

汲取榜样力量 争做新时代好少年

『小小科学家』 全面发展的 邓展宸

邓展宸，就读于四川天府新区元音小学，他热爱学习、勇于探索，多才多艺、热心公益，是全面发展的“小小科学家”。

因为热爱，他把学习当作一件享受的事情。上小学以后，学习时间比较紧张，他总能做好时间管理，利用课间、午休等碎片时间来看书学习。他尤其喜爱数学和外语，他坚持自学，参加2022北美驯鹿全球数学竞赛，他和高年级的选手同台竞争，获得了全球Top4%的优秀成绩，全球排名274位。他已坚持学习英语7年、日语4年、法语2年。妈妈问他：“你为什么要学这么多外语？”小小年纪的邓展宸回答：“这样，长大后就可以和更多的人交流，做国际化人才。”

邓展宸兴趣广泛，心怀宇宙星河，充满了坚持不懈的科学探索精神。

哥哥的化学、物理、地理等教科书，都是他的课外读物，经常看得津津有味，元素周期表他背得滚瓜烂熟，还经常和哥哥探讨各个化学元素之间的

就读于四川省眉山市东坡区东坡小学的胡祎冉，是班里的班长，也是学校的大队委干部。她德才兼备、品学兼优，以弘扬中华优秀传统文化为己任，是中华优秀传统文化的传承者和实践者。

出生于“东坡故里”眉山的胡祎冉，受东坡文化的影响，小小年纪就对中华优秀传统文化情有独钟。从五岁起，她开始坚持每日必读国学经典。七年来，她积累了大量传统和红色经典文化知识，学习成绩也一直名列前茅，连续六年被评为校“三好学生”和“优秀学生干部”，还被誉为“十佳勤奋小东坡”和“优秀艺术人才”。

在学校，作为班长和大队委干部的她，经常策划、组织同学们参加各类文体活动，她运用朗诵、演讲、唱歌、情景剧等丰富的形式将传统文化进行精彩演绎，在班级和学校里掀起了“读东坡、学东坡、讲东坡、演东坡”的热潮。

除了弘扬传统文化，胡祎冉还用

编者按

反应。

3岁起，他开始学习机器人和编程，对科学创新充满热爱，多次奔赴海口、重庆参加科创比赛，以扎实的实力取得了2021国际机器人奥林匹克大赛四川省银牌和中国总决赛前三的好成绩。从一年级起，邓展宸每天都会坚持在家做一个科学小实验。他房间里堆满了做实验的仪器、瓶瓶罐罐、实验物料，俨然一个“小小科学家”。7岁时，他关于改良手机充电器的科创小发明，获得国家知识产权专利，同时获得“明天小科学家”表彰。

除了专注求知求学，邓展宸还有丰富的兴趣爱好，是一个全面发展的好少年。

8岁时就通过了钢琴国家7级水平考级，在第15届新加坡中新国际音乐比赛“水晶纪念赛”和第5届“维也

心感悟红色文化，用声音讲好红色故事。为了讲好每一个故事，她花费大量时间去了解故事主人翁的背景和事迹，利用周末节假日到眉山征程文化交流中心，学习抗战历史和抗战英雄的英勇事迹，认真观摩讲解员的手势，力争将每一个故事讲述得真实动人。长此以往，从革命先烈刘胡兰，到科学家袁隆平，再到身边的模范……她总能信手拈来、娓娓道出，将一幕幕真实画面生动演绎，用红色故事感染带动身边的人。她先后获得全国关工委“美好生活 劳动创造”主题演讲比赛二等奖、第五届“曹灿杯”青少年朗诵比赛银奖、四川省第29届青少年爱国主义读书教育活动演讲比赛三等奖、眉山市“永远跟党走 奋进新征程”主题演讲比赛一等奖等各类荣誉近100项。

小小的身体里，藏着大大的能量。胡祎冉说：“新时代的好少年就是要放眼世界，让更多外国友人了解中国，了解中华优秀传统文化，而最好的办法

龙化石之旅。历经8个月的时间，5次进入凤凰山实地考察、观察测量，采集标本，模拟恐龙化石发掘，通过走访专家、多次实验验证、对比分析，对化石方面的知识有了更加深刻的认识。

