

编者按五四运动，是中华民族光辉史册里动人的一卷。一批批有志青年走上了波澜壮阔的奋斗征程，历经磨难而不屈，饱尝艰辛而不衰，千锤百炼而愈加坚强，谱写出了这支可歌可泣的青春之歌。学习先进、勇于创新，这鲜明地写在五四精神的旗帜上。中国革命的先驱李大钊曾疾呼：以青春之我，创建青春之国家，青春之民族。爱国主义，始终是中国青年运动的旗帜。有了这样的爱国主义精神，中国青年运动就有了正确的前进方向和强大的精神动力。当代中国青年，一定要高举爱国主义旗帜，沿着党指引的道路继续奋勇前进。勤于学习、善于创造、甘于奉献，是一代代青年人的青春和使命，也应该是当下青年人的追求和风采。

青春犹如充满生机勃勃的春天，犹如绽开的鲜花，散发着迷人的芬芳。我们的青春就如春天百花齐放的花朵，展现着我们独一无二的光芒。青春是一个耐人寻味的词，也是一个让人回味无穷的词。

青春是我们人生经历最丰富的时期，有人说我们的青春是最善变的时期，我们总是喜欢刺激，喜欢冲动，容易好奇，还有一份独有的执着，一种为了我们的梦想奋不顾身的执着。我们每个人都拥有一个属于自己的梦，一个专属青春的梦。

青春期，我们从一个懵懂不懂、稚气未脱的孩子逐渐变得成熟。因为我们的满腔热血，让我们开始逐渐开始变得叛逆，总想按照自己的想法，想要过自己想象的生活。我们的无知和无畏让我们碰了不少壁，也是在一次又一次的碰撞中，我们逐渐懂得父母的良苦用心，让我们明白一直在背后默默的支持着我们的父母的不易，让我们更加懂得感恩。

青春，是追梦的时期，也是放飞理想的时期，我们可以为之接近疯狂。我们有初生牛犊不怕虎的精神，不断的失败和挫折磨平我们全身的

放飞青春

□ 赵伟伟

棱角，这使我们变得圆滑。在生活中几乎每个青年都有一个偶像，他们之所以有偶像是因为他们想要成为他们所崇拜的偶像那样。其实这是他们的一个目标，他们会在不知不觉中去向偶像靠近。然而，那些没有目标的人，他们大肆宣扬与实践梦想时，他却只想着走一步算一步，毫无计划，甚至能不能实现自己的梦想他们自己都不知道。他们的疯狂是一种目光短浅的表现。如果他们的梦想遥不可及，那么，他们在追赶途中，会慢慢的变失望与麻木。

因此我们在制定梦想与设定梦想时应该脚踏实地，与现实结合。在青春期，选定一个自己崇拜的偶像，当成一个信仰，去奋斗，去努力，去疯狂。做好自己应该做的事，成就最好的自己。那么这便成为我们最美好的青春年华，最美好的时光，最美的梦。生活中处处都是实现梦想的机遇，只是在于你抓没抓住，并为之努力。

“机不可失，失不再来”这是古人几千年智慧的结晶，告诫我们如果没有把握住机会，成功的几率等于零。但是如果机遇来了，你也抓住了，可是你却没有充足的准备那也是纸上谈兵。所以我们要时时刻刻做好准备，在机遇来临之时，我们不会感到手忙脚乱。相反，还有可能让我们感到一帆风顺，使我们更加自信。即使我们没有机遇，那我们就创造一个机遇。人生处处都有奇迹，我们要相信奇迹会发生在我们身上，我们也能创造奇迹，我的青春我做主。

青春是短暂的，有一句流行语说的不错“再不疯狂我们就老了”，所以我们要把握自己的青春，学会珍惜。毕竟我们的人生是短暂的，光阴似箭。我们要让我们的生活处处充满精彩。让我们的青春为梦想去疯狂一把。

人生之路，充满坎坷与崎岖，但我会拥有一颗感恩的心，化磨难为动力，勇往直前。把爱的光辉撒满整个世界，把温暖带给世界。青春需要疯狂，更需要努力和奋斗。感谢青春，感谢梦想，完善自己美好的人生，沿着向善的轨迹一路前行，一路走向最美的青春，走向最美的梦。

我的青春我的梦 学习总书记讲话

□ 蒋维维

青春是一场赌博，赌注是时光，结果是未来。

梦是青春的折射，抚慰着那些想做却又不敢做的青春。

梦总是在不经意间就散了，最后自己想来想去，竟然也搞不清楚是什么原因让它流逝；然后你会忽然醒悟青春原来是这么脆弱，经得起风雨，却经不起平凡。

青春占据着生命的四分之一，当它来临时，你不能拒之门外，当它离开时，你不能出口挽留，而经历过疯狂的青春，当我痛苦的站在你面前，你不能说我一无所有，你不能说我两手空空。或许我真的一无所有，仅剩下垂死挣扎的执着来掩盖着我沸腾的血液。

