迎接第八次全国少代会

达鼎嘉措，呀咕嘟！

中国少年报记者 王少宁
中青报·中青网记者 杜沂蒙

“呀咕嘟”是藏语“好”的意思。在西藏自治区拉萨市实验小学，有藏族、汉族、回族等民族的小伙伴。只要提起大队长达鼎嘉措，小伙伴都会伸出大拇指，由衷地说一句“呀咕嘟”！

团结互助的‘暖心人’

嘉措曾是四（9）中队的中队长，而且是一名“学霸”。中队辅导员格桑德吉说：“他不仅学习成绩优异，书法还很棒，钢琴和六弦琴也弹得悦耳动听。”但嘉措可不想一个人当“学霸”，他说：“我希望全中队的学习成绩都能好起来！”

他上二年级时，中队开展了“一对一”学习辅导活动。“我当时就想，我得叫着丁增巴西和我一起学习。”嘉措说，“他能把球踢得那么好，我就不信他学习不好！”巴西最差的科目是数学，他总记不住公式。“我的办法就是不停地问他，直到他记住为止。”每到下课，嘉措就变成“移动小问号”，追着巴西问。

嘉措还会从课本和习题册上找一些题，作为特殊“试卷”拿给伙伴做。“一开始嘉措给我出‘试卷’，我还有点儿不高兴。”旺杰说，“但嘉措总盯着我，我就慢慢接受了，他是真心对我好。”

现在，巴西和旺杰的数学成绩都有了提高。“我也有需要向他们学习的地方。”嘉措说，“比如在足球场上，他们就是我的‘小教练’，他们还会‘倒挂金钟’射门，超帅！”

除了学习，嘉措还关心伙伴们的生活。队员杨元臻记得，一次自己的眼睛肿了，细心的嘉措发现后，第二天就给他带来了眼药膏。

少先队员要讲团结，团结可不只是一起玩儿，更应该互相学习、互相关心、互相帮助。嘉措正是这样做的。

队员伙伴中的宣讲员

嘉措爱读书、理解能力强，他被推选为校少先队大队长以来，常常在大、中队会上，把党对少年儿童的希望和关怀讲给队员们听。

2019年，嘉措得知习爷爷向少先队建队70周年致信祝贺、送来最珍贵的‘生日礼物’，就第一时间把贺信内容用藏语和汉语读给全校队员听。

他也会代表大家，把队员们的心声和心愿表达出来。在一次团西藏自治区委组织的座谈会上，他很光荣地代表全区少先队员发言：“我们在党的温暖怀抱中感到无比的光荣和幸福，作为少年先锋队队员，我们一定听党的话，跟党走，从小学先锋，长大做先锋！”

向爸爸妈妈学习

说起身边的先锋、榜样，嘉措最先想到的就是爸爸妈妈。

“爸爸所在的部队驻扎在边境线上，那里海拔平均4300多米，冬天没有电，经常吃不到新鲜蔬菜，喝的是雪水……”说起爸爸，嘉措既自豪又心疼。“我生在拉萨，但到了边防线还是觉得头晕，爸爸和战友们常在4800米以上的雪山训练，他们怎么受得了呢？”

从小到大，嘉措一年才能见到爸爸一次，每次妈妈都会带好多好吃的。“我们会带成箱的水果和蔬菜，还有零食和糖果。”嘉措说，“爸爸有很多战友，他总把战友当做亲人，想让他们多吃一点，吃好一点……”

嘉措妈妈是研究植物学的大学老师。她常常带着学生去森林里采集藏药植物标本。“妈妈有藏族、白族和汉族学生，在森林里，他们不仅是师生，也是‘战友’。”嘉措说，“风餐露宿、刮伤手脚是常有的事，只有团结一心、互相帮助，才能完成科研任务！”

热爱党，热爱祖国，热爱人民，关心团结各民族伙伴……在爸爸妈妈的言传身教下，这些早就在嘉措的心里扎下了根。嘉措的理想是长大后当一名军事专家，为祖国的国防科研事业作贡献。

