

教师资格考试《综合素质》最新写作素材

一、优秀人物

1. 苏翊鸣夺冠

北京冬奥会单板滑雪男子坡面障碍技巧赛，17岁的小将苏翊鸣两次挑战高难度的1800动作，拿下88.70高分，最终获得银牌。这是中国体育代表团北京冬奥会首枚雪上项目奖牌，也是中国单板滑雪首枚冬奥会男子项目奖牌。

北京冬奥会，苏翊鸣用一金一银两块奥运奖牌一鸣惊人。年仅17岁的他，突破了中国运动员在单板滑雪项目中的最佳成绩。这荣耀的背后，除了天赋，是日复一日的拼命努力。曾有媒体拍到过苏翊鸣存放滑雪装备的房间，其中有4块断裂的滑板格外显眼，而这仅是苏翊鸣一周之内划断的在与他同岁的选手中，他的训练量是最大的，而且大多数滑雪运动员都是经过了数十年的训练，而苏翊鸣却能将时间缩短几倍，达到同样的水平，这不仅需要天赋加成，还需要常人无法想象的努力。天赋是这世上最被高估的东西，努力才是一个人变强的最终因素。

2. “天才少女”谷爱凌

在北京冬奥会自由式滑雪女子大跳台的比赛中，谷爱凌用一个此前从未做过的难度动作，获得冠军。这也是中国运动员在该项目中历史性的突破。此前，随着北京冬奥会的到来，「谷爱凌」逐渐成了一个最受关注的名字。但绝大多数人对她的了解仅限于「天才」、「学霸」、「冠军」等标签，而谷爱凌的人生远比这些标签丰富、有趣得多。

“志不求易者成，事不避难者进。”2022北京冬奥会自由式滑雪女子大跳台决赛中，当所有人都以为谷爱凌会在第三跳中做出熟悉的动作争夺银牌时，她却大胆选择此前从未做出的超高难度偏轴转体两周1620度动作，绝杀夺冠。“跨越自己的界限，把自己做到最好，”勇于突破自我、挑战极限，敢于迎难而上、顽强拼搏，谷爱凌用行动诠释“爱拼才会赢”

3. 武大靖

作为短道速滑耀眼人物，武大靖的冠军之路并不容易。10岁开始练习，2010年入选国家队。一开始，几乎没有人看好他，武大靖只能担任国家队女队陪练。武大靖并没有放弃自己，用汗水杀出一条血路。在平昌冬奥会上，他一举夺冠，随后成为了短道速滑队的“一哥”然而，在此之后，由于训练多年积累的伤病，武大靖的突破面临着瓶颈，整体状况不尽人意。

在 2 月 5 日晚的北京冬奥会短道速滑混合团体 2000 米接力比赛中,武大靖和中国队拿下金牌!

“不谋全局者,不足以谋一域”。北京冬奥会短道速滑男子 1000 米决赛中,武大靖在重赛时体力下滑,当任子威超越自己后,他帮其卡住位置并碰了碰任子威的手,示意他“走”。

“只要中国队赢了,我就不算输”,为了国家、为了大局、为了团队,武大靖牺牲“小我”利益,成就“大我”辉煌,让我们看到了“功成不必在我,功成必定有我”的精神境界和精诚团结、密切合作的团队意识。

4. 佩希施泰因——第八次征战冬奥

即将年满 50 岁的佩希施泰因的第八届冬奥会,她至今已摘得 5 枚奥运金牌、2 枚奥运银牌和 2 枚奥运铜牌,许多年轻对手在她赢得第一枚奥运奖牌时还没出生。4 日晚上的开幕式上,这位“滑冰奶奶”作为德国两位旗手之一扛大旗入场,她表示这是永远不会忘记的激动瞬间,而在北京创下的八次参加冬奥会的纪录,也是个人职业生涯的绝对顶峰时刻。

北京冬奥会上,德国 49 岁老将佩希施泰因在比赛中位列最后一名,无缘晋级。然而,她却依然很开心。这是她第八次站上冬奥会赛场,成为世界上参加冬奥次数最多、年纪最长的女性。老骥伏枥,志在千里。正如佩希施泰因所说,“我的双腿老了,但心还年轻”,他们用内心的坚定和对体育运动的热爱与赤诚,在赛场上续写着一个又一个奇迹。

