

大武汉一日



今日故事

陌生人递来的纸巾温暖了我

我可能怎么也想不到,一包纸巾会让我记住这么久。

6月7日下午4点多,我从江夏出发,准备去汉口火车站乘动车回宜昌老家。由于路程较远、路上拥堵,再加上进站过安检不是很顺畅,果不其然,没赶上动车。

我第一时间去售票窗口询问是否还有当天车票。工作人员告知我,当天没有回宜昌的车票了,而且我的车票已经历过一次改签,只能选择退票。这一刻,我还没缓过来,脑海中只剩下两个字:凌乱!

我去火车站旁边餐厅里点了一个汉堡。吃饭的时候,我赶紧订了一张第二天6点多的动车票。想着往返江夏实在太远了,万一又迟到了得不偿失,便掏出手机看了看汉口站周边的酒店。还是大学生的我,手中的生活费已经所剩无几,当时附近最便宜的酒店对我来说都超预算。

我去站外南广场找到了一个座椅坐下,这时妈妈打来电话。

“妈妈,我今晚回不了家了。”

“不要担心钱!爸爸妈妈给你转钱去住酒店。”

在亲人面前,人总是会表露出自己最真实的情绪,那一刻我哭了。我哭着告诉她,我花两个小时给她买了一个很好吃的面包,准备带回家给她尝尝,可是到第二天可能就会变质……

通话过程中,我的余光瞟到附近座椅上一名男生背上书包准备离开,我没有在意。等到他折返回来时,递给了我一包纸巾。

因为自己当时哭得太狼狈,不想让别人看到这尴尬一幕,说了声:“不用。”然后就听到他说了句:“没事,我都买了。”

我接下纸巾后,他也没走,就坐在之前的位置上。我不好意思,挪过身子缩在行李的另一边。我听到他在旁边和家人朋友打电话,一个接一个地打。我后来得意识到,他当时应该就是借着打电话做“遮掩”,给我腾出一个自己处理情绪的空间。明明一句安慰的话都没有,但就是这样的方式却让我觉得无比妥帖。

过了十几分钟,我打完电话起身准备去买水感谢他。可我从商店回来时,他已经离开了。也许是看我情绪转好,也许是因为他的车到站了。不管什么原因,我心里都非常感激。

陌生人,希望你能看到这些文字。谢谢你递给我的那包纸巾,小小的善意让我感受到莫大的温暖。

——大武汉客户端网友@音符 (整理:沈欣)



7CYCLING俱乐部门前,挂着一块形似路牌的“骑行公约”。

长江日报记者商佩 摄

长江日报讯(记者商佩 实习生黎紫怡)“你们的视频火了,在我们骑行圈已经传开了!”近日,长江日报推出了有关东湖绿道骑行限速的报道,引发全网热议。7月初,记者采访了多家规模均超千人的骑行俱乐部主人。7CYCLING俱乐部创始人妮可表示,俱乐部此前已与东湖风景区沟通后出台了“骑行公约”,管委会还给出了指导意见。我们希望热爱骑行的人先把规矩守起来,从自身做起。”

7月6日下午3时许,记者来到东湖东路1号的7CYCLING骑行俱乐部。一下车,便看到了门前的“骑行公约”,上面写道:“无头盔,不骑行;靠右骑行,遇路口减速注意观察;不并排,不随意变道;非必要不使用手机等电子设备;安全骑行,不竞速;礼让他人,文明骑行。”

7CYCLING创始人妮可告诉记者:“今年三四月份,俱乐部和武汉东湖生态旅游风景区管理委员会(以下简称‘管委会’)一起制定了‘骑行公约’,管委会还给出了指导意见。我们希望热爱骑行的人先把规矩守起来,从自身做起。”

“作为骑行群体的代表,我们一直跟管委会保持互动,相互反馈问题和意见。”妮可告诉记者,“我觉得官方应该以鼓励和奖励为主,做到两全其美。就以骑行群为例,如果群主去宣传倡导安全骑行,绿道相关部门可以授予优秀的群主‘宣传大使’称号,让他起到引领作用。”

