



奋斗过的青春最难忘——
高考,青春无悔!

每天五六点起床,即使再困也不敢多睡一分钟,因为这一分钟里我们所有看得见看不见的对手会多背一个单词、一句古诗,多做一道数学题,因此引发的“蝴蝶效应”就是一分压倒几千人,教室-食堂-厕所三点一线,一路小跑……对大家来说,这些场景必定似曾相识。因为:奋斗过的时光最难忘!

如今,又到了一年一度的高考时间,高考改革新政陆续出炉,让我们来听听各种声音,优也好,劣也恶,不管怎么说,对于即将参加高考的学弟学妹们,为了最初的梦想,还是要狠狠地拼搏一下哟!

耳闻英语退出高考,这是中国教育改革的第一刀,也是一个正确的开端,这也表明国家找到了教育改革的正确方向。恭喜!

——网友“谢许安”

到底高考英语改革是不是怕中国培养了十几年的人才都流到海外去啊。

——网友“yyyyuying”

减弱英语教学刚性要求、降低英语考试权重分值,增加母语教学刚性要求和提高母语考试权重分值,应是下一步考试改革方向之一,坚持!

——教育部前发言人、语文出版社社长王旭明
幼儿园起学英语,高考改革对我打击太大。

——北京某高一学生

高考英语改革不能从一个极端走向另一个极端。

——某一线教师

温馨小贴士>>>

心理调整篇:
拥有一颗坚强的心;
多沟通交流;
调节生物钟和节奏;
情绪兴奋点转移(每天锻炼 20-30 分钟;听音乐 20-30 分钟);
每天花五分钟做白日梦(暗示自己“会好的”“一切都会顺利的”)。
临场调节篇:
考前 1-2 天,大纲浏览,不做难题;
中午小睡一会儿;
到达考点不要太早(等待时间越长越焦虑);
独来独往,不对答案。
考试必备篇:
两证:身份证、准考证;
2B 铅笔、黑色签字笔、橡皮、尺子、手表、计算器、透明文具袋;
小毛巾/纸巾、水(饮料、可乐千万别带,否则喝多了尿急误事啊)。

奋斗过的青春最美丽——
毕业,大学再见!

六月初夏,连空气中都弥漫着淡淡的忧伤,毕业季里又要告别一群人,一些事,一段时光。四年前,我们躊躇满怀,踏进大学校园;四年后,我们满怀感伤,告别难忘时光。友情、爱情、梦想在这一刻全部融进

美妙的旋律,唱响一曲离别之歌——青春再见!

那些感伤>>>

毕业鉴定:自我评价八个字“不忘初心,不改初衷”,被评为关键词“独立”。四年时光,保有初心,算得有始有终。这些日子,过了自己想要的生活,不委屈自己,不亏待他人。有三五好友,被温柔相待。回想四年,一晃而过,似在昨天。有过遗憾,不曾后悔。好的坏的我都接受,我都感谢。

——网友“噤里啪啦赵糖糖”

跑过步,扫过雪,走过队列,流过血,大学的点滴依旧铭记,又是一年毕业季,不要被生活吓倒,因为我们依然青春焕发,毕业让我们不说再见!

——网友“樂小乐 jack”

毕业季,好伤感的说……大四的学长学姐要走了,十二天后高考,之后再迎来中考,《残酷月光》我却想说:最残酷的莫过于岁月,那不经意间错过的青春……

——网友“亮豁的白尼玛爱杰哥”

那些欢乐>>>

就算奇葩室友有一万条缺点,也总会有一条优点,值得你和他(她)建立友谊;就算奇葩室友有一万件让你“不开心”的事情,也总会有一件“愉快”的事情,值得你在毕业后回忆一生。

——网友“指尖的幸福”

上铺特别爱做面膜,每晚都把黄瓜切片敷脸,而敷脸后也不忘把干瘪掉的黄瓜片“回收再利用”,塞进嘴里统统吃掉……

——网友“SH0”

我们宿舍有个全系出名的脏娃娃,曾经创下过全系一个月不洗澡、三年不洗床单的纪录。有人委婉地提醒他,他听出弦外之音后,两眼怒瞪,“关你什么事,我这是节约用水。”

——网友“小强”



同学,去晨跑吗?