达鼎嘉措，呀咕嘟！

“花环姑娘”孙卓然

中国少年报记者 尚晓薇
中青报·中青网记者 杜沂蒙

少先队是友爱的集体，当有队员遇到困难时，其他小伙伴会主动伸出援手。帮助他人的方法有很多，“花环姑娘”孙卓然却想出了不太一样的方法。

自己赚钱更有意义

“卖花环喽！姐姐，买一个花环吧！”如果周末或节假日来到安徽池州市青阳县，你很可能会遇到一群卖花环的小朋友。他们是谁？为什么要卖花环呢？

他们是青阳县蓉城镇第二小学六（4）中队的少先队员，卖的都是自己亲手制作的小花环，所得的收入全部捐赠。说起卖花环的‘发起人’，就要提到‘花环姑娘’孙卓然。

2016年的一天，大队组织队员们为一个生病的大哥哥捐款，当时上二年级的孙卓然有了一个特别的想法。

“我不想用爸爸妈妈的钱，我要用自己赚的钱帮助别人，这样更有意义。”卓然说，“记得之前去平天湖玩的时候，我曾看见过两个小姐姐卖手工花环，我也想学着做……”于是，她请妈妈帮忙从网上买来材料，开始学做花环。

这种感觉比蜜甜

“刚开始学做花环的时候她还小，动作又不熟练，总被铁丝扎到手。”现在回想起来，妈妈还是心疼不已。卓然虽然年纪小，但学得很用心，很快就掌握了做花环的技巧。

花环做好了，卖却成了难题。卓然依然记得第一次卖花环的情景。2016年3月的一个周末，卓然带着自己做的花环走上街头。

“姐姐，要花环吗？”

“不用。”

“阿姨，买个花环吧？”

“不要！现在的家长，孩子这么小就让她挣钱……”“是啊，如果是我的孩子我可舍不得……”

听到这些，卓然心里委屈，她想告诉每一个人，自己卖花环是为了帮助别人。爸爸鼓励她：“说出原因会让别人为难。只要是对的，那就坚定去做，不用在意别人怎么看！”

在爸爸妈妈的鼓励下，卓然鼓足勇气推销，终于卖出了第一个花环。“那是个和我差不多大的小女孩，我给她选了一个彩虹颜色的花环。”那天卓然一共卖出8个花环，赚了80元。她把这些钱带到学校，郑重地投入捐款箱，那一刻她心里‘比吃了蜜还甜’。

“知道这件事情，我还是有些意外的。”中队辅导员金老师说，“卓然小小年纪就能有这样的想法，真是难能可贵！”

就这样，卓然一有时间就编花环，然后利用周末和节假日出去售卖。她不仅技术越来越好，心得也越来越多。“我发现小姐姐们更喜欢红色和粉色，那就多编一些颜色鲜艳的花环。”卓然把‘生意经’说得头头是道。

众人拾柴火焰高

“花环事业”虽然起步了，但卓然总觉得一个人的力量还是太小，“得让更多队员伙伴加入进来”。

在一次学校义卖活动中，队员们带来自己的书本和玩具，卓然带来的是手工花环。“哇，真好看！”队员们觉得这些花环新奇又漂亮，花环很快就抢购一空。

卓然灵机一动，向小伙伴们讲了自己的想法，并发出了热情邀请：“大家可以来我家，我教你们做花环，包教包会！”队员们积极响应：“我想去”“我也去”。就这样，一个编花环、卖花环的“爱心小队”成立了。卓然手把手教大家，然后带领大家上街去售卖。

卖花环的“旺季”是夏天，每到周末，卓然都会和队员们相约出门。“太阳很大，我们在外面一走就是一整天。”队员昕月说，“但我们不怕晒也不怕累，因为赚到钱可以帮助别人，这是我们最开心的事！”很多队员的嗓子都喊哑了，可当卓然问大家渴不渴，所有人却异口同声地说“不渴”，因为谁都不舍得用钱来买饮料。

每一次卓然都会细心地清点卖花环的收入，然后代表“爱心小队”捐出善款。几年来，卓然和小伙伴们互相支持、互相鼓励，坚持了下来，他们累计捐款11次，共计2660元。

说到未来，卓然有个小心愿：“我希望越来越多的队员加入到我们的队伍中，给需要帮助的人送去温暖，众人拾柴火焰高！”

抗疫‘小主播’，上线！

中国少年报记者 金丽莉
中青报·中青网见习记者 王姗姗

在抗击新冠肺炎疫情的斗争中，少先队组织的小队员积极行动，为抗击疫情作出了努力和贡献。

“队员们，大家好！我是任益萱，欢迎收看本期《小任儿说事儿》。今天我要讲的是‘防疫情谨记之上下学防护’……”这是天津东丽区丽泽小学五（2）中队任益萱制作的抗疫小视频。整个系列共6集，由益萱自编、自导、自演、自己剪辑而成。

