

聆听军旅故事，感受拳拳家国情

西夏墅中心小学开展拥军爱国主题宣讲活动

10月17日下午，西夏墅中心小学迎来了一场别开生面的爱国主义主题讲座。此次讲座由常州市军队离休退休干部保障服务中心、现代快报共同组织，特别邀请了原中国人民解放军陆军装备技术军官、大校卢国胜先生作为主讲嘉宾。讲座中，卢国胜先生深情地回顾了自己的求学与从军经历，让在场的师生们深受感动。

在演讲中，卢国胜和我们分享了他四十多年的军旅生活，讲述了自己保卫国家时遇到的困难和挑战。国家需要，就是我的理想，卢国胜明白历史的教训，相信落后就会挨打，所以他全心全意地投入到保护国家的工作中，努力学习，不断进步，解决了国防上的很多难题，用自己的本领表达了爱国的感情。卢国胜用自己的故事告诉我们：爱国不只是说说而已，是要真的去做。他的每一句话都让我们感受到他热爱祖国的真心，也让我们体会到他作为军人的骄傲和自豪。

听完卢国胜的演讲，我对军人的努力和付出有了更深的认识，也懂得了我们每个人都有责任保护祖国。

五(2)班 恽恩泽 指导老师 张红平

卢爷爷用他那洪亮的声音，深情地讲述了他四十多年的军旅生涯，一下子就把我们带入了那个充满热血和激情的年代。年轻时，卢国胜叔叔因为热爱国家和向往国防事业，毅然决然地选择了参军。在军队里，他吃苦耐劳、勤奋学习，最终成为一名出色的装备技术军官。他讲述时的真挚情感，让我们深受触动，仿佛亲眼见证了他军旅生涯的辉煌与不易。

我们要向卢爷爷学习，牢记“国家兴亡，匹夫有责”，用实际行动来践行爱国主义，为祖国的繁荣富强贡献自己的力量。

五(2)班 封琳 指导老师 张红平

近期，我们学校举办了一场精彩的爱国主义主题讲座。原中国人民解放军陆军装备技术军官卢国胜先生，深情地为我们讲述了他的军旅生涯。这场讲座让我们看到了爱国主义在当代的体现，无论是为国家科技事业默默付出的科学家，还是在边疆保卫祖国的解放军战士，都在用实际行动诠释着爱国主义的精神。随着卢国胜先生的讲述，当屏幕上展示出鲜红的五星红旗和那一排排英姿挺拔、英勇无畏的军人时，我感动得热泪盈眶，为我的祖国感到无比骄傲。

通过卢国胜先生的分享，我深刻地认识到，爱国主义不仅是一种情感，更是一种责任和担当。

五(3)班 王喆 指导老师 言红芬

卢爷爷告诉我们，国防是国家的重要基石，是维护国家主权和安全的保障。他用生动的事例和深入浅出的讲解，让我们明白了国防的意义不仅仅在于战争，更在于保障我们和平、稳定的生活环境。我们小小的心灵被深深触动，对军人的崇敬之情油然而生。

在互动环节中，我们积极地向卢爷爷提问，他耐心地解答着我们的疑惑，让我们对国防知识有了更深入的了解。他鼓励我们要努力学习，培养自己的爱国情怀



卢国胜先生为西夏墅中心小学师生讲述自己的军旅生涯

和责任感，将来为国家的发展贡献自己的力量。

这次“我的国防情”主题宣讲活动，让我们受益匪浅，卢爷爷的故事深深地印在了我们的脑海里，他的精神将激励着我们在成长的道路上勇往直前。

五(6)班 武希菡 指导老师 周红芳

卢爷爷生动地为我们讲述了他参军的原因，以及军旅生涯中的惊险经历，我们用心聆听，心潮起伏，热血沸腾。我们还观看了一段视频，现代军队精良的装备，整齐的军容以及铿锵的气概，令我们心中激荡起一股强烈的民族自豪感。

我们铭记卢爷爷教诲：好好珍惜现在的幸福生活，好好学习，为社会为国家奉献自己的力量。

五(6)班 薛佳恩 指导老师 周红芳

讲座中，卢国胜爷爷先是为我们讲述了自己从军的心路历程，还和我们分享了他参与国防建设的一些难忘经历，以及通过自己的不懈努力考取学位，毅然决然地踏上高原征途的故事。通过卢爷爷精彩的讲述，我深切感悟到国防战士的责任担当和家国情怀，也让我深刻感受到国防事业的重要性，同时也在我的心中种下了一颗热爱祖国、关注国防的种子。

