

编者按

百年前，在中华大地爆发的五四运动，为我们留下了可贵的五四精神；今天，在五四运动一百周年之际，让我们一起成为五四精神的传承者。

铭记五四 昂扬青春

血肉融合
只为夺回祖国的尊严
激情澎湃
热情如火
打破陈旧的思想
举起民主与科学的大旗
漫过高山 大海
赢得最后的胜利

在岁月的星河里永流不息
在时光的沉淀中越发坚毅
五四的精神
久经不败 永垂不朽
铭记历史 仰起头颅
青春的旋律随风而起
少年的声音回荡不衰
刀山火海 不畏前行
追逐心的希望

让我们举起手 握起拳
骄傲的宣誓
告诉历史
我们会如大鹏展翅般
翱翔天空
告诉历史
我们会如鲨鱼般征服海洋
告诉历史
我们的精神如钢铁般坚毅

奋发 图强
奏起青春的乐章
朝气 向阳
将荆棘化为鲜花
芳香永溢

风轻轻地吹
草静静地摆
红色的领巾
灿烂的笑脸
抒写青春的朝歌
那一年的五月
三千莘莘学子
热情蓬勃

2019 年是五四运动 100 周年，回顾这 100 年的进程，让我们意识到五四运动不仅是一场民族革命运动，更是一个时代的烙印，一个民族的记忆，一代人的精神。炮火声中的呐喊早已在百年进程中渐渐淡去，但是五四运动精神却在 100 年后的今天，愈发清晰深刻地烙印在每一个中国青年的肩膀上。当代的青年，如何彰显中国精神，唱响属于自己一代的青春之歌，更值得我们的深思。

国家主席习近平曾强调：“一个国家的核心价值观必须同这个民族、这个国家的历史文化相契合；同这个民族、这个国家的人民正在进行的奋斗相结合；同这个民族、这个国家需要解决的时代问题相适应。”所以，在高速发展的今天，唯有青年一代弘扬国家的核心价值观，才能更好地开创中华历史的新

让五四精神点亮青春风采

一百年前，我们在天安门广场高举“外争主权，内惩国贼”的旗帜。而今，我们十四亿中华儿女携手共同奔向全面小康。

一百年前，我们呼唤追求真理，勇于探索的精神。而今，我们跟着“习近平新时代中国特色社会主义思想”向前冲。

回首当年一九一九，任一腔热血，化作革命基石，反帝反封建一展革命情怀，由此拉开新民主主义革命的序幕；回首悠悠百年梦，时代和社会背景发生了很大的改变，但依存的五四精神，仍是引导我们前进的强大力量。

蔡元培为振兴中华，培养无数英才，其提出的“思想自由”“兼容并包”，为北大揽招精英荟萃；陈独秀为振兴中华，创办了《新青年》，其引导的“新文化运动”觉人觉世；李大钊为振兴中华，以笔做枪，其《庶民的胜利》等，为中国革命送来马克思主义的曙光；而傅斯年、张国焘等则成为了五四运动中的中坚力量……爱国主义的光辉无时无刻不在他们的身上体现。

“少年智则国智，少年强则国家强”。五四运动迎来 100 年的历史、新中国成立即将迎来 70 年的历史、

铭记五四精神 焕发青春荣光

肩负起“国家兴亡，匹夫有责”的使命，展望未来，并努力奋斗。正如梁启超所说“少年强则中国强”，我们要铭记历史并引以为戒，正如詹天佑所说“各出所学，各尽所知，使国家富强不受外侮，足以自立于地球之上”。

我们这一辈人，从小就有舒适的生长环境。也没有战争和衣食住行的苦恼，总是被长辈们护得严严实实，最大的烦恼也就是学业和感情，比起父辈，我们缺少对未来的担忧和紧迫感。是的，我们确实生活得更舒适，但这绝不是我们放松努力、没有责任感的理由。

正如习近平主席所说，“广大青年人人都是一块玉，要时常用真善美来雕琢自己，努力使自己成为高尚的人。”青春

五四在昨 青春在今

中国青年运动的主题是为实现中华民族伟大复兴的中国梦而奋斗，必须把个人理想融入到民族复兴和中国特色社会主义建设中。以青春之我，创建青春之国家，以青春之民族，成为青春之人类。

历史毕竟是历史，只有以史为鉴，才能更好地将五四精神传承。

那么，我们又该如何传承五四精神呢？我认为，首先，要有不服输的精神和集体荣誉感。

就以最近练习的团体操为例。由于我的身高不够，起初，我被分配到了排头的位置。而我的记性不好，有时脑子会放空，因此并不能胜任排头的位置。

于是我向负责的同学提议，希望他们能把我调到后排。

4 月 2 日，我终于被调到了第五个，不是排头了。虽然我没能做好“当排头”这件事情，跳的也不是非常美观，但我有一颗愿意以集体为主的心，我可以为此用心学、好好练。

我想，这克服困难的不服输的精神和集体荣誉感，就是青春的必备吧。

五四在昨，青春在今。百年前，五四运动是进行一场反帝反封建的革命运动。百年后，我们可以先提升自己受挫抗压的能力，为团体活动献出自己的绵薄之力。我想，这便是五四精神与今时之需的共通之处。