尽自己的一分力

今年春节，益萱本打算跟爸爸妈妈一起去度假，不料突如其来的疫情完全打乱了“节奏”。爸爸妈妈都是医务工作者，疫情发生后都第一时间返回了工作岗位。

看到他们早出晚归的身影，益萱心想：“爸爸妈妈在跟病毒‘作战’，我作为学校大队的宣传委员，在这场战‘疫’中怎么才能尽自己的一分力呢？”

“宅”家的他，开始时刻关注疫情动态，和爸爸妈妈视频聊天时，也会向他们请教许多防疫小知识，比如怎么给家里消毒、如何正确洗手等。

益萱突然想到，自己掌握了防疫要领，还应该把这些知识告诉其他的小伙伴。何不利用自己朗诵主持的特长录制防疫视频，推送给老师和伙伴们一起学习呢？益萱说干就干。

小视频，大作用

益萱拿起电话，把自己的想法告诉了大队辅导员杨老师。“你的想法真棒！回头可以在学校微信公众号、抖音号和各中队群里发布。”杨老师热烈回应。

“太好了！”益萱在电话另一头激动得快跳起来了。挂了电话，他嗖的一下“飞”到书桌前，开始写第一期视频脚本——《如何正确摘戴口罩》。他除了写下爸爸妈妈传授的小知识，还上网查询了许多新闻资料。

搞定脚本，接下来就是录制了。一遍、两遍、三遍……益萱对自己的要求可高了，眼神不到位、表情不到位、台词“卡壳”，都得重新来，3分钟的视频他足足录制了3小时。为了让效果更好，他又自学了剪辑，给视频加上片头、结尾，还增添了字幕和动画效果。经过一天的“战斗”，第一期抗疫视频终于诞生啦！

“看了视频，我才知道，以前总用‘随手一摘，顺手一扔’的方式对待口罩，真是大错特错。”队员杨政东说，他还把这段视频分享给了亲戚朋友们，让大家一起长知识。

接下来的日子里，益萱又先后录制了“7步洗手法”“如何进行家庭消毒”“抗疫先锋——钟南山爷爷的故事”等视频，每一期都很受欢迎。

学校复课了，益萱不仅录制了一期“上下学防护”视频，他还主动向老师申请，承担起每天对校园进行消毒和定时给各个中队开窗通风的工作。

“能帮助到小伙伴、为大家服务，我特别高兴！”益萱自豪地说。

习爷爷的教导记心间

中国少年报记者 张 燕
中青报·中青网见习记者 王璐璐

4月21日上午，习近平总书记来到陕西安康市平利县老县镇考察调研。在镇中心小学，习爷爷走进了五（1）中队，亲切询问大家的学习和生活情况。习爷爷向同学们提出了“文明其精神，野蛮其体魄”的希望。

坐在第一排的陈正杭听到习爷爷的话，无比激动：“习爷爷说得太对了，我们需要努力锻炼，补齐自己的短板，让小伙伴们拥有强健体魄。”

“豆芽菜”变身‘小健将’

以前的正杭特别不喜欢运动，瘦得像根“小豆芽”，还时常生病。8岁的时候，爸妈一咬牙给他报了培训班，学街舞和跆拳道。从镇里到安康市单程要30公里，每逢周六日，正杭都要早早起床赶去训练。

这样坚持了一年，正杭结实多了，也越来越喜欢这两项运动。没想到有一天，妈妈突然问正杭：“路程很远太不方便，训练又很辛苦，咱们不学了行吗？”正杭头摇得像拨浪鼓：“我喜欢街舞和跆拳道，可以强身健体，长大了还可以保护你们……”为了让爸爸妈妈少操心，正杭开始自己去上培训班。

如今正杭已经可以做出很多炫酷的街舞动作，还拿到了跆拳道的“红带”，成了一个名副其实的“红领巾小健将”。

“小健将”成为‘小榜样’

“我们出个街舞节目吧！”二年级下学期，“六一”将至，学校要举行一次文艺展演。中队有好几个男生都想上台表演，却没有适合的节目。看到队员们羡慕的神情，他就开始主动教队员们跳街舞。

