

等

文化与传播学院 2021级 黄方云

其实等字很浪漫
它是在阁楼前听雨
等你撑着天青色油纸伞
信步而来

其实等字很浪漫
它是日出看霞光
漫天云海金黄
它是春游看原野
满园绿芽飘摇

其实等字很浪漫
它是隔着银河的距离
而我却知道远方的思念
哪怕再等等
也没有关系

其实等字很浪漫
等疫情结束
我们见面吧
见见花开满夏

其实等字很浪漫
我在黎明中
等你向我走来

等吧
竹下有亭台
偷得浮生半日闲



春末夏初时节，百花已近凋零之态，山间的树木却愈发苍翠。

儿时曾伴外婆去山间小住过一段时日，外婆身体不好，三四月份漫街飘洒的飞絮是最扰外婆的，所以，这段时日，外婆总会回到山间的老屋。山间贫瘠，野生的大多是刺槐、椿树，偶尔在山坡上可以看见一两

夏夜的周五，我忽然突发奇想要去看星星。出门后，却大失所望。楼房耀眼的光束早已将星星遮蔽，只剩下一两颗还在顽强地放光。操场上人群熙攘，我的心里却有些感伤，城市生活好像剥夺了像我一样安静的人仰望星空的权利。

我慢慢抬头望向天空的东北方，那是我故乡的方向，并没有什么星星接应我的目光，回应我的只有茫茫的夜幕。曾几何时，我还徜徉在漫天星光里，能感受到那远得像来自星星的微风，泛起起夜的波澜。

那时的我，轻轻地倚靠在母亲坚实的臂膀，倾听围坐在一起的乡亲们诉说家长里短。看邻居家的大伯微笑着点燃一棵艾草，艾草在黑暗中亮起了红光，而后冒出白色的烟雾，烟雾徐徐地向上攀升，又被微风打乱。夏夜的石头还留存着几分白天的温度，坐在上面，正与微凉的清风中和，这便是夏日的温柔。

那时，村里的老人总喜欢讲述一些遥远的旧事，虽然那些故事已经被时间冲刷得不着痕迹。他们眯着眼睛，划着火柴，点起一支烟，眼角的皱纹佐证着，那些他们轻描淡写的风浪。

那时，村庄的女人们互相聊着家务和农事，有些勤劳的妇女，还会边聊边趁着微光剥豆子。男人们回

橘色的晚风

文化与传播学院 2021级 王艳阳

棵榆树。儿时的我，很是顽皮，常常约着一两个小伙伴爬上树，我习惯将外婆编的小竹篓系在腰间，双手环抱着树干，用脚助力，顺利地爬到枝干上，伸胳膊不停地采枝桠上的槐花或者榆钱儿，然后塞进小竹篓里，扶着枝干顺势就坐，美滋滋地品尝着这自然的美味。外婆每每屋前屋后找不到我时，便会来到附近的树下找寻我的身影，找到后，常常又是一顿喋喋不休地唠叨。我蹭蹭爬下树，蹦蹦跳跳地走远，将外婆用的很远很远……

回到家，那张油漆已经斑驳脱落的小木桌上，已经摆上了沁香的槐花饭、蛋炒椿芽还有新鲜的青菜。开春前，外婆便会在老屋前开辟一块空地，种上青菜，委托邻里帮忙照看，等到我们陪外婆搬回去时，青菜已经长得郁郁葱葱了。老屋门口常常放着一把老旧的藤椅，晚饭后，外婆总要坐在那把藤椅上，静静地望着西方的落日，落日晕染了远方的天空，洒出一片橘色。我也会陪着外婆静静地坐着，温柔的晚风，一下一下地抚动着外婆两鬓的白发，不远处槐花的清香

夏夜带苦

文化与传播学院 2020级 谢凌仪

的劳动者。

那日是朋友的生日，我买好了蛋糕在她的宿舍楼下等她。看天边被落日晕染得金黄，忽闻一隅有口琴声传来。在阵阵清风中，音符舞动着树叶也拨弄着心弦。我四处找寻，最后发现琴声来源就在楼对面的三轮车边，是我在快速柜旁经常遇到的大叔在吹口琴。我好奇地走了过去，“叔，我能在这儿坐会儿嘛？”似难得有人和他主动搭话，他高兴地说：“坐！坐！”

“小姑娘，你知道我这吹的是什么曲子吗？”大叔吹罢刚才的曲子问我，看我摇了摇头，他便兴致勃勃地讲道：“这首曲子啊，是要上战场的士兵告别母亲时唱的……”他详细解释了很久，滔滔不绝，从这首曲子的主题讲到那整个年代的曲风。我其实没听进去多少，但我实在不忍心打断他。他所坐的环境其实是宿舍楼旁的一个小回收站，散落堆积着桌椅和排列着垃圾车，在杂乱招致的晦暗中，唯一发光的是大叔兴致盎然的脸。在那天傍晚，他讲述的不仅仅是街道