同时，亢景怡经过不断学习，掌握了角度、构图、光线、对焦等拍摄技巧，学会了视频剪辑、录音、插入音频、制作海报等操作。她参与拍摄的科学纪录片《我发现的是恐龙化石吗》荣获第十三届全国青少年科学影像节全国优秀作品奖，参与拍摄的微电影《人为什么会做梦》荣获陕西省一等奖。2023年，她参与的科学实验《节水在我身边》《大树进城》在“陕西省青少年科学调查体验活动”中分别荣获陕西省一等奖和二等奖。

亢景怡对待学习踏实认真，努力上进，学习成绩名列前茅，她一直担任班长，连年被评为三好学生、优秀少先队员。她热爱阅读，一有空就读书，大量的阅读使她懂得了许多为人处世的

料。通过对清明前后空气和土壤湿度的长期测量对比研究，朱雨晴逐渐摸索到当地自然条件和白姜生长的联系，为了进一步证明自己的猜测，小学六年级的她打起了自家姜田的“主意”。

2021年3月初，朱雨晴拿出自己的“研究资料”，认真真与爸妈召开了一次家庭会议。看数据、讲原理、作推论，在朱雨晴的努力下，父母答应了她的请求，拿出自家姜田当作试验田，在当地出现春暖升温、土壤湿度最大的时间节点播种白姜，以期解决白姜减产难题。

令人欣喜的是，5月上旬朱家亩均姜种出芽率提升了10%，收获期间4亩姜田产出白姜1.1万斤，亩均增收4000元。此时的朱雨晴并未被喜悦冲昏头脑，如何准确把握温度和湿度的变化，让每一次播种都踩在点上？为此，她申请加入学校气象兴趣小组，以期彻底解决这一难题。

在老师的帮助下，朱雨晴牵头组

纳莫扎特国际钢琴大赛”中获得金奖，入选奥地利维也纳优侨古典音乐研究院“钢琴专业后备人才培养计划”，并多次获国家级、省级钢琴赛事奖项；在“迎大运朗朗成成都钢琴演奏会”上，他与朗朗同台演出，获得“优秀琴童”称号；在2021年2月春节《点赞中国 海南恋歌》群星春节盛典晚会上，邓展宸演出了《我和我的祖国》《海韵》等节目。

此外，邓展宸还一直热心公益，心怀大爱。在一年级时，他就成为了中国青少年协会“注册少年志愿者”，他的家庭也成为了“少年志愿者家庭”，多次参加成都市大型公益活动。至今已累计参与志愿服务200多个小时。

就是以己之力用英语弘扬东坡文化。”为了实现这一目标，平日里，她常用英语和老师同学们交流中华优秀传统文化。满满一抽屉的练习单词和语句记录了她的坚定与执着。

一分耕耘，一分收获。在四川省首届“用英语讲好中国故事”比赛中，她用英语深情讲述了《苏东坡的豁达人生》，荣获眉山市特等奖、四川省一等奖。在第十四届UCA希望之星国际英语电视展演活动中，她用英语讲述三苏故里、中国书法、东坡诗词、中国共产党的光辉历程，并用诗词朗诵、歌曲演唱等方式向来自中外各界的评委和观众传递中华优秀传统文化，斩获中国区总展演一等奖，并获得“中国青少年文化交流大使”荣誉称号。

奋进新时代，不负少年时。胡祎冉始终秉承着仁爱、乐观、勤奋、博学的东坡精神，用自己的才情传承和弘扬中华优秀传统文化，谱写着新时代好少年的民族自信与使命担当！

道理，活跃了思维，开阔了视野。她积极参加学校开展的“感悟传统文化·弘扬时代精神”研学之旅等活动。2021年，她参加全国第三届朗读大会，入选小学组全国朗读代表。2022年，她在陕西省图书馆举办的“跟着诗词游三秦”活动中荣获陕西省优秀奖，作品《翅膀》在陕西省图书馆举办的“在这里遇见你”诗词活动中荣获省级优秀奖。

她有一颗纯洁、善良的童心，小小心灵装满了真、善、美。她与同学团结互助，真诚相待，是老师的好助手，同学们的好“服务员”。她一有空就去敬老院看望老人，用自己的行动彰显着孝老爱亲这一中华民族传统美德，多次被学校评为孝老爱亲好少年、美德少年。