“好啊，练起来！”4名队员迅速加入，一个特别不爱运动的队员也被拉了进来。可刚练了几天，队员们就打起了退堂鼓，有的说动作太复杂，总也练不好；有的说要完成作业才能练习，没有时间。

正杭很着急，但再难他也不放弃。他常用“困难像弹簧，你弱它就强”鼓励自己和队员们。有个“大鹏展翅”的动作，手臂要先收回来再打开才好看，可队员们总是做不好。“来，大家看我……”正杭耐心地带领大家一遍遍练，十几次才过关。

功夫不负有心人，文艺展演中，他们的节目得到了小伙伴们的掌声。演出的成功让队员们有了自信。从那以后，每当有展演、比赛，正杭都会组织大家排练节目，带领队员们练起来、动起来。“原来运动也挺有意思！”梓轩开始自觉地练习跑步、打羽毛球。还有队员通过运动改掉了做事拖沓的习惯，期末考试成绩也提高了。

辅导员朱老师说陈正杭是个好榜样，夸他“像个小太阳，照亮了周围的伙伴”。

“小榜样”做好‘小骨干’

不管什么事，正杭都是自己先努力做好，然后再去帮大家，所以队员们都服他，愿意听他的。四年级下学期，正杭被推选为中队长，作为中队的“小骨干”，他的干劲儿更足了。

今年“六一”，五（1）中队计划举行“牢记教导健体魄”主题队会活动。在大队辅导员陈老师的指导下，正杭和队员们开动脑筋策划活动方案。

经过讨论，大家一致同意把队会的地点由教室搬到操场上，因为大家打算在活动中展示自己的体育特长。队员们踊跃报名：校足球队的胡崇杨报名展示足球射门，跳绳最快的王佳宜报名展示计时跳绳，喜欢篮球的石国辉报名展示篮球技巧……

队旗飘扬，队歌嘹亮，正杭主持的主题队会开始啦！

在共青团中央、全国少工委主办的“让红领巾更加鲜艳”网上主题队日活动中，也播出了正杭所在中队的这次活动。正杭和队员们特别开心，因为他们想要告诉全国的小伙伴——习爷爷的教导，我们牢牢记心间！

杨洋：希望每个年少时的梦想都能被细心呵护

中青报·中青网见习记者 戴月婷

也许与毕业于中国人民解放军艺术学院有关，青年演员杨洋身上有股“不服输的劲儿”。

“我自己来！”这是杨洋拍戏时常说的话。导演说他演戏“特别拼”，这种“拼”在动作戏中体现得淋漓尽致：高楼跃下、险滩打斗、悬崖爆破……他都坚持一遍遍地尝试，“以实为主，怎么真实怎么来”。和他一同拍摄电影《急先锋》的演员成龙对此十分赞赏，不止一次在公开场合夸赞他的坚持。

近几年，杨洋似乎有意减少在大众面前的曝光度。只要一拍戏，他就“神隐剧组”，全身心投入拍摄。2019年，为拍好军旅题材电视剧《特战荣耀》，杨洋提前进入训练基地，在现役军人的指导下进行系统动作培训和实战演练，再次出现在大众视野中的他，顶着寸头，眼神中多了一分坚毅。

杨洋当过6年文艺兵，时隔多年，能再次穿上军装，饰演一名特种兵，“圆了多年心愿”。

“在追逐梦想的时候，更应该多一分坚持。”杨洋深知在追梦路上不可能一帆风顺，前路漫长，多有崎岖，他始终坚信：“保持初心、保持热爱，是可以通过努力去收获闪光时刻的”。

他希望“不论身处何地，每个年少时的梦想都能被细心呵护”。除了拍戏，杨洋还把时间投入到公益中，将视角投放到了偏远山区，成立了阳光专项基金，投入了数十万元启动资金，用于中国发展研究基金会发起的“一村一园计划”，号召大家关注贫困儿童教育，致力于改善孩子们的学习生活环境。他说：“我们每个人都是渺小的，但是只要去做，涓涓细流汇聚成海，就会是巨大的能量。”