学生编辑:谢凌仪 责编:段盛杰

夏夜的星空

文化与传播学院 2020级 王佳悦

忆起往昔的峥嵘，彼此高谈阔论着。小孩儿们有的倚坐在大人身旁，有的在黑夜中追逐嬉戏，有时跌了跤，难免遭到大人的嗔怪。

聊天的话语虽繁多并没有淹没星星。那时星星多如砂砾，正映衬着夜的澄澈。谈话的人们已经把星星抛之脑后，星星却在悄悄地遥望人间。

那时，躺在母亲怀里的我，稍微抬头便瞥见一滩星河。偶尔一片云朵缓缓地从天空踱过，虚掩了月亮的光影。光影交错间，促成了一份迷蒙的美。我总认为，夜空是镜，反射了人间所有的灯，才会拥有那么多光点。可是现在明明灯更多了，星星却隐匿起来，不见踪迹。

我从操场慢慢往回退去，人群依旧热闹，我却没有兴致。忽然莫名地抬起头，一轮明月正拨开乌云，现出她皎洁的面容，一如往昔的温柔。

月亮不说话，反射了人间所有的灯，才会拥有那么多光点。可是现在明明灯更多了，星星却隐匿起来，不见踪迹。

因为我记得，就算没有星星，月亮携着我对故乡的记忆，也会一如既往地空中与我相伴。

河北经贸大学

HEBEI UNIVERSITY OF ECONOMICS AND BUSINESS

中共河北经贸大学委员会主办 本报编辑部编辑出版
2022年5月26日 第5期 总第433期
国内统一连续出版物刊号 CN13-0806/(G) 学校网址 http://www.heuet.edu.cn/

社会主义核心价值观基本内容

富强 民主 文明 和谐
自由 平等 公正 法治
爱国 敬业 诚信 友善

我校 2022 冬奥会、冬残奥会总结表彰大会隆重举行

5月2日下午，我校2022冬奥会、冬残奥会总结表彰大会在会议中心报告厅隆重举行。校党委副书记、校长刘兵出席并讲话，校党委副书记刘建平、校党委常委、副校长程瑞芳出席并为志愿者颁奖，冬奥领导小组成员单位负责人和各学院党委书记、冬奥会冬残奥会师生志愿者参加。

刘兵在讲话中指出，我校全体冬奥志愿者团结一心、通力合作，以强烈的责任感、使命感、荣誉感出色完成了各项工作任务。他在充分肯定本次冬奥志愿服务工作的基础上，向广大师生提出了三点希望。一是学以增信强信念，深刻把握北京冬奥精神的内涵，深入学习贯彻习近平总书记在冬奥会总结表彰大会上的重要讲话精神，展现了志愿者服务国家、矢志奉献、自信昂扬的精神风貌。

会上，教师代表郭朝云、胡增亮、安宁，学生代表张竞铭、李德麟、孙向荣分享冬奥志愿服务心得，他们从初识冬奥、备战冬奥、服务冬奥等方面讲述了自己与冬奥的故事，展现了志愿者服务国家、矢志奉献、自信昂扬的精神风貌。本次总结表彰大会是一次深刻的精神洗礼，更是一次深远的思想教育。

刘兵带队赴河北银行开展访企拓岗促就业走访调研

为深入推进我校访企拓岗促就业专项行动，全力促进毕业生顺利就业、充分就业、高质量就业，5月16日下午，校党委副书记、校长刘兵带队到河北银行走访调研。校党委常委、副校长高晓峰、张秀山，河北银行党委书记、董事长梅爱斌，党委副书记、副董事长、行长王县力，党委副书记赵景南，党委委员、副行长、董事会秘书、政务金融中心总裁赵清辉参加。

刘兵对长期以来支持我校发展的河北银行表示衷心感谢，并介绍了我校的专业设置、学科发展、“新财经”教育改革、毕业生就业等情况，展望了校企双方在人才培养、实习实践、就业创业、信息化建设等方面的合作前景，希望校企双方进一步深化产教融合，服务人才供需对接，促进科研成果转化。

我校召开赞比亚大学孔子学院理事会年度会议

5月5日下午，赞比亚大学孔子学院理事会年度会议在线上召开。我校党委副书记、校长刘兵，孔子学院理事会主席、赞比亚大学校长卢克·穆巴，孔子学院理事会副主席、我校党委常委、副校长和志强，孔子学院理事会议事、省教育厅国际合作与交流处一级调研员刘江义和其他中外方理事出席会议。孔子学院中外方院长，我校国际交流与合作处、国际教育学院、文化与传播学院相关负责人参加会议。刘兵致开幕词。他指出，我校与