妮可也畅想,未来还可以在东湖绿道构建“绿道骑行信用分”体系。就像支付宝信用分一样,骑友可以通过各种活动累积分数,例如定期倡导骑行公约等;攒到一定数额后,就可以免报名参与骑行活动等。管理方也可以通过反向惩罚来实现互相激励,例如骑友在路上撞到路人或者发生事故,就会上“黑名单”,在一定时间内不被允许参与在东湖举办的各项活动。

在武汉城市留言板抖音号的后台里,记者收到了一条来自网友“丽姐”的留言(近500字)。作为武汉917骑行俱乐部的创始人,“丽姐”提到绿道骑行尤其要提高安全意识,行人、骑共享单车的人、骑行爱好者都要遵守规则。

“并排、扎堆、逆行、调头,都是危险动作。”“丽姐”告诉记者,“在车分流区域,有行人在骑行道上并排走、扎堆拍照,我们就会通过呼喊的方式让他们‘靠右’。有些骑共享单车的人逆行、并骑或者突然调头,这些不规范骑行都可能造成事故。”

“东湖绿道真的太适合骑车了!”“丽姐”向记者感慨道,“我们希望东湖风景区管委会可以多组织骑行活动,把大家叫出来玩的同时宣讲安全知识。”“丽姐”认为,通过沟通,让骑行者更安全地骑行,让行人更好地去接受这项运动。

小江豚满月,豚妈坐月子食量翻倍

■长江日报记者范婷婷

转眼间,顶流明星江豚夫妇“淘淘”及“福久”的二胎男宝F9C24满月了。从它还在妈妈“福久”肚子里时就一直颇受关注。它出生后,许多读者在后台留言,十分关心它的近况。带着读者关心的问题,我们走进中国科学院水生生物研究所,与郝玉江博士展开对话。

江豚妈妈需要“坐月子”吗?

郝玉江介绍,正常分娩的情况下,江豚恢复得比人要快一些。我们可以引用人类“坐月子”的概念来对它进行专门的护理。产后的头一个月里,豚妈的食量可达到平常食量的两倍以上,即每天要吃掉接近6公斤的食物。我们投喂的食物是能量高且水分含量高的饵料鱼,以鲜活的鲤、鲫、鳊条等为主。

此外,要24小时监测记录小江豚吃奶的频次和时长。如果小江豚吃奶的频次突然增加,就是警示信号,说明豚妈可能产奶不足,因为江豚也像人类一样会出现乳汁分泌不足的情况。这个时候我们会给豚妈喂一些下奶的中成药。

前三个月,小江豚仅能吃奶,且食量非常大。随着体重的增加,它的食量会越来越大。三个月后开始混合喂养,会添加喂养小型鱼类,如5厘米左右的小鲤鱼、小鲫鱼等。

小江豚一般六个月就可以断奶了,但至少要到一岁半至两岁,待小江豚与新的江豚逐渐熟悉后,才会让它与妈妈分离,融入新的群体中。

江豚人工繁殖意义重大

对于江豚的人工繁殖,郝玉江介绍,目前的定位很清晰,主要是提供研究平台。

在长江中观察江豚的行为、生活习性、生态需求是非常困



小江豚F9C24(左)满月,与妈妈“福久”在一起。

长江日报记者高宝燕 摄

难的。但是通过这个研究平台,能够直观地观察江豚,可以对其生理学、生物声学以及生态需求等开展更加深入的研究,为野外种群保护提供必要的技术支持;同时,吸引更多人了解、关注江豚,甚至参与江豚保护。

长江江豚可爱的形象、甜蜜的笑脸也使它们成为天然的文化交流“大使”。

江豚是非常可爱、灵动的动物,生活在我们的母亲河长江里面,也是目前长江中唯一存活的鲸类物种。保护好这个物种,是展现中国在野生动物保护方面的创造力、智慧和决心,

是国家影响力的重要体现。

在我国西南地区有大熊猫保育基地,而在长江流域,特别是在我们江城武汉,如果能参照大熊猫基地的模式,建立起江豚保护繁育基地,创建科教文旅融合的良好保护模式,将有力促进长江江豚的人工饲养保育,推动长江水生动物科普宣传,让更多人关注到这种独特的水生物种,吸引大家一起保护可爱的长江精灵。