梦想总是那么遥不可及，就像彩虹，明明那么近，却怎么也碰不到。毕

竟靠键盘打出来的梦想能有多真。但是梦想却又是人的信念，它能带你登上人生巅峰，也能逼你跳下人间地狱。

仔细想想像我这样的人是最容易被人遗忘的吧，兴趣爱好自己都弄不清楚，前程理想忧心忡忡，想尝试的东西太多，又不知道从哪里下手好。让人回忆起你的一些特征都没有，觉得自己是独特的，可偏偏独特的人又太多，急于去证明的人太少，我们大部分的失败都是源于自己的懒惰和空想。这样的青春真的是我们想要的青春吗？

总是有一些人，拿着梦想当幌子，拿着青春做借口。空有一颗想要拼搏的心，却没有奋斗的身体。

如果，我说如果，每个人都会拥有一些梦想，然后为之努力，拼搏，虽然不会百分百成功，但是至少不会那

么落魄。但是，这现实吗？答案是否定的，假如在这个世界上，每个人都活得开心，每个人都能迎娶白富美走上人生的巅峰，会不会也有一种傀儡的感觉呢？会不会觉得生活已经索然无味，不再会为加工资而欣喜不已。因为社会需要垫脚石，需要失败者，所以很多人就会把这个作为自己不努力不成功的借口。但事实就是如此，就算是上帝也无法改变，更何况我们并不相信上帝。

青春只有一个，梦想却又有很对，贪心的人想要这个，也想要那个，却什么也得不到。谨慎的人，只有一个梦想，却又害怕失败，所以止步不前，却也不能成功。

青春伴着梦想，梦想又夹杂着青春。这是一道复杂的公式，却也能用任意姿势解出答案。

认识五四精神的现实意义。

另外，要有所作为。首先，要把爱国思想深埋于心。伟大的人生目标往往产生于对祖国深厚的爱。就如周总理的“为中华崛起而读书”一样。所以，从现在起的你，应该立定信念，坚定信仰，如果你做到了，你一定会有所作为。

总而言之，生活中的我们并非要为发扬爱国主义做出非常轰轰烈烈的爱国行动，我们应实事求是，从身边的小事做起，从点滴做起，就像学生积极参加志愿者活动，捐款等行为等，这就是一种很好的爱国行动。同时在我们步入社会的时候，遵守社会的各种规章制度，做一名遵纪守法的良好公民，也是一种五四精神的体现。所以，五四精神在当今社会，甚至在未来都是不可或缺的一部分。

五四运动 五四精神

□ 吴诗婷

众所周知，五四运动是中国新民主主义革命的开始，是一次彻底的反帝反封建主义的爱国主义运动。而五四运动包括忧国忧民、热爱祖国、积极创新、探索科学的爱国主义精神。

作为一名新世纪青年，亲眼目睹了在党的领导下，我们的社会一步一步地走向了现代化发展建设，亲身感受到了党对我们青年的关怀、重视与栽培。精神核心内容是“爱国、进步、民主、科学”。运动的发生距今近100年了，也许会有人认为五四运动已经离我们很遥远，宣传“五四精神”已经过时了，缺乏现实意义。但是，作为一名大学生，我认为重视并发扬“五四

砥砺前行 薪火相传

□ 徐清

九十多年前的今天，中华大地上爆发了著名的五四运动，它造就了“爱国、进步、民主、科学”的五四精神，这种精神影响了一代又一代的青年人。

何为青年？青年就是有着高尚的情操、旺盛的精力、科学的头脑和为国家为社会为人民随时奉献一切的人。

人们历来把青春视为花朵一般美丽，黄金一样宝贵。因为它蕴藏着蓬勃的生机，包含着无限的追求，凝聚着不竭的动力。它是热血，是激情，是理想，是信念，是奋发向上的精神和无穷的创造力。

作为新时代年轻的我们，所拥有的不仅是青春，还有闪耀在我们身上的光芒。我们有热情，有活力，有斗志。我们要珍惜青春年华，牢牢抓住时间骏马的缰绳，从知识的海洋中不断汲取营养，才能让青春燃烧的更加灿烂，让人生的航船行驶的更加遥远。

作为新时代年轻的我们，应励志图强，弘扬先辈之革命传统，壮我中华之国威。在当今竞争激烈的国际环境中，亲手接过时代的火炬，将五四爱国精神更加发扬光大，并为之注入新的活力。

作为新时代年轻的我们，更应展现独特

的风采，释放出正能量，在校内团结同学，尊师爱校，自觉遵守学校的一切规章制度，为中华之崛起而读书；在校外尊老爱幼，见义勇为，自觉弘扬社会美德，为实现富国强民的中国梦而奋斗。

同学们，让我们积极行动起来，继续发扬五四精神，认真践行“进德修业 自强不息”的校训，争取成为具有“自强精神，科学态度，淑女风范，绅士风度，国际视野，世界胸怀，领袖气质”的有志青年！