5. “中国的保尔·柯察金”朱彦夫

这位老英雄在长津湖战役中失去双手双脚以及左眼,被医生判定为一级伤残,但即便如此,他依然用不屈的精神战胜了命运的枷锁。

自己打败自己是最可悲的失败,自己战胜自己是最可贵的胜利。”从战场上被救下来的朱彦夫,命虽然保住了,但他失去了四肢,左眼失明,右眼的视力仅有 0.3,对于 18 岁的青年来说,这无疑是毁灭性的。经历过雪与火的考验的朱彦夫很快便坚强下来,身残志弥坚,他不仅重新站起来,还带领村民创造着奇迹;他不仅重新出发,而且还走得更远。

6. 江梦南

江梦南从摸着父母喉咙学唇语,对着镜子练口型,到家乡小镇第一个考上重点大学,这中间经历了无数的苦难;她从自身的不幸到励志从事生物医学科学的攻坚,树立帮助其他不幸人的理想,练就了 30 年了如一日,初心不改的孜孜追求。

尼采在《善恶的彼岸》中这样描述:“命运对勇士低语:你无法躲避风暴;勇士低声回应:我就是风暴。”是的,真正的勇士敢于直面惨淡的人生。江梦南从摸着父母喉咙学唇语,对着镜子练口型,到家乡小镇第一个考上重点大学,这中间经历了无数的苦难。凭借超出常

人数倍的努力，成为清华大学的一名医药学博士，将继续解决生命健康难题，“千万不要因为我听不见，放低了对我的要求和标准。”既然无法躲避风暴，那么江梦南选择“让暴风雨来得更猛烈些”

7. “中国飞人”苏炳添

奥运百米决赛，向来都是黑人运动员的天下，全世界人都觉得，黄种人天生不适合跑步，连10秒大关的门边都摸不着。抱着强烈的决心，他做到了，东奥会男子100米半决赛，苏炳添以9秒83创下亚洲纪录，成为首个进入奥运决赛的黄种人，冲线后，他跪在跑道上，像一头觉醒的雄狮般怒吼着。这一吼，道尽了我们的心声：从今往后，没人敢说黄种人不行！

车尔尼雪夫斯基说：“没有目标，哪来的劲头？”“世界会向那些有目标和远见的人让路。”苏炳添知道了自己与奥运选手的差距后，他给自己制定了目标，首先就是要过10秒区进入9秒区。有了这个既定目标的指引，他不断练习，不断改进，不断提高，终获“中国飞人”“亚洲之光”的美誉。人生中最美好的事情莫过于为了理想而奋斗。为了理想，奔赴目标，一路走来，心中有光芒，脚下有力量，实现了自我，拥有了高光的精彩。

8. 顾诵芬

儿时的顾诵芬曾目睹日本飞机轰炸，立志投身航空事业报国。报考大学时，他填写的所有专业都是航空系；学成之后，他主持研制歼8系列战斗机，开创了我国自主研制歼击机的先河。航空报国70年，他让中国人的脊梁挺得更直！

“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行。”顾诵芬为了解决飞机在跨音速飞行试验中，出现了因气流分离导致的抖振问题，他决定自己上天，亲自观察抖振原因。正因为有了这种身体力行的实践精神，不顾危险的献身精神，才能找到问题的症结所在，才能不断改进技术，才不断推动我国航空科技事业向前发展。血管里涌动报国的火，心灵里深藏强国的梦，一步一个脚印，振长策，击长空，“高山安可仰，徒此揖清芬”。

8. 航天人物

古人云：“志之所趋，无远勿届，穷山距海，不能限也。”有些梦想看似遥不可及，但有志者终能把它变成现实。王亚平，中国首个进驻空间站的女航天员，还是中国首个出舱的女航天员，在看到杨利伟进入太空后的报道之后，为了早日拿到太空入场券，从此她全力以赴，朝着目标全力奔跑，在日复一日的“魔鬼”训练中，一步步地接近自己的梦想。如今她已两度进入太空，成为中国航天史上的耀眼明星。有梦想谁都了不起！