亢景怡热爱生活，立志从小好好学习科学文化知识，用科学的眼光看待事物，长大后为科学事业作贡献，努力成长为有理想、有本领、有担当的时代新人。

建探究小组。她和同学们用了整整两个月时间，坚持每天收集记录校内气象站的监测数据，前往市气象台、国家级气象公园进行实地观察、测量，并利用现代信息技术对气象观测数据进行分析整理，制作统计月报表、绘制曲线图和折线图，最终确定当地潮湿现象是因“前期气温较低，后期气温快速回升导致室外露点温度大于或等于室内地面温度”所产生的“回南天”现象。朱雨晴据此将研究成果撰写成《探究当地“回南天”现象产生条件气象科技实践活动报告》，获第九届安徽省中小學生气象科普竞赛中学组一等奖。

研究得奖后，在父母和老师的支持下，朱雨晴结合“回南天”现象研究“姜阁催芽、深翻高垄、遮阴搭棚”等种姜提产技术，深入田间地头，春耕现场宣传白姜种植知识，推广科学化白姜种植技术，带动姜农改变传统种植习惯，有效解决了白姜减产难题。



舍己救人的 勇敢少年 张德健

今年17岁的张德健，就读于青海省西宁市第一职业技术学校新能源汽车运用与维修专业，是该专业22级4班学生。他善良朴实，阳光坦诚，乐于助人，用实际行动唱响了一曲新时代青少年舍己救人的英雄赞歌。

事情发生在大通回族土族自治县北川河畔，2022年9月12日下午3时许，张德健和同伴刘云鹏在北川河青铝生活区北区河段东岸走路时，忽然听到不远处传来一阵阵急促的呼救声，他们发现距离北川河岸1米处有一儿童不慎落水拼命挣扎，并不停大喊“救命、救命！”此时的北川河正值主汛期，河面宽



传播故宫文化的 少年使者 苗新悦

“我伸手轻抚雪下的朱砂墙，细细聆听紫禁城里的妃子笑、少年梦、君臣议，闭上双眼轻嗅那沁人心脾的芬芳……”2020年，在北方工业大学附属学校读初一的苗新悦，将对故宫的热爱化作一封信和一幅插画寄给故宫博物院。意外的是，这封信被收录进《见字如面，



自有凌云志的 奋进少年 郭明哲

老师说，他是勇于担当、认真负责的好助手；父母说，他是自立自强、懂事乖巧的好孩子；同学说，他是努力认真、助人为乐的好朋友……他，就是山西省晋中市祁县第四小学学生郭明哲。

在学校，郭明哲是大队长，他总是以身作则，认真履行自己的职责，任何事他都身先士卒，扶起摔倒的同学、主动捡拾垃圾、帮助同学解决困难，在“学雷锋标兵”的评选中，总是名列前茅。同学眼中的郭明哲，活泼开朗、乐于助人，当同学在学习生活中遇到困难的时候，他总是及时伸出援助之手，帮同学渡过难关。2021年，郭明哲获评祁县第四小学“红领巾奖章一星章”，同年又被评为“红领巾奖章二星章”。

阔，水流湍急，水质浑浊，最浅处都没过成人的胸口。危急时刻，刘云鹏、张德健二人毫不犹豫，挺身而出，跳入冰冷且脚底无法触碰到河床底部的河水中施救。顷刻间，落水儿童已被上游湍急的河水冲远，张德健见状奋力向男孩游去，刘云鹏则折返上岸即刻向下游跑去，准备从下游截住落水男孩。此时，男孩被河里的漂浮物拦住，恰好海源铝业物业安保班保安王文虎、徐建彤正开着巡逻车在北川河西岸附近巡逻，发现有人落水，也看到正在水中施救的张德健，因考虑到水流湍急，防止意外再次发生，就呼喊张德健上了岸。