努力吧，同学们，趁青春年华！
拼搏吧，同学们，趁风华正茂！

歌声

□ 纪多敏

听——
这是哪里传来的歌声？
是那样的激情澎湃
像一群有志的青年在宣誓

谈——
又是哪里传来的歌声？
怎是如此的失魂落魄
像一群活着的肉体在徘徊

听——再听听
这些声音怎么，怎么会
越来越近，越来越近
逼得我跑着喊着，喊着跑着
国旗下驻足的我们举起了右手



青年

□ 汪兵

蓬勃的葵日
迎着万丈光芒
热血的青年
带着祖国的希望
希望祖国的成长
成长就如同灯光
总能将明天照亮
勤劳的青年
未来的争创 将使你茁壮
前人的希望 将成就你的臂膀
国家的以后 将有你来开创
愿烛光永远明亮
愿中国有你担当



五四精神永长存

□ 沈艳婷

每一个当代的年轻人都应该有一副青春飞扬的姿态，小到自己的人生态度，大到国家的历史责任。国家制定的五四青年节，有着它自己的特定意义，这些都是毋庸置疑的。青春是一首昂扬之歌，回荡着欢快，美妙的旋律。青春是一幅画，镌刻着瑰丽与浪漫的色彩。让我们一起汲取五四青年节倡导的精神，担起历史的责任，一起为国家和自己奋斗。

如今，“五四”运动已作为光辉的一页载入了中华民族的史册。然而，“五四”绝不仅仅是一个历史事件，它是一种精神，表现出青年人对我们民族炽热的爱，对国家前途和命运的关注，表现着青年人的责任和使命。

今天，我们这一代青年人有幸生活在改革开放的大好时代，有幸站立在世纪和千年交汇点上。我们是幸运者。面对新世纪，我们责任重大。我们回顾发扬“五四”精神，认真思索着，自己应该拥有一个怎样的青春，怎样的人生。记得，最初开始认识“五四”是从小学的历史课开始的。那时，老师讲到“五四”运动，向我们讲述帝国主义列强对中国的种种欺凌，讲述青年们为祖国不惜献身的种种壮举。当时，我们虽然还不能完全理解其中的深刻道理，但有如一丝曙光照亮蒙昧的荒原，我们幼小的心田中已播下了爱国的种子。渐渐地，我们长大了，我们成为风华正茂的青年，我们更加深刻地懂得了五四的传统和精神。想想那些曾经与我们差不多大的五四青

2017 行健职业学院学生运动会名次表(女)

100米：

- 第一名：吴淑蓉（英语）
- 第二名：郑晓雨（工商）
- 第三名：王妍麟（广告）
- 第四名：成佳宇（电商）
- 第五名：钟熹梅（会展）
- 第六名：李婷（幼保）
- 第七名：陈丽（工商）
- 第八名：周香华（学前）

立定跳远：

- 第一名：董媛媛（16学前）
- 第二名：李静茹（工商）
- 第三名：谢沛琳（英语）
- 第四名：朱萌（酒店）
- 第五名：戴云怡（16学前）
- 第六名：吴淑蓉（英语）
- 第七名：栗巧丽（工商）
- 第八名：郑晓雨（工商）

实心球：

- 第一名：周玉萌（16学前）
- 第二名：徐琳（15装潢）
- 第三名：刘钰（英语）
- 第四名：董德婴（16学前）
- 第五名：慕思延（环艺）
- 第六名：李靖岚（环艺）
- 第七名：谢沛琳（英语）
- 第八名：董嘉锐（机电）

800米：

- 第一名：陈启明（16学前）
- 第二名：余云云（幼儿保健）
- 第三名：纪多敏（幼保）
- 第四名：吴佳佳（装潢）
- 第五名：陆佳（广告）
- 第六名：杜佳（工商）
- 第七名：丁英（英语）
- 第八名：肖思彦（英语）

握力：

- 第一名：李佩哲（装潢）
- 第二名：崔萍（旅游）
- 第三名：田娜娜（工商）
- 第四名：张嫣（英语）
- 第五名：任雪驰（法语）
- 第六名：高明娟（电商）
- 第七名：金佳音（酒店）
- 第八名：陆圆圆（16学前）

往返跑：

- 第一名：李婧（幼保）
- 第二名：钟嫣染（会展）
- 第三名：谈舒怡（16学前）
- 第四名：纵磊（环艺）
- 第五名：陆兰萍（德语）
- 第六名：朱寅婕（16学前）
- 第七名：翟小慧（16学前）
- 第八名：傅阳（15学前）

跳短绳：

- 第一名：沈倩婷（电商）
- 第二名：刘姗姗（15学前）
- 第三名：赵妍（酒店）
- 第四名：陶燕（16学前）
- 第五名：刘明珠（英语）
- 第六名：史晨艳（法语）
- 第七名：沈依婷（16学前）
- 第八名：徐倩（幼保）

4*166 接力：

- 第一名：英语
- 第二名：15学前
- 第三名：16学前
- 第四名：环艺
- 第五名：幼保
- 第六名：会展

团体投篮：

- 第一名：会展
- 第二名：日语
- 第三名：工商
- 第四名：16学前
- 第五名：酒店
- 第六名：环艺

拔河：

- 第一名：工商
- 第二名：幼儿保健
- 第三名：应用法语

地址：原平路55号

电话：56075555

上海宝联电脑印刷

有限公司排印

(T:62528690)