9. 韦东奕

他是比学霸还厉害的学神，江湖人称“韦神”，他生活简朴，为人纯真的形象与天才般

的数学能力形成巨大反差，在网络上引起大家热议。在经济水平快速提升的社会，年轻人较容易沉迷于物质享受，而韦东奕显然是更专注于精神追求，在探索数学奥秘的路上，他怀有赤子之心，简单而淳朴，孜孜不倦追求自己心中的理想和目标。

初心不改，静待花开，都是我的旅途星光。物欲横流的社会中，写在纸上的梦想，似乎开始和我们的初心越来越远。成为富豪、想做网红之类的梦想越来越多，横杠青年在社会中层出不穷，而韦东奕，怀着他那份专注与淡泊开拓人生，不为金钱名利所动，潜心于数学教学和研究，不在意外界对他的评论。

二、社会现象

1. 3.15 晚会

2021 年 3.15 晚会呈现四个符号，“！”号；“？”号；“……”号和“=”号。触目惊心的“！”；拷问良心的“？”；面对制度规范存有缺陷的“……”，社会的腐败，诚信的缺失，道德的畸变，不能只靠自律和政府管制，只有全民参与，才能早日迎来象征着公平公正的“=”。生活在一个公平、诚信、有良心的社会，人民才能有信仰、民族才能有希望、国家才有力量！

2. 爱你，中国！

“国家者载民之舟也，舟行大海中，猝遇风涛，当同心互助，以谋共济。”泱泱中华，上下五千年，多少风雨磨难，几多艰难坎坷，无数仁人志士以鲜血为誓，以生命践言，守护住煌煌华夏的尊严，保卫了万家灯火的安宁。在他们心中，有一种信仰从未改变，总能于黑暗中发出光亮，于危难中透出希望，那就是爱国。

“青年是时代的晴雨表。”如今，“护国之材”成长的担子已经交付我们身上，我们应当以诚爱国心、赤赤报国情护国之茁壮成长，让祖国的明天灿烂如阳。

3. 女足逆转夺冠

2 月 6 日晚，女足亚洲杯决赛，中国女足对阵韩国女足，在上半场 0—2 落后的局面下，女足姑娘稳扎稳打，在下半场追回并反超比分，最终 3—2 战胜韩国队，夺得冠军，创造历史！从半决赛逆转到日本，到决赛逆转韩国，女足的精彩标新不仅让我们看到了她们过硬的实力和顽强的精神，也显现出团结一致的强大力量。无论是得分还是丢球，她们都会团结一心，相互勉励，面对困难，她们紧密联结在一起，共同应对挑战，迎难而上。人心齐，泰山移，团队的力量不在于人多，而在于心齐。

4. 全民健身

在直播领域，刘畊宏一定排得上全网最具话题度的人物之一。从4月7日开始，他的账号从不到300万粉丝，一路飙升至超5500万。一周涨粉超千万，多次登顶热榜。

哲学家康德说过：“自律即自由”，想要获得高度自由就必须保持高度自律。对于成年人来说，无论是工作，生活还是提升学习，拥有自律的习惯，更容易收获自由的生活方式。刘畊宏坚持锻炼的同时，也坚持健康饮食，他的生活非常自律。火出圈后，为什么会得到央媒的点赞，为什么各大官媒也纷纷转载，除了倡导健身之外，在这样一个人心浮躁，追求速成的社会中，他这种自律节制的生活态度确实值得推崇。

5. “教科书式的防疫”——中国好邻居

感染者218号在接到疾控部门电话告知自己是密接后，立即向街道、社区报备，并留在自驾车内等候通知，未进小区。这一行为帮助社区第一时间排查疫情，连夜进行核酸检测确保阴性后第一时间解封，目前社区运行一切正常。