六(2)班 陆梓琪 指导老师 曹雯

军休干部卢国胜爷爷给我们分享了他从青年时期的艰难求学到投身军营的奋斗经历，四十余年的军旅生涯，让我对保家卫国的军人充满敬意，深受感动。

通过这次讲座，我深刻地认识到国防的重要性，祖国的强大来之不易，作为一名小学生，我将以卢国胜爷爷为榜样，树立国防意识，努力学习科学文化知识，提高自己的综合素质，用知识武装自己，将来以实际行动报效祖国！

六(2)班 祁辰彬 指导老师 曹雯

从小我就很崇拜解放军叔叔，对部队生活充满了好奇。卢爷爷讲述了自己青年时期，怀揣着对祖国的热爱，毅然投身国防事业的经历。在军队中他不断学习、攻坚克难，越是艰难越是向前……最终成为一名优秀的装备技术军官。他的求学与从军经历，尽显骨子里的军人本色，让我深受感动。

历史的车轮滚滚前行，我们青少年也要增强国防意识和爱国情怀，为祖国的繁荣富强贡献自己的青春和力量，创造属于我们这一代的新辉煌！

六(5)班 祁晨阳 指导老师 陶玲玲

卢爷爷的演讲，如同一部生动的历史长卷，缓缓展开在我们眼前。他以一种近乎诗意的方式，回顾了自己的求学与从军经历，那份对国家的深情厚谊，对国防事业的执着追求，深深地打动了在场的每一个人。我们仿佛看到了一个年轻人在国家召唤下，毅然决然地走向军营，用青春和热血书写属于自己的忠诚篇章。

我意识到，作为新时代的青年，我们有责任也有义务去传承和发扬这种精神，将个人的理想与国家的命运紧密相连，为实现中华民族伟大复兴的中国梦贡献自己的力量。

六(5)班 段浩宇 指导老师 陶玲玲

1976年2月，卢爷爷坐着火车前往长白山，成为一名国防兵。卢爷爷讲述着部队生活的艰辛，以及战友间那份深厚的情谊。他语气平和，却让我仿佛身临其境，深受触动。

卢爷爷最让我感动的是他对国家、军队和人民的那份忠诚。作为新时代的小学生，我们生活在和平年代，看不到战火纷飞的场景。但正是有了像卢爷爷这样的革命先辈，用青春和信念捍卫国家的尊严和人民的利益，我们才能享受今天的安逸生活。

六(6)班 陈欣妍 指导老师 张华

卢爷爷分享了他的故事。小时候，他就对军旅生活特别感兴趣。恰好，对门好朋友的爸爸曾参加过抗美援朝，经常给他们讲述那段历史。每次听故事，卢爷爷总是听得入迷，这更加深了他对军人的敬仰。

1976年2月，卢爷爷毅然参军，“我会更坚定地完成任务”是他对自己的承诺。后来，他多次参与装备实验，那时环境恶劣，设备简陋，不幸的是，他的一名战友牺牲了。再后来，他赴野外执行任务，尽管风景优美，但他们无暇欣赏，因为每一秒都至关重要，稍有疏忽就可能酿成大错。他告诫我们，上学不仅要学习知识，更要培养责任心，他自己就是这样做的。

六(6)班 束安琪 指导老师 张华

强体魄，向未来 清英外国语学校第二届彩虹节精彩开幕

10月16日，清英外国语学校第二届彩虹节暨第三十一届秋季田径运动会顺利举行，本届彩虹节（健康节）主线为“童心向党强体魄 凝心聚力向未来”，开幕式在家长和师生的满怀热情和期待下，一起共赴这场激情飞扬的体育盛会。随着裁判员的哨声响起，激动人心的运动会正式拉开了序幕。百米赛跑跑道最激烈，参赛的选手们如同离弦的箭一般冲了出去。跑道上，他们的身影迅速拉近，又迅速拉开。每一个步伐都显得那么有力，那么坚定。同学们的呼喊声、加油声此起彼伏，仿佛要把整个操场都掀翻。

最激动人心的时刻到了，那就是我参加的接力赛。我们四个人配合默契，接力环稳稳交到我的手上，那一瞬间我拼尽全力像头猎豹一样冲刺出去，你追我赶，互不相让。奈何真是藏龙卧虎啊，第三棒开始我们就被慢慢超越了！虽然最终没有获得名次，但老师说参与就是一种挑战，明年我们可以再战。

