

光荣与梦想的远征

青平 时刻

□ 李华锡

之前提起思政课，不少人的刻板印象是枯燥乏味。近年来，一些教师凭借接地气的内容和风趣幽默的讲课方式，走红网络，让更多的青年爱上了思政课。

习近平总书记曾说：大思政课 我们要善用之，一定要跟现实结合起来。他还强调，思政课不仅应该在课堂上讲，也应该在社会生活中讲。2022年8月，教育部等十部门印发《全面推进大思政课 建设的工作方案》。从思政课到大思政课，表面上只有一字之差，实质上是办好思政课的进一步探索。

新时代办好大思政课，需要将思政小课堂与社会大课堂有机结合，社会实践是上好大思政课的有效方式之一。

在高校课堂，思政课仅靠大量的理论讲解是远远不够的，应该将思政课与社会实践紧密结合。以三下乡 社会实践活动为例，从1997年开始，一批又一批青年学子利用暑期奔赴祖国各地，在城镇社区、田间地头、厂矿企业，开展政策宣讲、教育关爱、爱心医疗、科技支农等丰富的实践活动，用实际行动彰显责任与担当意识，用青春奉献助力国家发展。

大学生通过社会实践走出学校、走向社会、走进基层，用脚步丈量青春，是把青春华章写在祖国大地上的具体写照。中国青年网校园通讯社开展的一项调查显示，超三成大学生暑假最希望获得 实践经验。不少大学生认为 社会实践不仅可以学到课堂上学不到的东西，也可以把课堂上学到的理论应用到实践中，丰富经历，开阔视野，增强社会责任感。

东北大学学生王世杰的专业是医学，他表示，社会实践让他提前进入社会，用所学知识帮助更多人。王世杰在一大和二暑假都曾参与学院组织的社会实践活动。他所在的医疗服务团队在专业教师带领下，免费为村里的老人体检、提供健康咨询。让他印象深刻的是，很多老人不会注意吃的药是否过期，他教会了很多老人看生产日期和保质期，并回收了过期药品。王世杰说，社会实践让他了解了农村地区医疗状况，也坚定了毕业后从事医学工作，帮助更多人过上健康生活的理想。

潍坊科技学院学生韩奕旭曾在暑期参加 返乡社会 社会实践活动，与家乡政府部门进行对接。她的工作是到农村调研留守儿童情况。在调研中，她发现随着乡村振兴，不少在外务工的年轻父母开始返乡就业，降低了当地留守儿童的比例。因为艺术专业学生，她在走街串户调研过程中，为留守儿童家庭拍摄照片，打印出来送给他们。韩奕旭说，这次社会实践让她进一步了解了政府部门的工作，认识到农村留守儿童现状，也感受到乡村振兴带来的真正实惠。

社会实践是 大思政课 的一种方式。大学生通过国情调研、社会服务、学习宣讲、援边支教、科研实践等实践形式，将所思所学转化为具体行动。既能多维度了解社会，提升实践技能，又能解决一些具体而实际的问题。

上好这堂课，还需要探索更多创新方式。内容上，大学生可以结合专业进行社会实践，师范专业的学生可以开展支教服务，艺术专业的学生可以为乡村义务绘制美丽墙绘，心理专业的学生可以为人们提供心理疏导服务。形式上，不局限于线下实地调研和实践，也可以采用线上的方式开展问卷调查，通过视频通话进行交流。

通过组织和开展社会实践，可以培养学生认知国情、奉献社会的能力。大思政课 和社会实践的有机结合，能帮助青年学生把人生抱负落实到脚踏实地的实际行动中来，把学习奋斗的奋斗目标同民族复兴的伟大目标结合起来，真正发挥铸魂树人的作用，点亮青年学生心中的理想之火。