疫情持续两年多来，为了一己私利而置公众利益于不顾，最后引发疫情蔓延的事例，可以说是屡见不鲜。可是在新闻中，总是有这么一群人值得我们赞扬。比如，在最近的热搜上，北京张先生在知道自己是密接人员之后冷静处理，独自在车上自我隔离十余小时，等候通知，让我们不得不赞扬这样“忘小我为大我”的无私行为，张先生“教科书式”的操作，之所以上热搜，被怒赞，源于他极强的个人防控意识，背后更是为他人着想的责任和担当。

6. 珠峰登顶

科考登顶队员携带科考设备，从海拔8300米的突击营地出发，开启科考“冲顶时刻”。这是我国珠峰科考首次突破8000米以上海拔高度，是人类开展极高海拔综合科学考察研究的一次壮举

一代人有一代人的使命，一代人有一代人的担当，一代代中国青年以“小我”的不懈奋斗彰显“大我”的使命担当，践行“无我”的初心誓言。在新时代的赛道上，到处都是奋力奔跑的青春模样。先来看不惧挑战，勇攀高峰的样子。“巅峰使命”珠峰科考圆满完成了峰顶科考综合任务，13名科考登顶队员全员成功登顶珠峰，在珠峰科考任务中创造了多项世界纪录，让五星红旗高高飘扬在世界之巅！

7. 劳动课将成为独立课程

近日，教育部正式印发《义务教育课程方案》，将劳动从原来的综合实践活动课程中完全独立出来，，金秋开学起，劳动课将成为中小学一门独立课程。三大类别、十个任务群，标准中的诸多细节格外生动具体，引发广泛关注。

劳动教育培养的是一种根本性的价值和认知，李大钊说：“一切乐境，都可由劳动而来，

一切苦境，都可由劳动解脱”。托尔斯泰说：“人生的幸福的必要条件并非怠惰而是勤劳”，孩子们或许不能理解这样的话，但是通过收纳清扫把房间整理的焕然一新、通过煎炸煮把美食端上餐桌、通过栽种培育收获瓜果菜蔬、通过细心揣摩让坏掉的收音机重新发声，他们一定能感受到劳动带来的满足和快乐，一旦领悟了劳动的价值，也就更能形成劳动的习惯，对劳动的热爱、对劳动的尊重，也莫不可从其中来。

8. 人教版数学插图

小学教材里面的插画人物形象“丑”，画风诡异等样子引发了很大争议。在引发争议的小学数学教材内容中，插画人物形象怪异，一个一个看着无精打采，根本就没有一点青少年积极鲜活的样子，让人看了非常不舒服。

封面在正确传达图片信息的同时也要传达美感，它影响着人们对一本书的第一印象，也是一本书审美水平的体现。虽说审美具有主观性，但在培养孩子审美的阶段，应该做好基础性引导。作为教材更应该尤其注意，应根据当下时代特色和审美，绘制符合时代风貌的人物插图。

9. 净化网络环境

网络空间是亿万民众共同的精神家园。网络空间天朗气清、生态良好，符合人民利益。网络空间乌烟瘴气、生态恶化，不符合人民利益。——习近平

让我们携手努力，筑牢防护堤坝，净化网络生态，共同营造一个风清气正的网络空间。——《人民日报》

青少年是国家的未来，保护未成年人不仅要在校园中，也要在网络空间中。“护苗”工作意义重大，保护未成年人健康成长，政府和学校义不容辞、责无旁贷。身为教师，也应加强责任感、使命感，为学生的健康成长营造枝叶茂密、生机勃勃的“精神防护林”。

三、文艺作品

（一）《觉醒年代》——民众觉醒了，中国才有希望

【经典台词】

1. 以青春的朝气、青春的理想，唤醒百年沉睡的旧中国，建立青春之中华。——《觉醒年代》
2. 天下的路是留给天下的人走的，有志者事竟成。——《觉醒年代》
3. 生逢乱世，即使命运如蝼蚁，但仍有人心向阳光。——《觉醒年代》