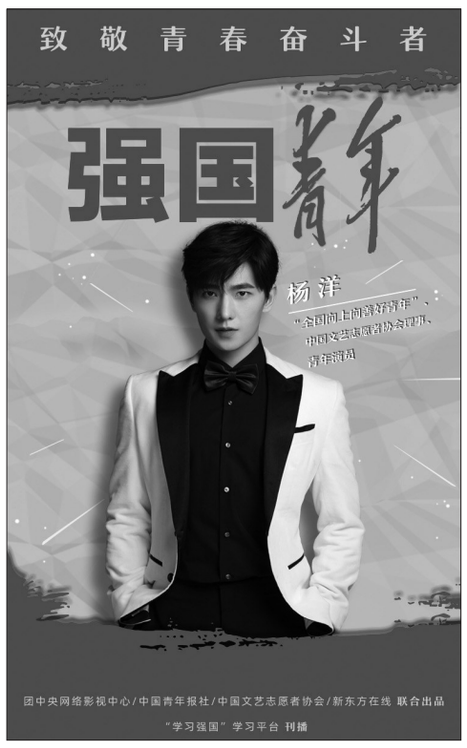
杨洋认为，扶贫重在扶智，扶智重在扶教育。截至2019年9月，阳光专项基金累计为贵州省毕节市七星关区的6所山村幼儿园、845名儿童提供学前教育支持；为云南、湖南、青海等地的3556名山村幼儿园儿童提供改善睡床、绘本、厨房等的资金；为280名坚守在山村幼儿园的志愿者教师提供“阳光专项奖励金”。

“回忆不停在回响，未来向梦去飞翔。”杨洋粉丝们所熟悉的这首公益歌曲《爱的力量》，在杨洋的一场生日会上首次亮相。

看着一所所建在山腰上的学校，看着杨洋被山区孩子们簇拥时的笑容，现场很多年轻人被深深打动，他们发起“与杨洋益路同行”的话题，阅读量高达13亿人次，许多人在话题中打卡自己的公益行动。在各方支持下，2018年7月17日，“一村一园计划”获得2018年度WISE世界教育创新项目奖，成为该奖项创办以来第一个获奖的中国项目。

“这个时代给了年轻人机会，也给我们考验。”杨洋认为，新时代青年要肩负起应有的使命与责任，“努力做好本职工作，不忘回馈国家和社会”。

扫一扫 看视频



日前，在西安中医脑病医院，19名特殊儿童在家长的陪伴下经营起自己的小店。这场以‘多元康复教育，体验花样童年——特殊儿童摆地摊’为主题的‘融合活动课’，吸引了50多名家长点赞、光顾。此次活动的目的在于培养孩子的社会实践能力，以便将来更好地融入社会。（杨萃萃 高云宁 中青报·中青网记者 孙海华 摄影报道）

以网络平台实现全员岗前培训

第22届研究生支教团网络培训班开班

本报讯（中青报·中青网见习记者王璐璐）6月15日，第22届中国青年志愿者扶贫接力计划研究生支教团网络培训班开班。团中央书记处书记奇巴图出席开班仪式并致辞，来自全国197所研究生支教团高校的2376名第22届研究生支教团志愿者和高校项目办老师参加了开班仪式。培训班由西部计划全国项目办、团中央青年志愿者行动指导中心主办，国家行政学院提供技术支持，全程采用线上方式开展。

开班式对广大研究生支教团志愿者学习贯彻习近平总书记五四寄语提出明确要求，要把坚定信念、志存高远、牢牢站稳人民立场放在首位，把支教扶贫、助力西部地区教育公共服务和教育资源均等化发展作为主责主业，把练就过硬本领、担当时代重任、弘扬抗疫精神作为时代责任。

全国项目办负责同志以“用一年不长的时间，做一件终生难忘的事”为题给全体参训学员讲授了第一课，有关同志就研究生支教团的相关政策、服务管理和安全健康教育等方面内容进行了专题培训。

本次研究生支教团网络培训班是第一次利用网络平台面向全体研究生支教团志愿者开展全覆盖的培训。培训课程包含支教上岗前需要熟悉和掌握的理论知识、基础教育教学技能、安全健康管理、民族理论政策等相关内容，并请部分高校项目办和往届研究生支教团志愿者代表作经验交流。

研究生支教团项目实施21年来，通过“志愿+接力”的方式，已累计派遣20521名青年志愿者接力到中西部地区县乡中小学支教。今年7月，2376名第22届研究生支教团志愿者将奔赴中西部18个省（区、市）和新疆生产建设兵团的300多个县进行为期一年的支教志愿服务。