分发挥思政课第一课堂的主渠道作用和“第二课堂”的补充渠道作用，以“小切口”“小故事”讲述办奥历程、志愿经验与青年担当，以听得进、学得懂、记得住、用得活的方式讲好冬奥“大思政课”。三是踔厉奋发向未来，充分运用北京冬奥珍贵经验，做好冬奥经验的总结沉淀和管理运用，全力抓好“后奥运时代”冰雪运动推广普及，“志愿服务体系”的搭建和运用，建设“五育并举”活力校园，努力培养德智体美劳全面发展的社会主义建设者和接班人。

会上，教师代表郭朝云、胡增亮、安宁，学生代表张竞铭、李德麟、孙向荣分享冬奥志愿服务心得，他们从初识冬奥、备战冬奥、服务冬奥等方面讲述了自己与冬奥的故事，展现了志愿者服务国家、矢志奉献、自信昂扬的精神风貌。本次总结表彰大会是一次深刻的精神洗礼，更是一次深远的思想教育。

在大会精神的指引下，我校广大师生将持续弘扬冬奥精神，并将其转化为推动学校“新财经”改革和“双一流”建设的强大动力，踔厉奋发，笃行不怠，以更加优异的成绩迎接党的二十大胜利召开！

冬奥会、冬残奥会我校共派出108名志愿者，其中包括12位教师志愿者、88名学生志愿者和8名储备志愿者，分别服务于山地新闻中心、云顶滑雪公园、国家跳台滑雪中心、张家口颁奖广场、张家口冬奥村、国家越野滑雪中心6个场馆。他们以零失误、零违纪、零投诉的成绩，高质量完成了为期47天的冬奥会和21天的冬残奥会赛事服务工作，收获来自服务场馆的十余篇感



谢信，优秀志愿者事迹获得人民日报、新华社、央视、中国青年报等众多主流媒体报道。在河北省冬奥会、冬残奥会总结表彰大会上，我校冬奥志愿服务团队荣获河北省先进集体，胡增亮、郭朝云获得河北省先进个人称号。会议采用线上线下同步方式进行，全校师生观看直播。（供稿：校团委）

刘兵为学生干部讲授思政课

5月17日晚，校党委副书记、校长刘兵在会议中心报告厅讲授题为“优秀学生干部应具备的素养”的思政课，各学院团委书记、学生干部代表现场聆听学习。

刘兵围绕“什么是学生干部”“为什么要当学生干部”和“优秀学生干部应具备的素养”三方面展开授课。他结合我校“新财经”教育改革理念和“新财经”人才培养体系，深入阐述了学生干部的核心内涵，全面解读了学生干部角色的多样性，高度肯定了学生干部在学校改革发展和学生思政教育中发挥的重要作用，希望大家进一步明确自身定位，厚植服务意识，拓展格局视野，在服务中锤炼作风，在奉献中争当表率。

刘兵强调，学生干部要切实筑牢信念根基。他带领大家重温学习了习近平总书记在中国政法大学考察调研时的重要讲话和习近平总书记在庆祝中国共产主义青年团成立100周年大

会上的重要讲话精神，勉励广大学生干部铸牢对党忠诚的政治品格，高扬理想主义的精神气质，做社会主义核心价值观的坚定信仰者、积极传播者、模范践行者，珍惜宝贵经历，增长本领才干，以不懈奋斗的姿态努力谱写青春华章，在实现中华民族伟大复兴的时代洪流中踔厉奋发、勇毅前进。

刘兵强调，学生干部要主动锤炼素质品质。他引经据典、旁征博引，深入浅出地讲解了优秀学生干部应具备的八种素养——树立理想、修炼品格、拓展格局、善于学习、端正心态、增强体质、注重审美、热爱劳动，要求全体学生干部把握好大学这一人生发展的重要时期，牢记“勤学明辨求真知、修德笃实建功业”，争做德智体美劳全面发展的社会主义建设者和接班人，为学校的建设和发展贡献青春力量，以优异成绩迎接党的二十大胜利召开。（供稿：校团委）

孔子学院努力的方向，夯实了孔子学院前进的基石，拓宽了孔子学院的发展之路。未来，两校将共同致力于把孔子学院打造为服务当地汉语教学、弘扬中国文化和促进中赞两国人文交流的桥梁与纽带。