四(2)班 黄雨曦 指导老师 刘敏

瞧！热闹的操场上，有的在跳高，有的在跳远，有的在拔河……我觉得最激烈的还要属100米决赛。

看，运动员们已经早早做好了准备，他们站在起跑线上，摆好起跑姿势，目视前方。那坚定的眼神充满了对胜利的渴求，仿佛告诉我们每个人都是冠军。

随着发令枪声响起，运动员们像风一般朝着终点飞奔而去。跑道上，你追我赶，次序不断变化……欢呼声、加油声此起彼伏，恨不得把整个操场都要掀翻了。

最后冲刺时，运动员们更是榨干体力，坚毅的脸上即使汗珠凝聚也无暇顾及。最终，我们班的选手以微弱的优势率先冲过了终点。同学们瞬间欢呼雀跃起来，像潮水一般涌向他，把他紧紧包围住。个个脸上都露出了灿烂的笑容，那是胜利的笑容，更是努力的回报。

四(3)班 王沃伊 指导老师 高世军

随着枪声响起，激动人心的比赛开始了！跑道上，运动员们如离弦的箭一般，飞奔而出，我们班的天天也是其中之一，同学们紧握着拳头，大声喊着加油，加油声此起彼伏，一浪高过一浪，运动们奋力拼搏着。其中有一个运动员不小心摔倒了，他紧锁着眉头忍着疼痛，迅速爬起来向前冲去，他努力拼搏的样子让人心疼，同时也深深地震撼到了我，我们在生活中即使遇到了困难，也要像他一样勇往直前。最终，我们班的天天第一个冲向了终点，我们一齐欢呼着跳跃着。在跳高场地，运动员们助跑、跳

高、落地，一系列动作如行云流水般流畅。在大家的共同努力下，我们班获得全校总分第一名的好成绩。

四(5)班 陈梓希 指导老师 王娇

跑道旁边人声鼎沸，围起了一堵堵人墙。运动员们神采奕奕，跃跃欲试。我们班的诸天奕同学也参加了这项比赛，他早已在起跑线上做好了跑步的准备。

裁判员的哨声响起，比赛开始，只见诸天奕如脱缰的野马冲了出去，他昂头疾奔，刚开始稳居第一，但是在中间他放慢了速度，被后面穷追不舍的队友超过。我们本以为他体力不支了，超过的队员也觉得自已势在必得的时候，他突然加速甩掉了超过他的队员，啦啦队的助威声响彻了整个操场。队员们瞪大了眼，张大了嘴。最后一刻，诸天奕如离弦的箭一般使出了吃奶的劲，第一个冲向了终点。

此时此刻，凉风习习，赛场上顿时爆发出一阵雷鸣般的欢呼声，啦啦队的掌声经久不息。

四(5)班 郭悦悦 指导老师 王娇

随着裁判的一声枪响，运动会正式开始了。第一个比赛项目是男子60米的跑步比赛，我们班的运动员是小乐，别看他个子小，跑起步来可谓是装上了马达，像风一样快，结果也就可想而知，他获得了第一名！同学们都兴高采烈，拥抱着在一起，大声地欢呼着，所有人都由衷地为小乐感到开心。其他班的同学也因为没能获得第一名而感到遗憾，但他们并没有表现在脸上，而是去安慰运动员们，希望他们再接再厉。不幸的是，我们的4×100接力跑没有获得佳绩，运动员们在起跑时慢了一步，所以导致未能创造好的成绩，但他们没有灰心，后面多多努力就好，希望以后再再创佳绩，继续获得第一名！

六(5)班 朱钰涵 指导老师 李颖颖

这是一场展现运动风采、激发青春活力的盛会，每个人都怀着激动的心情，准备在赛场上大展身手。开幕式上，彩旗飘扬，鼓声震天，我们仿佛置身于一个充满激情与活力的世界。比赛正式开始后，整个操场顿时沸腾起来。运动员们摩拳擦掌，蓄势待发。跑道上，随着“砰”的一声枪响，选手们如离弦之箭冲了出去，他们你追我赶，奋力向前。观众席上，同学们的加油声、呐喊声此起彼伏，为运动员们注入无穷的动力。

运动会不仅是一场竞技的较量，更是一次团结与友谊的展示。在比赛中，我们学会了坚持与拼搏，也学会了合作与分享。

六(5)班 薛铭珂 指导老师 李颖颖



清英外国语学校运动会现场