因为距离落水的孩子较远，王文虎立即找有利的地势准备下水救人，徐建彤则紧急拨打辖区派出所的电话求助。黄家寨派出所的民警正在附近巡逻，副所长常辉一行4人急忙赶往事发现场。就在这时，王文虎和徐建彤看到附近有一名穿白衣服的男子距离落水的孩子较近，就急忙大喊让其帮忙救人。得知有人落水，岸边穿白衣服的王李卫立即跳进河中，拼命往男孩的方向游去。此时，王文虎也扑进水里朝男孩的方向游去，徐建彤蹚进河里抓着栏杆准备接应。拉住了男孩的王文虎和王李卫，好几次因河水湍急险些被水冲走。最终，几人合力将男孩救上岸，并及时送往大通县人民医院进行抢救，成功脱离危险。

危急时刻，时间就是生命，孩子被救上来后，刘云鹏、张德健、王李卫、王文虎和徐建彤默默离开。对于救人的事，刘云鹏、张德健并没有跟家人提及，直到村委会主任点名表扬两人时，家人才得知了情况。

对话故宫》一书，所绘插画被选印为封面，从此她与故宫结下不解之缘。

以书信为桥梁，苗新悦开启了一段传播故宫文化的约定。她为学校和故宫博物院牵线，促进学校于2022年建成了全国第一间集古建、陶瓷、中草药和书画教学功能于一体的“故宫教室”，并承办《故宫学校助力“双减”学生成长凸显自主》的故宫课程成果研讨会，她也获得了“故宫文化传播大使”称号。苗新悦说：“我想把自己喜欢的东西分享给更多人，希望大家也能受到感染。”

有一次苗新悦去故宫参观，走到了武英殿（故宫陶瓷馆），她看到里面的展览陈设，将瓷器按历史时间顺序做了陈列，藏品非常丰富，颜色、釉色上也有细微区别，觉得很有意思。回去之后她就有了一个专题的想法。于是她和同学们组建了陶瓷研究小组，通过问卷及访谈的形式，进行“基于五大名窑的校园陶瓷文化推广与实践方案研究”，对陶瓷文化进行深入研究并在校园推广传播。她还以现代科技与传统文化相碰撞的方式，创作了《我与故宫有个约定》奇幻绘本。

2020年她被评为北京市级三好学生；获得石景山区“新时代好少年”称号。她用自己的才情不断探寻中华文化之根，谱写新时代少年的民族自信与使命担当。

“只有持之以恒，不懈努力，才能学有所成。”学习中，郭明哲努力认真、奋发向上，敢于提问、善于质疑。在学校组织的小测验中，他多次取得年级第一的好成绩。他还是学校图书馆的常客，经常利用课余时间阅读书籍、开阔视野、增长知识。他热爱祖国、胸怀大志，崇拜“为中华之崛起而读书”的周恩来总理。他总说：“我长大后一定要为祖国更加繁荣尽自己的一份力！”正是这种理想信念的支撑促使他不断努力，认真学习，连续四年被评为“三好学生”。

在学校，郭明哲积极响应“爱心公益”“爱心捐助”活动号召，带头募捐。在他心中，一张卡、一本书、一元钱，带去的是一片心意、一声问候。生活中，郭明哲还常去养老院、孤儿院，看望慰问孤寡老人和孤儿，为他们捐衣捐物，奉献爱心。除此之外，他还协助小区物业清理小广告、清扫楼道，做社区义务法治宣传员。

郭明哲不仅学习成绩优异，爱好也很广泛。他喜欢体育、街舞、书法，是班级及学校的文艺骨干。在中斯建交65周年之际，郭明哲受邀到斯里兰卡驻华大使馆，代表青少年儿童进行文艺交流，并被授予中斯友谊小外交官及“友谊勋章”。在班级文化活动、读书分享、体育比赛及演讲比赛中，总能看到郭明哲活跃的身影。校运会上，郭明哲表现突出、成绩优异，带领班级多次获得团体第一名；作为校足球队主力，郭明哲多次和队员们团结协作，在县级足球比赛中出战。

少年自有凌云志，不负韶华行且知。这就是郭明哲，一个乐观向上、成绩优异、全面发展的优秀少先队员。他始终信守着“我不是最好的，但一定要努力做得比昨天更好”的格言，谱写了一曲新时代好少年的奋进之歌！

诗书小明星 弘扬传统文化的 胡祎冉



科学小达人 探索奥秘的 亢景怡



『小能手』 智慧助农的 朱晴雨