郝玉江最后表示,我们的最终目标是将人工繁殖的江豚放归野外,但这个只能一步步来,首先计划将其放入天鹅洲自然保护区这样的环境中,等时机成熟,再最终放归长江。

让自信为幸福人生导航

——武汉盘龙城经济开发区第一中学“自信教育”侧记

今年中考,位于盘龙城腹地的武汉盘龙城经济开发区第一中学成绩亮眼:学校全区前十名有3人,600分以上考生有19人,550分以上考生有146人,近600人升入普高,各项中考数据位居全区前列。

或许有人认为,好成绩一定是“卷”出来的。然而,当学生和家走进盘龙一中,会被它的“松弛”所惊讶。无论是七年级还是九年级的学生,周五下午都是雷打不动的社团活动时间,用来开展合唱、绘画、啦啦操、篮球、足球、舞龙、机器人等丰富多彩的学生活动。此外,学生每晚10时必须睡觉,即使作业没做完,也必须休息。支撑这份“松弛”的力量,是师生用勤奋高效筑起的“自信教育”。



吴妹锦(左二)与班主任明俊(右一)合影。



书法教室里,书法社团学生静心练字。



盘龙一中机器人社团。



教师裴思(左一)给学生讲解作业。

自信课堂 让学习得心应手

“在我们学校,学生晚上10时前必须睡觉,没有写完的作业可以不用完成。”

学校这项规定,让很多新生家长感到诧异。“作业都可以不完成?学生不会故意拖延时间吗?”

只有休息好,才能学习好,学生每天必须睡够9小时,这在盘龙一中教师中形成共识。七年级至九年级学生都坚持这项规定,坚决不打疲劳战。

学生超过时限可以不完成作业,这非常考验老师的智慧。放松并不是放任,让学生多睡觉的背后,是教师对课堂和作业的精心设计。

化学教师周良华今年已59岁,仍耕耘在教学一线。此次中考,他所带的班级考试成绩非常优异。他介绍,好成绩的背后是好课堂,好课堂的背后是好老师。学生做作业的时间并不是越长越好,课堂怎么教、作业怎么布置,才是提高成绩的关键。

顺每个重难点背后的逻辑。第三阶段是“用”,将知识放入题目中,通过设计不同的题型,将烂熟于心的知识“盘活”,成为解题的工具。

“只有老师对课堂做到心中有数,学生才能在课堂上学有所获。自信课堂是好成绩的基础。”周良华说。

不只是课堂,对于课后作业怎么布置,老师也下了功夫。明俊老师介绍,学校作业由老师统一教研,分为基础题、巩固题和创新题,根据学生知识掌握情况因人布置,课堂上全部讲解,让学生知识得到有效巩固。每天布置作业前,各班所有学科教师集体决策,确保作业时间得到有效控制。

面对没有完成作业的学生,教师则会对学生开展个性化辅导。是学生知识点没有掌握,老师给学生一对一讲解巩固;是精神上有所懈怠,老师给予学生鼓励;是作业布置过多的问题,老师集体反思整改。

分层作业、个性化辅导,让爱上学习的学生学习效率更高。在刚刚过去的中考里,这所周五下午2小时不上课、晚上10时必须休息的学校,有131人超过省级示范高中录取分数线,多名学生成绩特别突出。

自信校园 让文化浸润心灵

7月2日,黄陂区盘龙一中校园,学生吴妹锦专程回到学校,向班主任明俊郑重鞠躬,表达谢意。刚刚过去的中考,吴妹锦取得了632分的成绩,更让她高兴的是,自己数学达到了113分。

“和优秀学生相比,113分还有进步空间,但是初中三年,通过参加数学社团,我不仅数学成绩有了很大提高,也对数学和科学充满兴趣。”吴妹锦说。

吴妹锦所说的社团,是盘龙一中专门为学生开设的“兴趣班”。从2018年开始,学校坚持周五下午2小时不上课,把时间交给学生,开展社团活动。社团打破年级班级限制,开设涵盖数学、物理、化学等研究型社团和机器人战队、武术、足球、篮球、羽毛球等二十多个素质化社团。