（上接1版）

聚焦主责主业 构筑师生沟通桥梁

去年10月16日，北科学生活动中心219会议室传来热烈的讨论声，北科学生会骨干与信息办老师们正在这里就校园网问题举行座谈会。

学生会收集整理1400余份关于校园网的调查问卷，代表广大学生与信息办共讨论6次。12月5日，最新的路由器在五斋宿舍内完成安装。

塑胶篮球场、路灯照明、改版录取通知书……在北科，学生会从学生“自主维权”的角度出发，以校、院、班三级权益骨干为抓手，以日常收集的问题反馈为基础，定期开展部处见面会、走进部处等活动，并邀请各院系学生代表参与，全面倾听同学心声，客观真实地采集同学意见。

学生会不断丰富维权内容、拓宽维权渠道，以权益委员反馈为核心、以人人皆可提案的‘提案大赛’为平台开展一系列权益维护工作。学生会还创新工作方法，积极探索构建‘学生–学生会–学生"学生会–相关部处–学生会’的双闭环七天权益反馈机制，针对学生集中反映的权益问题予以及时解决。

不仅如此，在校园里，学生会组织扮演着师生之桥的角色。依托“名师面对面”“学术人生”“我爱我师”评选、“研师亦友”评选等活动，构建起联系师生深厚情谊的纽带。

加强自身建设 提升骨干履职能力

瘦身，是近年北科学生会最大的变化之一。

“400、75”，这两个数字是去年和今年该校的学生会骨干数量，300余人减量的背后是学生会组织架构的蜕变。“现在人少了，活儿不仅没落下，反而更高效了”，减小的是人数，增大的是学生会干部的合力。

2019年5月，该校从学生会换届入手，由校党委副书记任学生会换届考察组组长，严格把控学生干部选拔。

在学生会主席团成员选拔过程中，参选者不仅学习成绩要求被提高至30%，而且要通过考察小组的资格审核、随机问答、无领导小组讨论、现场演讲等环节的“考验”，最终由广大学生代表投票选举产生。

在日常工作中，北科学生会组织积极指导各学院学生会、班级等组织机构，充分发挥“校、院、班”三级协作体系在推进改革中的联动优势，有效实现工作重心下移，让更贴近同学的院会、班级更好地发挥服务同学的作用。

北科学生会将改革范围扩大至院级学生会层面，坚持尊重学生的主体地位，积极推行“直接联系服务青年”“学生代表评议学生干部”“干部退出机制”“院会项目承办”等制度，让广大同学有更多机会参与和感受学生会的各项工作。

自动化学院学生会主席辛昱呈说：“院会可以承办校级项目，有效发挥学院学生干部积极性，精简人员让大家更有干劲！”

为尽快培养新一届校院学生会组织的综合能力，校学生会还开展了学生骨干培训营。培训营努力构建理论学习、实践锻炼和志愿服务相结合的三位一体的课程体系，邀请学校领导、思政课教师和知名校友作为导师为学生骨干全程授课，助力打造一支作风优良、素质过硬、能力全面、更有凝聚力、更有战斗力的队伍。

同时，为全面客观地评价各级学生会组织的工作实绩，深入推进学生会组织改革，北科学生会还开展各级学生会组织工作考核评价项目：学院学生会主席在学生代表全体会议上向全体学生代表作公开述职，学生代表作为考核人员，根据述职对学院学生会工作开展情况作出评价。

“我觉得学生会的工作是一种责任，我肩负着学校的信任、老师和同学们的信赖，更要强化自身，更好地为大家服务。”冶金学院学生会主席章宇娟说。

在北科2019年度十佳志愿者评选活动中有6名学生会组织骨干获奖，学生会骨干不仅在志愿活动中充分发挥先锋模范作用，在其他方面也有突出表现。在这里产生了中国大学生自强之星、国家奖学金获得者、感动北科十大新闻人物、北科青年五四奖章获得者……这直接展现了学生会组织干部素质，更突出体现了学生组织的育人功效。

北京科技大学团委书记苏栋告诉记者：“北科的学生会干部要做好工作作风、工作职能、工作路径、工作方法的转变，从学生干部转变为学生公仆，从活动的组织者转变为服务的提供者，从坐在办公室围着老师转变为到同学中去了解情况，使学生会真正成为同学们想得起、找得到、靠得住的力量。”