4. 地球即成白首，吾人尚在青春，以吾人之青春，柔化地球之白首，虽老犹未老也。
——《觉醒年代》

5. 在这个浮躁的时代，只有自律的人才有可能脱颖而出，成就大事。
——《觉醒年代》

6. 道德是变化的，真理是永恒的。道德是用来律己的，不是用来责人的。——《觉醒年代》

7. 我愿意当这个急先锋，九死不悔，虽千万人吾往矣。——《觉醒年代》

【经典人物】

1. 李大钊：勇发《青春》之声

1916 年春天，27 岁的李大钊在《新青年》第二卷第一号上发表青春一文。洋洋洒洒数万言，荡气回肠，如一条波涛汹涌的青春之河，承载着他满腔的爱国热情与以报国之志。

在文中，他指出，“以吾人之青春，柔化地球之白首，虽老犹未老也”他呼吁所有青年人“以中立不倚之精神，兼职砥柱中流之责任”，他姑所有革命知识。不在龈龈辩证白首中国之不死，乃在汲汲孕育青春中国之再生”。

2. 胡适：打响新文化运动第一枪

1916 年底，陈独秀收到一篇来自美国的投稿，阅毕，他大为震惊，称赞它是“今日中国文件之雷音”这篇文章就是时年 25 岁的胡适所撰写的《文学改良刍议》。

在文章中，胡适提出文学改良“须从八事入手”：一曰，须言之有物；二曰，不摹仿古人；三曰，须讲求文法；四曰，不作无病之呻吟；五曰，务去滥调套语；六曰，不用典；七日，不讲对仗；八曰，不避俗字俗语。1917 年 1 月《文学改良刍议》在《新青年》发表，一石激起千层浪，赞美声、喝彩声有之，批判声、反对声亦有之。

3. 陈独秀：《新青年》的缔造者

1915 年 9 月 15 日，陈独秀在上海创办《青年杂志》（次年改名为《新青年》），引领新文化运动，“像春雷初动一般，惊醒了整个时代的青年”。在这里，陈独秀发表《敬告青年》，对青年提出六点要求：自由的而非奴隶的，进步的而非保守的，进取的而非退隐的，世界的而非锁国的，实利的而非虚文的，科学的而非想象的。在这里，毛泽东以“二十八画生”为笔名发表《体育之研究》。在这里，胡适发表《尝试集》，这是中国历史上最早的新诗；鲁迅、陈独秀、刘半农、钱玄同、周作人等撰写“随想录”系列杂文，针砭时弊、呼吁解放，这是中国历史上最早显示白话文艺术特质文体之一。

4. 蔡元培：时代浪潮下的定海针

1919年5月2日，蔡元培在北大召集学生代表开会，指出国家内忧外患的危急局面，号召大家奋起救国。1919年5月3日，蔡元培批准“五四”游行动员相关会议的召开，并让总务课给学生提供起草宣言的纸张。1919年5月4日，教育部责令蔡元培“严尽管理之责”，开除不通守约束、参加示威游行的学生。蔡元培回校后却向学生们承诺：“我是全校之主，我自当尽营救学生之责。”为了救出被捕学生，他日夜奔走，拜访、求情、静坐，甚至不惜以身家作保释。1919年5月7日，被捕学生全部获得释放。被捕学生之一许德珩在《吊吾师蔡子民先生》中写道：“先生是那样沉毅而慈祥的，含着眼泪，强作笑容来鼓励学生，安慰学生，那种慈祥伟大的精神，是值得我们今日多多的回忆，是值得我们办教育的人多多效法的。”

5. 鲁迅：透过“狂人”看觉醒

1918年5月，拿到最新一期《新青年》的读者第一次读到用现代白话文写的小说，也第一次认识了“鲁迅”这个名字。这篇小说便是《狂人日记》，它借患有“迫害狂”的疯癫“狂人”之口，揭露了封建传统文化中诸多隐藏的罪恶。我翻开历史一查，这历史没有年代，歪歪斜斜的每页上都写着“仁义道德”几个字。我横竖睡不着，仔细看了半夜，才从字缝里看出字来，满本都写着两个字“吃人”。