刘江义对两校在严峻疫情形势下保持孔子学院稳定发展所做出的努力表示赞赏。他希望两校坚持优势互补、合作共赢和特色发展的理念，同心同向，为赞比亚中文教育和两国人文交流做出更大贡献。河北省教育厅会继续全力支持赞比亚大学孔子学院的建设。（供稿：国际交流与合作处）

龙吟鹤梦，琴韵悠长

——记我校2021年十佳大学生刘松涛

学生记者 叶子铭 屈春兰



刘松涛，会计学院2018级财务管理1班学生，凭借优异成绩成功保研至北京外国语大学。在校期间，六次获得校级一等奖学金，连续三次获得校级“三好学生”，两次“优秀团员”荣誉称号。荣获万米接力第三名，4×100米接力第一名，校园心理剧大赛一等奖等多个奖项，多次参加课外学术竞赛，两次获得“互联网+”校级三等奖。并在《商业·2.0》上发表论文两篇，《文存阅刊》上发表论文一篇。

强心健体 未来有我

我校举办第十七届大学生心理健康节

本报讯（学生记者 王子娜）为培育学生理性平和、积极向上的健康心态，不断提升大学生心理素质教育工作实效，并进一步加强我校心理健康教育工作，强化疫情下学生心理疏导，根据我校2022年学生工作部署，在“5·25”全国大学生心理健康日到来之际，举办我校第十七届大学生心理健康节。

主体活动自5月1日开始，将持续进行到5月30日。本次心理健康节分设十三大项目：“5·25”校园阳光咨询、“同舟共冀，齐心战疫”心理主题讲座、“紛享成长，接力未来”优秀心理主题班会评选活动、“聆听心声，助力成长”团体辅导活动、防疫抗郁动起来、一起健心向未来”经贸健心跑活动、“敞开心扉，拥抱和谐”心理微视频大赛、“绘享青春，浸润心田”沉浸式绘画体验活

记录经贸 定格美好

河北经贸大学官方微博举办“记录经贸”摄影大赛

本报讯（学生记者 李晶）人间四月天，漫步赏春时。为了丰富闭环管理下的校园生活，鼓励经贸学子走进校园细心观察，发现日常生活中的美好瞬间。同时也为推动校园文化建设，河北经贸大学官方微博特举办“记录经贸”摄影大赛。

本次大赛自4月10日开始，为期一个月，5月10日正式结束。参赛学生按照活动要求发布九图，分享经贸学子身边的校园生活。活动设有

艺漾青春

艺术学院开展墙绘活动

本报讯（学生记者 李聪宇）5月14日，我校艺术学院开展了墙绘活动，为即将离校的毕业生送上一份特殊的礼物。

本次活动由2020级环境设计班、2021级国画班、2020级视觉传达班、

清歌观鹤舞，幽韵听松涛。她，就是十佳大学生刘松涛。政治立场坚定，品行端正，学习认真刻苦，成绩优异；积极参加科研竞赛，能力突出，在校期间获得许多荣誉，成功保研至北京外国语大学。

“千里之堤，溃于蚁穴”，在谈及完成一项学习和工作任务时最需要具备什么品质时，她这样说道：“细心是一个人完成某项工作最重要的品质，也是展现一个人认真程度的重要指标，更是一个人在成长道路上必不可少的要素。作为一名财务管理的学生，我深知每一个数据的重要性，更明白数据错误带来的恶果，所以我在平常的工作和学习中始终都秉承着高度的责任感与一丝不苟的认真态度，减少或避免不必要的失误。”细节决定成败，一点小小的失误也会带来不好的影响，只有注重细节的人，才能在成长的道路上不断前行，最终抵达梦想的彼岸。

在被问到如何与团队合作并且把团队作用发挥到最大这一问题时，她更

动、“放飞心灵，解读心声”读书分享活动、“强心健体，点亮青春”心理健康知识竞赛、“经心呵护，医美如画”摄影活动、“与心灵相约，与健康同行”心理电影展播、2021—2022学年优秀心理委员评选，以及各学院富有学院特色的独创性活动。本次心理健康节活动形式多样，包括讲座、咨询、评选、绘画、运动、摄影、展播等多种形式。活动自发布通知起就引起了同学们的热烈响应和积极参与。

此次活动，不仅调动了学生参与活动的积极性、主动性，提升了学生心理健康素质，还营造了良好的心理育人氛围，更为以后心理健康教育特色品牌活动进行了有益的探索创新，打下了坚实的基础。

记录经贸 定格美好

河北经贸大学官方微博举办“记录经贸”摄影大赛

本报讯（学生记者 李晶）人间四月天，漫步赏春时。为了丰富闭环管理下的校园生活，鼓励经贸学子走进校园细心观察，发现日常生活中的美好瞬间。同时也为推动校园文化建设，河北经贸大学官方微博特举办“记录经贸”摄影大赛。