点亮

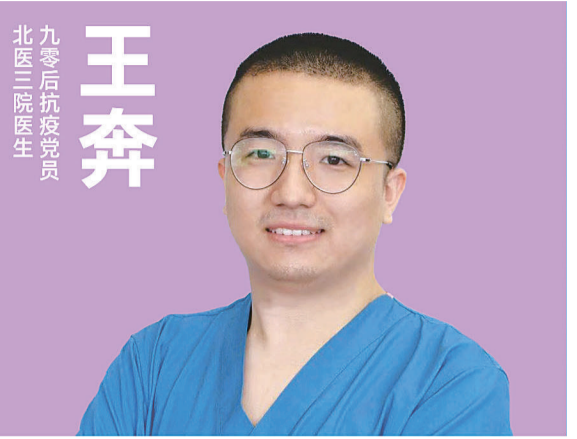
用实



杨扬
中国冬奥会首金得主
世界反兴奋剂机构副主席



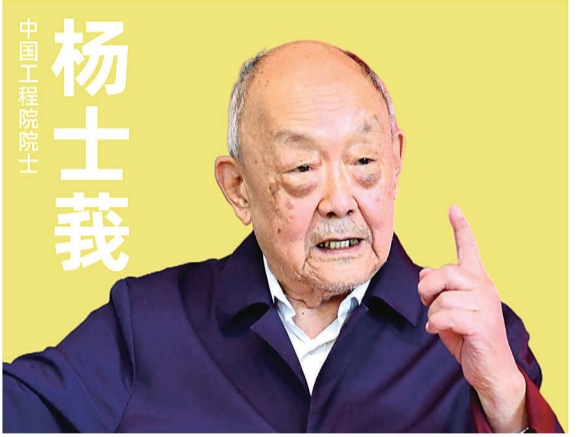
刘传健
中国民航飞行学院总飞行师



王奔
九零后抗疫党员
北医三院医生



孙世刚
中国科学院院士



杨士莪
中国工程院院士



侯朝茹
保定学院二〇〇〇届毕业生
新疆且末县第二中学教师

制图：张玉佳

留学生不同的选择 回到培养他的祖国和厦门大学。

面对几乎完全空白的研究领域，孙世刚坚持不懈。他在出差途中，逛遍了北京中关村的电子一条街，带着购买来的线路板和三极管等原件，自己动手组装，最终获得了令人瞩目的科研成果。

2003年，厦门大学在与主校区思明校区隔海相望的漳州市建立校区。从此，孙世刚就过上了乘船跨海给学生上《物理化学》课程的生活，往返于两个校区长达9年。即使课程内容早已谙熟于心，孙世刚仍会在乘船过程中思考如何用更好的方法传递知识。

教学之外，孙世刚还承担着科研等诸多工作，虽忙碌，他一直坚持给学生上课。于是，课堂上出现了一个总是提着行李箱的老师，常常下一课就赶飞机出差。很多人赞叹孙世刚的坚守与奋进，他说：祖国和厦大培养了我，35年来我就学着样子培养一代又一代人。

党的二十大报告提出：培育创新文化，弘扬科学家精神，涵养优良学风，营造创新氛围。爱国是科学家的精神之魂，一代又一代科技工作者矢志奋斗，将个人选择与国家命运紧密结合，在祖国需要的时候挺身而出。

1986年，中国科学院院士、厦门大学化学化工学院教授孙世刚获得法国巴黎居里大学国家博士学位，在法国科学院界面电化学研究所做了一年博士后研究后，作出了和大多数同期

安置的新房照片/是否能看到/乡村小学新教室操场已经建好 在一首钢琴曲的伴奏下，宁波财经学院的李悦婷唱起了这首由一群00后撰写歌词的歌曲，她相信这首歌有打动人心的力量。

这是一支来自浙江省高校和企业的00后宣讲团。他们围绕红色根脉、共同富裕等主题，用直播带货、情景剧、电台连线、Vocal（声乐作品 编者注）等 新潮 的方式讲述中国故事。

新疆姑娘作迪尔亚 艾尼瓦尔称赞家乡的长绒棉毛巾 亚克西；四川小伙子杜海鹏用家乡话吆喝起大凉山的高山土蜂蜜；浙江丽水姑娘杨九余端出刚出锅的处州白莲羹 当青春遇上理论宣讲，后浪潮音 传播到中华大地，他们给自己起了一个称呼 00后 talker。

00后是伴随着社交媒体、网络技术的快速发展而成长的一代，他们视野广阔、敢于表达自己。在湖南师范大

学马克思主义学院党委书记陈红桂看来，00后学生更加自信、更加活跃，他们思考问题的角度和深度、学习理论知识展现的成果都远远超出预期。

当00后逐渐成为时代 主角，青春热血被时代使命所点燃。来自西北工业大学航天学院的 追火箭的少年，克服重重困难，奔赴各地火箭发射场，用镜头记录下火箭发射瞬间的 浪漫；兰州大学生命科学学院生态学专业硕士生张盘红，用细腻的文字勾勒出兰大师生30年如一日坚守在甘南草原国家站进行科考的景象。

在2022 把青春华章写在祖国大地上 大思政课网络主题宣传和互动引导活动上，江西师范大学马克思主义学院硕士研究生廖利意讲述了他走进江西瑞金华屋村，感受有光荣革命历史的村落

行学院学习。空军招飞的淘汰率非常高，即使入学也有70%-80%的淘汰率。飞行安全无小事，任何一个细节的疏漏都有可能断送飞行生涯，甚至生命。这句话刘传健一直谨记于心。

16年的空军飞行生涯，他从一名普通飞行员成长为一名飞行教员。转业后，刘传健选择成为一名民航飞行员。把每一个乘客安全地送往目的地，是机长的使命与职责。长期的知识与经验的积累是安全飞行的基石。刘传健在心里无数次地预演所有可能的飞行问题，并找到解决方案，由此 才能在最危急的时候找到应对问题的知识，才造就了3U8633 史诗级备降 的传奇。

星光不负赶路人，每一个传奇背后，都有坚守与奋斗。59个世界冠军记录了杨扬作为运动员的传奇。2002年，杨扬在美国盐湖城举办的冬奥会短道速滑女子500米决赛中，实现了中国代表团在冬奥会上金牌零的突破。

终有一天要退役，我该怎么重新选择生活？2002年2月夺冠，同年3月，放弃了各种商业性机会，杨扬选择进入清华大学读书。2006年，31岁的杨扬退役，机会再次以 铁饭碗 的形式出现。她再一次选择了一条 没什么人走过的路，国际体育组织中缺乏中国面孔，杨扬选择加入国际体育组织，为中国体育与运动员群体力争话语权。