“狂人”在怀疑中发现，在反思中对抗，但最后却悲哀地意识到，自己也是这罪恶的参与者。我未必无意之中，不吃了我妹子的几片肉，现在也轮到我自己，有了四千年吃人履历的我，当初虽然不知道，现在明白，难见真的人！在诸多文学所塑造的觉醒者之中，“狂人”这个形象无疑是极为特别的。他不仅对他人、对社会、对历史进行了深刻的批判，还对自己进行无情的剖析。

6. 毛泽东：从书斋到江湖

1917年4月1日，毛泽东第一次以“二十八画生”为笔名在《新青年》发表《体育之研究》。这篇文章将“强体育”与“强国力”相联系，指出：“欲文明其精神，先自野蛮其体魄。苟野蛮其体魄矣，则文明之精神随之。”

1917年暑假，毛泽东在《民报》上读到两个学生徒步游历全国的故事，大受震撼，于是决定与好友萧子升在湖南进行徒步“游学”。这次“游学”，可谓是“野蛮体魄”与“文明精神”的完美结合。

两人身无分文，只带了雨伞和简单衣物就踏上了旅途。一路上，他们依靠写对子、抄帖子维生，历时一个多月，走了九百多里路，足迹遍及长沙、宁乡、安化、益阳、沅江等地的乡镇。在“游学”中，毛泽东结识了社会上形形色色的人物，聆听他们的所见所闻，对民生

民情有了更为真实、深刻的认识与思考。在书斋之外，在江湖之间，他亲眼目睹了古老而衰颓的中国，心中也逐渐凝聚起一种愈发强烈的救国使命。

7. 周恩来：思想涌动于狱中

“十月革命的一声炮响，给我们带来了马克思主义。”1917年，无疑是一个思想激荡的历史节点，对于青年时期的周恩来亦如是。当时留学日本的他，立刻就被这场划时代的革命吸引了。他疯狂搜集各类相关报道，认真研究这一震撼世界的事件所依据的理论基础。

1919年初，中国在巴黎和会上就山东问题的交涉彻底失败，日本的中国留学生纷纷举行集会 and 游行活动。而在北京，以段祺瑞为首的军阀政府屈服于帝国主义的壓力，无视民众的游行抗议。于是，周恩来决定放弃在日本的入学考试，于1919年4月回到中国。

回国后，21岁的周恩来迅速投入革命之中。他与19名青年男女共同成立觉悟社，成为天津学生爱国运动的中坚力量。创社第5天，李大钊应邀到社内举办座谈，称赞道：“你们10男10女一个社，真是个创造。”

8. 陈延年：用生命谱写青春之歌

少年自有少年狂，二十几岁的年纪，他怀揣着救国救民的一腔热血与赵世炎、周恩来一起创建旅欧共产主义组织，并担任宣传部长，为中国解放革命事业做出巨大贡献。

1927年，在白色恐怖笼罩下的上海，陈延年不顾危险，部署工作，寻找失散同志，恢复和重建党组织，积极开展斗争。6月26日，陈延年遭国民党军警逮捕，敌人为了得到上海中共组织的秘密，对陈延年用尽酷刑，将他折磨的体无完肤，但他以钢铁般的意志，严守党的机密，宁死不屈。

7月4日，陈延年被押赴刑场，刽子手喝令他跪下，他却高声回应革命者光明磊落、视死如归，只有站着死，决不跪下！最后被乱刀砍死，时年29岁。他自风雨和苦难中而来，如光般耀眼，却倒在了黎明到来之前。今年是陈延年牺牲94周年，铭记历史，缅怀先烈。

这些年轻人，他们才是真正的青春之少年，也最能代表青春之中国，他们的前赴后继让中国雄于地球。

他们的青春生活，有峥嵘岁月，一起忆往昔；有风华正茂，可以挥斥方遒；有书生意气，共同指点江山；有谁主沉浮，为中华谋出路。

【精彩语段】

1. 生而平凡，就该有搏击长空的鸿鹄之志；不甘平庸，就该有直挂云帆济沧海的勇气魄力；站在山脚，就该有会当凌绝顶的远大理想。正如李大钊在《青春》一文中以雄浑激昂之势号召青年“要以青春的朝气、青春的理想，唤醒百年沉睡的旧中国，建立青春之中华。”