本次大赛自4月10日开始，为期一个月，5月10日正式结束。参赛学生按照活动要求发布九图，分享经贸学子身边的校园生活。活动设有

2020级油画班、2021级绘画班的同学以墙为布，用灵动的画笔为毕业生们送上精心绘制的作品。本次墙绘作品主要以古典主义、浪漫主义和后印象派主义风格居多。充分结合校园环境布局，展现了一幅幅想象奇特、表现自如、整体构思新颖的墙绘作品。

点点滴滴的色彩包含着浓浓的同学情、深深的校园情，展现了经贸学子优秀的艺术创作能力和深厚的校友情谊。

是有自己独到的见解：“在选择团队成员时，要选择比较踏实能干、肯学习、肯下功夫的队友；在分配任务的时候，要注重发挥团队成员的积极性，将工作任务分成等份，发布在群里让成员自己选择；在完成的过程中也要时刻提醒组员尽快完成相应的任务，不要出现相关成员把任务忘掉的情况；最后组长进行汇总，认真检查每一个成员完成的质量并且及时指出错误并指导其做出修改。”严密而又逻辑清晰的方法，既保持了团队整体的积极性，也让她先后带领团队在课外学术竞赛、互联网、校园心理剧等各种赛事上取得了不错的成绩。

除了与团队合作外，她在日常的学习中也是一个能够时刻保持自律的人。她谈到制定具体计划以及总结分析的重要性，并分享了如何高质量完成一项任务的一些窍门。她说：“首先在心理上一定要让自己踏实下来，尽快地进入到学习状态里边，不要浮躁，不要给自己太大的心理压力。其次，在过程管理上要制定好现阶段需要完成的计划，有条理，有顺序，有逻辑地完成自己的任务。最后一定还要进行检查和验收，确保自己的工作和学习任务保质保量地完成。”简单实用的方法和耐心细致的讲解，都展示出自律学习的益处以及她学习的认真与专注。同时，她对未来的规

一家一善，衣旧温暖

工商管理学院举办爱心捐衣活动

本报讯（学生记者 王艳阳）5月14日，工商管理学院团委志愿服务中心在一餐韶华路附近举办面向全校师生的“一家一善，衣旧温暖”爱心捐衣活动。

活动开始前，志愿服务中心的各部门进行分工协作，相互配合，为活动的顺利进行做好充分的准备。活动过程中，志愿者们为前来咨询的学生进行耐心地讲解，讲解结束后，同学们也都很热心地捐出自己的衣物。活动得到了同学们

商贸菁英 低碳同行

我校杯第八届“商贸菁英”低碳校园商城活动顺利开展

本报讯（学生记者 王子娜）为提高大学生的低碳环保意识，培养大学生的创新实践能力和商业思维，着力打造团青品牌活动，校团委面向全校师生开展杯第八届“商贸菁英”低碳校园商城活动。

此次活动面向本校全体师生，于5月16日晚进行。比赛分为销售闲置物品、销售文创手工物品两个赛道。参赛选手需提前确定赛道，并到摊位点报名。比赛要求参赛选手自行组队，每队人数不多于5人。活动一经发起

共享书籍，留住美好

法学院举办“放飞心灵，解读心声”读书分享活动

本报讯（学生记者 屈春兰）为进一步加强校园文化建设，丰富疫情背景下大学生的课余生活，帮助其释放心理压力、放飞心灵，提升对外界环境的适应和自我调试能力，构建一个美丽健康而又和谐的校园环境，我校法学院于5月13日举办了“放飞心灵，解读心声”的读书分享活动。

本次活动共设有两项内容：第一项是在5月9日到5月13日之间任选三天进行读书打卡并转发说说至空间，打卡满三天即可参加接下来的活动。第二项是读书分享活动，参赛者将自己所阅读书籍统一发到指定邮箱参与本次活

划清晰明确，她说道：“如果有机会，我也希望可以继续攻读博士学位，并通过自己的努力在高校任教，不断培养堪当民族复兴大任的优秀人才。”山不让盈，川不让辞，云程万仞，未来可期。

谈及如何缓解学习压力，她也有自己独特的见解。她说：“身体是革命的本钱，是成功的基石，健康的生活习惯有助于一个人的成长。每当我遇到压力时，我总会去操场上跑步。除此之外，我还会去听一些音乐来缓解自己紧张不安的情绪，让心慢慢地归于平静。及时调整好自己的状态，以一种全新而又饱满的姿态去面对生活中的每一个困难。”适当的放松和运动有利于更好地进入学习，由于热爱运动，她从小便加入了校田径队接受训练。除了跑步，她还有钢琴和阅读的爱好。她博览群书，尤其喜欢推理小说，无论是东野圭吾还是希区柯克和阿加莎克里斯蒂，都是她最喜欢的作家。