2022年11月18日，杨扬成功连任世界反兴奋剂机构(WADA)副主席，在连任致辞中，她表示：在新任期内，她会推动为高水平运动员的辅助人员制定更严格的行为规范，以匹配对运动员提出的高

标准。

长期以来，杨扬都在努力争取为运动员营造更加公平、安全的竞赛和训练环境。放弃人生的安全牌，去选择自己想要的人生，她说：在不确定周遭环境的时候，相信你相信的东西非常关键。

青春在新征程上绽放绚丽之花

塔克拉玛干沙漠深处的风从春刮到冬，沙尘暴的时候连路都看不清，教室里黑板斑斑点点、地面凹凸不平，一根绳子上挂着的灯泡发出昏黄的光。侯老师，你会不会走？孩子们这样问前来支教的老师侯朝茹。

2000年春天，22岁的侯朝茹作出了一个影响一生的决定：到新疆去教书。同年，她被新疆且末二中录取为教师。选择待下去之前，侯朝茹并不是完全没有动摇过。每每难以坚持的时候，她总会想到第一天来且未县的场景。

侯朝茹一行人经库尔勒中转，由沙漠公路进入塔克拉玛干沙漠。且末二中位于且末县东南，学校门前有一条100多米长的土路，平时一脚踏下去，浮土可以没过整个脚面。但在他们来报到的这天早上，路面居然是湿的。

都知道且未缺水，踩到湿漉漉的地面当然有点儿疑惑。怀着这种心情没走多远，我们就发现二中很多老师都站在校门两侧迎接我们，那时还是暑假。校长告诉我们，是老师同学一遍遍在土路上洒水，才让厚厚的浮土变成硬一些的湿地。在且末，净水泼街是欢迎

客人的最高礼遇。那一刻侯朝茹第一次明白了，教育对这里的孩子来说有多么珍贵。

22年来，侯朝茹用实际行动回答了孩子们的问题。这群带着梦想去西部支教的毕业生，为塔克拉玛干沙漠深处的孩子带去了知识与希望。习近平总书记在给他们的回信中说：好儿女志在四方，有志者青春无悔。

一代又一代青年的青春绽放在祖国最需要的地方。新冠疫情中，不少90后一夜长大，接过接力棒，扛起国家的重任，履行着自己的使命。

2020年2月6日，北京大雪。北医三院第三批援鄂医疗队紧急集合。90后医生王奔作为援鄂医疗队的一员前往武汉，救助新冠肺炎患者。起初，恐惧与担心一直存在。第一次穿上防护服时，王奔一直检查，他害怕有没穿好或暴露在空气中的地方。但是，进入武汉同济医院中法新城院区危重症隔离病区，当急需救助的患者出现在王奔面前时，他再也没有心思和工夫去害怕，怎么把病人快速处理好，是他唯一的想法。医生的职责是让患者心安。我们不能退缩。

勇气和担当之外，90后的乐观和坚强也在感染着身边所有的人。王奔的防护服上写着 奔哥，他说：在压抑的环境里，年轻人愿意去承担使命和责任，也愿意去创造快乐。

王奔觉得，新时代青年生逢其时，享受着国家与长辈的保护。疫情之中，自己有责任站出来，担负起时代的使命，为国家全力以赴，作出属于自己的青春回答。

脑海中总会浮现出一幅画面：每年校庆日、清明节、国庆节等特殊的日子，校园里西迁老前辈的雕塑下总会摆满鲜花。

我希望一直有人记得西迁老前辈。郑睿坚定地加入了西迁博物馆学生志愿讲解团，又成为西安交通大学西迁精神宣讲队队长。历史就发生在我们脚下的这片土地上，我们生长在这片土地，当然要肩负起传承红色基因的责任。

如今，郑睿讲述西迁故事已经3年多了。西迁精神成为她用实际行动践行青春梦想的坐标。

无数青春故事在00后的进步、成长和蜕变中发生着 在陈红桂看来，00后是可以平视世界的一代。作为一名思政课教师，更要与时俱进，永远和年轻人保持同步。

时代各有不同，但青春一脉相承。当越来越多的青年教师进入思政课堂，充满青

春气息的他们总能牢牢掌握 流量密码。

面对新时代00后学生，青年教师就要讲点儿不一样的。在北京林业大学90后思政课教师杨哲的课堂上，经常会出现一些既有趣又有料的问题，历史是不是任人打扮的小姑娘 社会主义思想如何实现从乌托邦到科学的飞跃

在北京师范大学90后思政教师金梦的课堂上，有家族史调研实践作业，通过调研祖辈的历史、父辈成长经历，来建立 小家 和 大国 之间的联系，有模仿《人民的名义》经典片段拍摄的微电影，有围绕生态文明、北京2022年冬奥会编排的小短剧

时代的光辉会映照到每个人身上。每一位青年都需要去了解自己的时代，了解世界在发生什么，青年又该如何应对。金梦说。

00后青春出发