沪上高校晨跑制度调研

上海立信会计学院>>>

时间:男生 6:35-6:50;女生 6:55-7:10

距离:1200 米

时间限制:男生 7 分钟;女生 8 分钟

次数:男生 20 次;女生 18 次

未完成的后果:

缺 1 次就体育不及格

点评:日前我校两名学生侵入我校计算机系统篡改后台晨跑数据,近日被警方采取刑事强制措施,本市多家媒体报道我校学生通过计算机网络非法篡改晨跑数据以获得不正当利益八万余元,同时报道了对同学、其他学校体育部老师和教育专家的采访。

(小编表示:这哥们儿,技术不错,但是用错了地方,得不偿失啊。)

复旦大学>>>

刷卡时间:6:45-7:15

次数要求:一学期 12 次

距离:800(算在体育成绩里面,少一次扣 1 分)

补充:除早锻炼以外,还有 6 次 800 米,6 次课外活动,2 次跳远。女生再加 2 次仰卧起坐,男生则是 2 次引体向上。

点评:其实觉得早锻还好,就是八百太骇人了。

上海交通大学>>>

开学初有一次八百米测试(只针对对一大二),在四分钟以内跑完的就可以免除刷锻之苦。没有在四分钟以内完成的,在本学期内需要在下午去校体育场刷锻敲章,总共 10 次。

点评:对比其他学校的刷锻制度,我只想说,仁慈的交大。

同济大学>>>

时间:第 2 周起至第 13 周结束,每周一至周五的 6:45-7:15 和 19:00-21:00。

距离:不少于 800 米

次数:包括踢足球打篮球打羽毛球等等活动在内总计 1 学期 30 次

点评:世界上只有两种人,一种是每天只定一次闹钟的人,另一种则是每五分钟就定一次闹钟的人。

上海大学>>>

时间:6:45-7:15

距离:400 米

时间限制:无

次数:每学期 7-8 次(上海大学实行 3 学期制,每学期 10 周,一年共跑 21 次)

未完成的后果:少于三次时体育不及格

其他限制:每周只能跑 1 次

点评:一共就跑七次,还每周只能跑一次,对于很多人来说其实等于没有跑嘛(哎,我可不是自虐啊),实在是

这早锻炼如同鸡肋啊。

上海电机学院>>>

时间:6:30-7:00;16:00-15:00

距离:800 米

次数:30 次(占体育成绩的一部分,体育成绩与奖学金挂钩)

时间限制:男生 5 分钟以内,女生 8 分钟以内

点评:跑步起点能不能离我寝室近点呀,吼吼。(不过这学期由于二期工程施工不用跑了,简直不能更赞。)

上海商学院>>>

时间:6:50-7:30

距离:800 米

次数:30 次(占体育成绩的一部分,体育成绩与奖学金挂钩)

时间限制:6 分钟以内跑完

未完成的后果:在体育总分中扣除一定分数

点评:我觉得我们学校这样的规定挺合理,学生也可以接受。就是代跑现象比较严重,学校似乎没有什么政策制止这种行为。

上海杉达学院>>>

当小编问到上海杉达学院的同学时,同学回答:“我们学校没有早锻炼啊。”

对于早锻有话说

“马云去大学吧,凡是早 7 点前用手机支付早餐费的,每单返 3 元。”

——网友“love 优洋”

记得以前央视新闻有条微博说七成大学生赞成晨跑退出校园,下边一片叫好声。我有个朋友淡淡回了一句:“晨跑就是用来把这七成人筛出去的。”这句话我永远都记得,所有千夫所指的困难,都是为了淘汰掉懦夫,仅此而已。

——网友“立信树洞”

为鼓励学生早睡早起勤锻炼,郑州大学“放大招”了:每周一、三、五早上 6:40-7:10,学生只要围着操场跑完两圈到了 800 米,就可领取 3 元“阳光早餐券”,该券可在校内食堂抵现金,活动第一天,先后有 3000 多名大学生早早起床到操场上跑步。

——大河报

有个学校送免费早餐的主意好呀!如果我的学校也这样,我一定每天早起哦~快快送早餐吧!

——洁妹姑娘

我在新的城市、新的大学、新的学期、新的每一天,我就要站在新的起点上大步向前,夸父逐日般地步步跟进,做生活的领跑者!做事业的领跑者!人生就像一场马拉松比赛。其实,你能跑多远,就在于你与谁同行。

——上海金融学院 周海琼

本版供稿:周海琼、郭怡文、刘润雨、张琦、龚雅雯、谢佩宁、邹莉华
整理:刘润雨