龙吟鹤梦，琴韵悠长，青春无敌，谁与争锋。从刘松涛学姐身上既能看到“千磨万击还坚劲，任尔东西南北风”的坚韧与顽强，也能学到“会当凌绝顶，一览众山小”的自信与勇气、相信她会通过自己的努力，实现自己的理想，奔赴下一场山海。

一家一善，衣旧温暖

工商管理学院举办爱心捐衣活动

的积极响应，本次共计捐赠衣物151件。活动结束后，志愿者们对衣物进行整理、分类、打包，并清理场地。最终捐赠的所有衣物将会捐给贫困家庭。

本次捐衣活动，培养了学生们勤俭节约、乐于奉献的精神，弘扬了社会正能量，传递了温暖与爱心，同时也让每一个志愿者在公益实践中发光发热，获得了满满的成就感。

商贸菁英 低碳同行

我校杯第八届“商贸菁英”低碳校园商城活动顺利开展

就得到了学生的热烈响应和积极参与，比赛当天各摊位负责人提前入场，布置摊位。比赛开始后，场面热闹，气氛热烈。最终，活动综合人气值和销售额以及评委老师的打分，为获奖团队评定出了“最具人气奖”“低碳环保奖”“最佳销售奖”。

此次活动不仅丰富了学生的课余时间，也提高了学生们的低碳环保意识和创新创业意识，助力营造了绿色低碳和和谐的校园文化氛围，还为打造团青品牌活动加油助力。

共享书籍，留住美好

法学院举办“放飞心灵，解读心声”读书分享活动

动评选。最终在273位参赛者中选出了38份作品参加线上投票与线下评选活动。在这些作品中，既有精美的散文，也有有趣的小说，还有真实的传记，以及激昂的诗歌，它们种类丰富、内容详实而又和谐的校园环境，我校法学院于5月13日举办了“放飞心灵，解读心声”的读书分享活动。

本次活动，为学生释放心理压力、调整自身状态提供了新途径。在丰富学生校园生活的同时，也提升了学生自身的文化素养与思想道德水平，在一定程度上发挥了学校的育人功能。并且引导学生从思想和行动上重视阅读、重视书籍，帮助学生养成了良好的阅读习惯。

冰雪盛会，燃情冬奥

学生记者 郝佳辉

激情燃冬奥，一起向未来。在冬奥会成功举办的背后，是无数“雪花”汇聚起的磅礴力量。他们忙碌在赛事场馆，服务于闭环驻地，在不同领域发光发热，他们就是北京冬奥会的志愿者们。今天我们有幸采访了参加本次冬奥志愿服务的郭朝云老师。

记者（以下简称记）：首先要祝贺老师圆满完成冬奥会期间的志愿活动。在听到您可以参加冬奥会志愿活动这个消息时，您的第一反应是什么？

郭朝云（以下简称郭）：最初听到自己成为志愿者时是激动的、兴奋的，但兴奋过后也有短暂的纠结。当时我的女儿刚满十个月，参加冬奥志愿服务工作就意味着将缺失女儿近一年的成长过程，但最终我依然选择前往，因为我是一名党员，当国家需要的时候，应当舍小家为大家，义不容辞为国奉献。

记：在正式开启志愿服务之前，您都做了哪些准备工作？

郭：为了提前熟知工作内容，在

时光飞逝，光阴如梭，绿叶垂枝，阳光正好。这个学期伴着盛夏的来临也悄然进入尾声，期末的考验也如约而至，校园里也不难看到备战期末的同学们，有的在图书馆拿着专业课本认真复习的，有的在楼道走廊里大声背诵的，还有教室默默自习的……期末于我们不仅仅是一个简单考试，更是对我们平时上课情况的一种检验，对这半年中的学习状态和认真程度的考察。因此，我们要更加注重期末考试，也要更加注重平时的积累。在这里笔者有几点建议，希望可以帮助到正在备考中的学生们。

首先，自律自强，踏实努力。自律不是随心所欲，而是自我主宰。这一学期是非常不平凡的一个学期：受疫情影响，在本学期我校实行闭环式管理，授课方式以线上为主。在家的文化与传播学院张同学说：“因为寒假疫情影响，没有返回学校上课，所有课程都是在家线上学习，在上课时难免会有走神、不专心的情况发生，也有的时候很难集中注意力听讲。”诚然，有时因为设备和网络问题也会影响同学们的学习质量，另外没有老师监督也会出现早退的想法，这时自律显得尤为重要：踏实地做好每一节课笔记，认真预习复习；不早退不旷课，认真上好每