为了办好社团,每学期伊始,学校都会征求学生意见,尽可能让社团内容覆盖所有学生。

每周五,这样的场景在盘龙一中常态化出现。数学社团活动上,师生一起研究数学知识,思考微积分的应用;外国语社团活动,学生看外国语电影,阅读外国名著;机器人战队中,孩子们编程控制机器人前进后退,初步了解人工智能的应用;在武术社团,学生的一招一式透露着认真。

学校体育老师吴光辉于2019年从武汉体育学院硕士

毕业后,进入盘龙一中执教,并成立舞龙社团,目前共有20个成员。每个周五,校园里都能看到他们“龙腾虎跃”的英姿。

“要在中学生心中树立文化自信,首先是让他们了解。概念是无形的,说教是枯燥的,只有通过孩子们喜欢的形式,领略中国文化的博大,他们才会发自内心地喜欢和相信。”

信息中心教师谈波负责机器人社团,每周带着学生一起编程、搭建机器人模型,他们曾多次获得国家级、省市级中小学信息技术创新奖项。他发现,有些孩子在学习上并不拔尖,但动手能力很强,通过社团训练和比赛,能帮他们找到自信和成就感。“孩子们意识到,只要认真钻研,也能获得好成绩,社团活动不仅不是耽误学习时间,反而能激发他们的学习主动性。”

该校校长梅哲锋坦言,起初有家长不理解,为什么到了九年级还要参加社团活动,这是不务正业。但是随着一系列创新竞赛全国奖项的活动和孩子每天进校时的笑脸,不理解消失不见,取而代之的是学生综合素质不断提升。

“每个孩子都有自己的特长,如果仅仅以成绩作为唯一衡量标准,不仅不利于学生身心健康,也会扼杀了创新和活力。”

自信教育 让未来充满希望

看着孩子们的成绩,梅哲锋很高兴,这是孩子们3年辛勤付出的成果。但他更高兴的是,孩子们昂扬向上的精神风貌。

“学校开展自信教育,引导学生不断挑战自我,相信自己,超越自我。”梅哲锋说,自信教育不是观念的灌输,而是打破以成绩为导向的单一评价,通过课堂改革和社团活动,让自信理念融入师生精神,成为大家勇敢追梦的力量。

比如自信课堂的标准中知识传授仅仅是其中一个方面,还包括学生是否能自信回答问题、乐于探究;教师备课准备是否充分,知识点拓展是否丰富。“学生学得好才会自信,只有乐于探究才能克服困难,为未来发展夯实根基。”梅哲锋说。

在自信教育的影响下,盘龙一中的学生们精神昂扬,多次在国家级、省市级比赛中荣获佳绩,学校也获评共青团中央“小平科技创新实验室”建设学校。而他们不仅成绩优异,更知感恩,对学校和家乡充满感情。

中考成绩放榜后,不少学生回到母校看望老师。今年中考取得优异成绩的王辰硕,在得知成绩的第一时间便向班主任罗银生打电话报喜。“老师告诉我们

要相信自己,敢于定下更高的目标。成功了,那是最好的成绩,失败了,也是一次宝贵的经验。”王辰硕说,今年中考考出了自己最好成绩,他最想感谢的就是老师们,“他们鼓励我超越自己,没有他们,我考不出这样的成绩。”

如今已在黄陂一中就读的2023届学生付可欣,谈起母校仍旧心怀感恩。他不仅学习成绩优异,还在2022年全国中小学信息技术创新与实践活动中,获得全国二等奖。“学校不仅教我知识,还挖掘出了我的特长和潜能,让我不仅对学习自信,也对自己的未来自信。我将永远牢记老师的教诲,相信自己,心怀感恩。”

临近放假,盘龙一中内,老师又一次在为孩子们的暑期生活规划着。在暑假学习生活清单上,既有老师个性化设计的知识复习巩固练习,更有参观红色遗址、阅读科学书籍、参加劳动实践等内容。无论是知识巩固,还是实践,都是为了学生更好成长。

经过多年实践,“自信”与“互信”已成为盘龙一中的精神底色和发展底气。“我们相信老师,他们不等不靠,用干事创业的热情让课堂有信心。我们相信学生,他们阳光向上,用踏实好学让未来有信心。这样的氛围,无论是学校发展还是师生发展,都将长远受益。”梅哲锋说。

骑行俱乐部出台骑行公约
建议设立『绿道骑行信用分』