五四，红旗下的青春

点滴小事做起，立足于自身，脚踏实地地做好每一件小事，恪守内心最基本的道义，展现一国之风，这也是一种爱国。

“少年智则国智，少年强则国强，少年进步则国之进步。”青年从先辈手中接过历史的交接棒，为强国之梦接力。因此，青年要将自己的人生理想融入到建设社会主义强国中来——从小到大，从无到有，青年人要在个人理想的量变中实现个人价值的质变。我们正处于人生中最美好的青年时代，进步是我们一生奋斗的目标。

回首五四，做新时代青年

历史的车轮从未停止，一路向前；历史辗过的每一个车辙都记载着故事，记载着无数的英杰。青春燃烧的不止激情，更是一个个不屈的灵魂。他们用自己的青春去谱写了新时代，谱写了新中国的新征程。

衰败的旧中国民不聊生、政治腐败、经济凋敝，人民生活在水生火热中。1919 年 5 月 4 日，三千多名学生站了出来，登上了历史的舞台。弱国无外交，巴黎和会却将德国在中国山东权益划给日本。3000 多名学生代表的已经不是个人的利益，代表的更是祖国的，为了祖国的独立和自由在奋斗着。当他们打出“誓死力争，还我青岛”，“拒在巴黎和会上签字”的口号时，他们已经抛弃了个人利益和生死关系。历史的偶然定是必然，当北京学生们做出自己的行动之后，中国其他省市，工商各界人士迅速做出回应，出现了“罢工”、“罢市”、“罢学”的事情，学生们不是自己在战斗，而是举国上下人民意识的觉醒，不再麻痹。中国代表拒签《巴黎和约》，在五四运动和中国人民的抗议和支持下，维护了中华民族的利益。

一场伟大的爱国运动，产生了深远的影响。抛开个人，为国而战，为真理和正义而战；不畏强暴，和腐败的政治进行斗争。这种精神永远不会过时，值得任何时代的学生和青年去学习。

现在的中国是一个经济快速发展，国际上的地位日益提高的国家，弱国无外交已成为过去式。我们很幸运生活在一个和平幸福的年代，但是也要居安思危，不能忘记历史。新一代的接力棒已经交到我们手中，不忘过去，展望未来。大学生去艰苦的农村当驻村干部任劳任怨，带领村民发家致富。留学海归放弃国外高薪，投身祖国的基层科研工作。这些都是新时代新青年学习的榜样。作为新时代青年要永远怀着一颗热忱的心去投身祖国的怀抱，让世界重新看待这个东方古国，苏醒的东方雄狮。

五四运动 100 周年，100 年间，中国发生了翻天覆地的变化，新时代青年要努力去为社会主义添砖加瓦，世界才能看到这头苏醒的东方雄狮。

2018 年度上海行健职业学院“五·四”表彰名单
2018 年度“五·四”青年标兵
学院团学会 17 影视 1 陆嘉俊 17 飞机 穆一鸣 经管系 17 旅游 张 悦 17 工商 1 陈诗婷
外语系 17 德语 张 想 17 英语 2 高 鑫
学前系 17 幼保 陈 艳、陈惠盈
艺术系 17 环艺 1 江寒鑫 17 广告平面 赵小敏
信机系 17 软件 张航玮、孙祺瑞
2018 年度“五·四”红旗团支部
艺术系 17 会展 18 会展 2 18 影视 2 18 环艺
经管系 17 中法 1 17 电商 1 18 工商 1 18 电商 1 18 中法 2
外语系 17 少儿英语 17 英语 2 18 日语 18 英语 1
学前系 17 学前 2 班 18 学前 3 班 18 学前 5 班 18 高本贯通
信机系 17 网络 18 机电 18 汽车 18 网络
2018 年度“五·四”优秀楼委会干部
经管系 18 旅游 1 高西莉 18 工商 1 李宇博
外语系 18 应用英语 2 刘琪、金龙、刘盈盈、苏凯文
信机系 18 网络 1 王倩荷
学前系 18 幼保 徐雨叶
2018 年度“五·四”优秀团干部
外语系 17 英语 1 俞榕、陈诗慧、崔悦 17 英语 2 吴璐莹
17 少英 赵复屹 17 日语 曹勇志 17 德语 余 丽 17 法语 王天紫
18 日语 尤继辰龙 18 英语 1 高素芬
学前系 17 学前 1 班 王慧敏 17 学前 2 班 胡紫薇
17 学前 3 班 张梦情、钱 琦 18 学前 1 班 何 翼 18 学前 2 班 鞠苏皖 18 学前 3 班 陆佳怡 18 学前 4 班 徐 嫣 18 学前 5 班 龚国红 18 幼保 徐澄莹
18 幼保贯通 刘沛辰 18 高本贯通 潘俞盈
经管系 17 电商 1 赵丹倪、李岩岩 17 电商 2 陈馨怡 17 工商 1 沈佳铃 17 工商 2 许慧怡 17 酒店 贾梓艺 17 旅游 赵宜佳 17 中法 1 包馨怡 17 中法 2 徐静 18 电商 1 郑 磊 18 酒店 卢 静 18 旅游 刘泽敏
信机系 17 软件 刘子洋 17 网络 潘梦慧 18 机电 殷舒祺 18 汽车 王镇宇 17 机电 黄泽杰
艺术系 17 动画 任彦超 17 环艺 1 许颖 17 影视 1 潘祺 18 环艺 1 叶朝伟 18 影视 1 李洲博 18 影视 2 杨燕 18 广告新媒体 贾梦云 18 广告平面 王雅琪
18 动画 于颖 18 会展 2 李梦瑶 18 会展 1 刘亚玲
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)