为人者，该如鲲鹏，胸怀大志，韬光养晦，待羽翼丰满，扶摇而上九万里。

2. 天下的路是留给天下的人走的，有志者事竟成，心怀远大理想，锦鲤可跃龙门，蝼蚁亦能筑起千里之穴。正如冯梦龙有感而发：“男儿不展风云志，空负天生八尺躯”，拿破仑发出：“不想当将军的士兵不是好士兵”的呼声；陈胜吴广喊出：“王侯将相宁有种乎？”的呼声。我们的征程是星辰与大海，心里要有梦，眼里要有光，朝着自己的目标努力终有一天可大展宏图。

3. 愿中国青年都摆脱冷气，只是向上走，不必听自暴自弃者之流的话。能做事的做事，能发声的发声。正如电视剧《觉醒年代》所说的：“生逢乱世，即使命运如蝼蚁，但仍有人心向阳光。”作为青年一辈，我们理应有一份热，就发一分光，同萤火一般，在黑暗里发光，不必等候炬火。

（二）《长津湖》

【精彩句子】

1. 谁也不能阻止中国人民对和平生活的追求，谁也不能够侮辱中华民族的尊严。
2. 愿山河无恙，人间皆安。
3. 凛冬已至，激情燃烧的青春舍生赴死。
4. 所谓英雄，就是能打破逆境的人啊！
5. 没有哪一个春天会迟到，但是有人却永远留在了寒冬。
6. 愿你我努力而向上，不负时光不负己心，不负英雄不负祖国！
7. 峥嵘岁月，永不褪色；热血山河，赤诚赞歌！
8. 岂曰无碑，山河为碑；何用留名，人心即名。
9. 去时少年身，归来甲子魂。山河亦无恙，巍巍葬忠魂。
10. 千里刀光影，万里赴戎机。他们的热血征程，是中国梦的万里晴空。
11. 绿水本无忧，因风皱面；青山原不老，为雪白头；战争总无情，英雄的长存浩气，让人动容；赤子丹心昭日月，英雄肝胆映山河！

【精彩段落】

1. 《长津湖》被专家称为新时代战争影片标杆之作。它以恢弘的笔调，史诗般地呈现了抗美援朝战争中的长津湖战役，讲述了一个志愿军连队在极度严酷环境下坚守阵地，奋勇杀敌的感人故事，塑造了将青春、热血与生命化作守护祖国的铜墙铁壁的志愿军战士的英雄群像。饰演男主角的吴京说：“影片中有一句台词：‘我们把该打的仗都打了，我们的后辈就不用打了。’这凝聚了先辈们的心声。”抗美援朝战争的目的就是为了保家卫国，保卫人民

的胜利果实。影片传递出的精神和信仰，就是始终坚持人民立场、人民至上，我们的军队才能激发出无往而不胜的强大力量，战胜强敌。观众通过影片也记住了这些为了后辈而牺牲的先烈。——人民网

2. 纪念，是为了更好地传承，是为了不忘英烈们的追求与遗志，不忘他们为国家和人民做出的伟大牺牲，不忘他们用热血与赤诚铸就的崇高精神。今天，我们正前所未有地接近实现中华民族伟大复兴的目标，前所未有地具有实现这个目标的信心和能力。传承英烈精神，汲取奋进力量，书写新的恢宏英雄史诗，正是时代赋予我们这一代人的伟大使命。——人民网

3. 《长津湖》电影海报上的几个字，就已经点燃很多人的泪点。这是对英烈的崇尚，是对英灵的致敬，更是对抗美援朝这一“立国之战”的不忘。对于观众尤其是青年观众而言，在“内卷”“佛系”“躺平”等字眼流行的今天，观看一场主旋律电影，不仅是一次振奋人心的文化体验，也是让整个国庆假期“燃起来”的重要载体。中国在百年之间发生了巨变，在这个长河之中，国庆假期的繁华如斯正是其中一个精彩的“浓缩”。当更多人在电影院的光影叙事中看懂了我们如何从“筚路蓝缕”走到“玉汝于成”，我们更会对“国庆”二字有触动内心的震撼与共鸣。——光明网