一节课；查看复习老师上课勾画的重点……自律方能自强，让我们一起坚持自律勤奋的学习吧！其次，合理安排复习内容和时间。信息技术学院的李同学在被问到复习进展时说道：“最近很多事情都赶在一起，英语四六级考试、学生会换届、志愿活动等，有的时候实在是赶不及认真复习。”恩格斯曾说：“利用时间是一个高级的规律。”在利用时间和安排复习内容时笔者有几个小建议：第一，笔记和复习资料尽量提前准备好，上网课时可以通过截屏、看回放等方法来记录没有记好的内容，方便后期复习有条不紊，同时，提前将老师发的复习资料打印好，利用碎片化时间去复习和背诵；第二，复习顺序也要安排得当，首先要复习重要且自己不熟的课程，确保学会老师上课讲得重点，再复习简单易懂且自己较熟悉的课程，保证每个科目都复习一遍；第三，看好自己的考试时间安排，可以根据考试科目的前后顺序进行合理规划，在短暂的复习时间内做到保质保量完成复习！最后，做好心态的调整。心态调整对考试发挥极其重要，当保持轻松的心态时，以前不太会的题目也有可能迎刃而解；当心态紧张焦虑时，可能会因马虎粗心等问题而丢掉分值。商学院王同学关于如何保持好的考试心态时这样说道：“在考试时，调整好心态，多想一些好的方面，多注重自己会的做对就行，不要给自己太大压力，同时也要认真复习，这样焦虑自然会缓解很多。”当然，当复习焦虑时，也可以通过听一首喜欢的歌曲，看一部励志电影，去操场跑步来缓解焦虑不安的心情。在喧嚣焦虑的世界做自己就好，但最重要的还是通过认真复习的行动来缓解焦虑。

征程正未有穷期，不待扬鞭自奋蹄。在追逐梦想的征程中没有期限，每个人都在为了梦想努力奔波、披星戴月。随着期末考试一天天临近，愿同学们在期末中能取得一个让自己满意的

正式开启志愿服务之前，我参与了各种培训和相关课程，参加了无数次的奥组委线下培训、线上会议、IOC线上培训、OBS线上会议等等，阅读了大量的相关书籍以及相关文件。积极做好线下的志愿者培训、与远道而来的外国新闻工作者进行工作交流。

记：您在本次冬奥服务主要负责哪方面的工作？

郭：冬奥会开始前，我需要协调场馆各业务领域制定工作计划，督促场馆媒体中心、混合采访区等功能区设施施工建设，规划媒体临建设施室内布局及家具白电需求报送等，撰写每日运行计划、应急预案等前期筹办的众多材料。冬奥期间，我负责接待各国媒体，进行媒体中心播报讲解，在混合采访区为获奖运动员的采访和新闻提供服务。在小闭环期间，我全权负责接待密接的外方工作人员。每天赛前我都会在媒体工作区域为各国新闻记者进行当日赛事的中英文播报。作为这场盛会的参与者和见证者，

每天的工作都需要我们投注更高的专注度与专业度。

记：本次冬奥志愿之旅有发生什么让您印象深刻的事情吗？这些事情给您

郭：在元宵佳节期间，我与媒体中心的志愿者们向外国友人对中国的元宵节作了详细介绍，我记得当时外国媒体们都深深沉浸在我们的讲解中，自发地响起了热烈的掌声，这使我亲身感受到了中华文化的魅力。

记：冬奥会的志愿之旅应该是一次宝贵的经历，本次冬奥之旅您最大的收获和意义是什么，能和我们分享一下吗？

郭：最强大的力量是同心合力，最有效的办法是和衷共济！面对挑战，所有人敢于承担，不惧困难，对于我而言，这次活动也让我对今后的教学工作坚定了信心。北京冬奥会志愿服务工作的经历，让我在面对以后的困难时能更加无畏和无惧。冬奥会不仅仅是一场盛会，更是一场展现中国自信的盛宴。冬奥会的成功让我感受到团结一心的力量是如此的振奋，这也是我人生阶段的一次重要历练，它让我清楚，人生有许多条道路，每条道路都有不同的风景。荣获的北京冬奥会和冬残奥会的“河北省先进个人”称号，更是对自己今后工作的激励。

