当下一些现象发表的看法颇具正能量。无论多么渺小，都始终保持前进之心。

坚强

高一(6)班 李桢 指导老师:韦璞

梦想折断了翅膀，当生命遭遇了风霜，谁也不会忘了忧伤、彷徨；欢笑凝固成悲伤，当生命面临洪荒，谁也不会忘了失望、迷茫。生活中挫折与伤痕常在，生命痛苦与迷茫常伴，如果无法忘却，还不如学会坚强。美国著名作家、教育家海伦·凯勒，小时候患上了猩红热，重病夺去了她的听力和视力。对于海伦来说，世界是一片黑暗和寂静，要学会读书、说话、写字几乎是不可能的事。但海伦?凯勒没有向命运屈服。她为了能清楚地发音，把一根小绳拴在一个金属棒上，叼在口中，另一端拴在手上，练习手口一心，写一个字，念一声。为了使写出来的字不至于歪歪扭扭，他还自制了一个木框，配置了一个滑轮练习写字。莎莉文老师也作出了很大贡献，她让海伦将手放在自己的喉咙上，让海伦感受发声的震动来练习说话。海伦在每天学习与记忆的过程中，她只有一个信念：她一定要能把自己所学的知识记录下来，使自己成为一个有用的人。她每天坚持学习10个小时以上，经过长时间的刻苦学习，还有不屈的信心，使她掌握了大量的知识。到后来，海伦的记忆力已经大大超过了普通人的正常水平。后来，她以优异的成绩考上了哈佛大学，并把所有的精力都投入到了世界盲人身上。一个盲人能够获得如此大的成就，是需要怎样坚强的意志与积极的心境，她那不屈不挠的奋斗精神，使后人永远铭记在心。

其实，人生路漫漫，有许多不如意和不太顺利，可是只要我们坚持下去，就必定能收获成功。