记：在经历过本次冬奥会的志愿服务之后，对在校的同学们有什么寄语吗？

郭：珍惜学生时代，珍惜美好的青春年华。希望每一位经贸学子都能践行奥林匹克精神，多多参加志愿活动，迎难而上，为国家和社会奉献自己的一份力量，做有志的中国青年！

最有方法的是和衷共济！面对挑战，所有人敢于承担，不惧困难，对于我而言，这次活动也让我对今后的教学工作坚定了信心。北京冬奥会志愿服务工作的经历，让我在面对以后的困难时能更加无畏和无惧。冬奥会不仅仅是一场盛会，更是一场展现中国自信的盛宴。冬奥会的成功让我感受到团结一心的力量是如此的振奋，这也是我人生阶段的一次重要历练，它让我清楚，人生有许多条道路，每条道路都有不同的风景。荣获的北京冬奥会和冬残奥会的“河北省先进个人”称号，更是对自己今后工作的激励。

记：在经历过本次冬奥会的志愿服务之后，对在校的同学们有什么寄语吗？

郭：珍惜学生时代，珍惜美好的青春年华。希望每一位经贸学子都能践行奥林匹克精神，多多参加志愿活动，迎难而上，为国家和社会奉献自己的一份力量，做有志的中国青年！

郭：最强大的力量是同心合力，最有效的办法是和衷共济！面对挑战，所有人敢于承担，不惧困难，对于我而言，这次活动也让我对今后的教学工作坚定了信心。北京冬奥会志愿服务工作的经历，让我在面对以后的困难时能更加无畏和无惧。冬奥会不仅仅是一场盛会，更是一场展现中国自信的盛宴。冬奥会的成功让我感受到团结一心的力量是如此的振奋，这也是我人生阶段的一次重要历练，它让我清楚，人生有许多条道路，每条道路都有不同的风景。荣获的北京冬奥会和冬残奥会的“河北省先进个人”称号，更是对自己今后工作的激励。

记：在经历过本次冬奥会的志愿服务之后，对在校的同学们有什么寄语吗？

郭：最强大的力量是同心合力，最有效的办法是和衷共济！面对挑战，所有人敢于承担，不惧困难，对于我而言，这次活动也让我对今后的教学工作坚定了信心。北京冬奥会志愿服务工作的经历，让我在面对以后的困难时能更加无畏和无惧。冬奥会不仅仅是一场盛会，更是一场展现中国自信的盛宴。冬奥会的成功让我感受到团结一心的力量是如此的振奋，这也是我人生阶段的一次重要历练，它让我清楚，人生有许多条道路，每条道路都有不同的风景。荣获的北京冬奥会和冬残奥会的“河北省先进个人”称号，更是对自己今后工作的激励。

作师情为真 栅栏系真情

学生记者 王子娜

疫情防控期间，老师们用关爱诠释师者仁心，用行动彰显责任担当，用奉献展现初心使命。不同的方式、相同的爱意，老师们持之以恒地坚守属于自己的“阵地”：线上授课，孜孜不倦；申请入校，义无反顾。而这其中，师为真老师别出心裁，为同学们开设了不同寻常的“栅栏课堂”。

一处栅栏连牵挂，师为真老师对学生有浓浓关怀之情。在校园封闭管理期间），师为真老师虽然不能进入校园，但始终挂念着自己的学生。因为合唱与指挥合唱不仅仅需要课本的知识，更需要实践练习。线下教学时，老师可以手把手进行指导，及时解决学生不懂或者易错的问题；也可以进行有效的课堂组织，根据学生的上课情况调整上课内容，以此提高教学的质量。而这些都是线上教学所不能比拟的优势，在线上学习时，老师既不能得到及时反馈，也无法让所有人开麦进行合唱。心系学生，为了在疫情防控下刺激学生的演唱的欲望，随时指导学生达到更好的教学效果，传授更多专业技能，师为真老师从网络上看到的室外合唱团视频中得到了灵感，选择了“栅栏课堂”。

家属院、栅栏前，学生与老师在栅栏内外组成了一道“靓丽风景线”。学生们在栅栏内整齐地排好队，师为真老师在栅栏外拿着书指导。如果说这样的教学方式还有什么困难时，师老师笑着说：“虽然能亲眼看到学生的上课情况，但在上课时还是不能更加近距离和有效的指导，恨不得钻进去啊！”

师为真老师对学生有浓浓挂怀之情，对学生有厚长期盼之情，对学生的真情也得到了学生们温情反馈。栅栏系真情，作师情为真，这就是师者仁道，这就是经贸老师的风采与担当。

师为真老师对学生有浓浓挂怀之情，对学生有厚长期盼之情，对学生的真情也得到了学生们温情反馈。栅栏系真情，作师情为真，这就是师者仁道，这就是经贸老师的风采与担当。