

战役深刻故事

上海师范大学第二附属中学 高一（1）班 胡旻峰

在这一次新冠肺炎的疫情中，我妈妈做为医务人员特别了解这次战役的事情，我从妈妈那里了解了很多的知识。在这次阻击疫情过程中，无论是奋战在战“疫”一线的医务人员，还是坚守在其他岗位的工作人员，甚至是足不出户的普通群众，无不体现出诚挚的赤子之心和深厚的爱国之情。紧要关头，各路勇者挺身而出，病魔展开激烈斗争。84岁的钟南山院士在疫情发生之后第一时间带队奔赴武汉。从他们身上，我们看到了院士的专业、战士的勇猛和国士的担当。

在疫情中，妈妈和其他医务人员与时间赛跑，日夜奋战，铸就了战“疫”前线的坚强堡垒。如果说专业的人在一线为专业的事而操劳，那么非专业的人们也从未袖手旁观。无数企业和个人纷纷献出爱心，努力做着他们觉得“不足挂齿”而又令人动容的事情，用他们的温情和行动冲散了一切恐慌和焦虑的阴霾。除了这些战“疫”前线的“最美逆行者”和战“疫”后方的坚强“战士”，全国人民响应号召，“宅”在家里为战斗贡献自己的力量。面对疫情，我们每个人都深切感受到了家国情怀和社会主义大家庭的温暖。在这种爱国主义精神的引领下，我们必将取得这场战斗的胜利。

我认为：爱国主义是凝聚人心、鼓舞士气、团结奋斗的一面旗帜，是推动中国特色社会主义事业不断前进的力量源泉，也是中华民族共有的精神支柱。我们要锻造心理韧性，提高心理素质。心理韧性是我们对逆境、创伤或威胁等重大压力的良好适应，心理韧性的强弱直接影响着我们生活质量的高低。没有良好的心理韧性，再崇高的人生理想也将难以实现。此外，我们还要培养我们的健康行为，来提高身体素质。行为健康是身心健康的重要标志，因此，促进健康行为的养成是健康教育的核心。健康行为集中体现了一个人的健康水平和环境适应能力，是我们做事创业的前提和基础。

最后，面对新形势新问题，要通过身心健康教育，帮助我们尽快适应社会发展的新要求和新变化，使我们不仅能在风和日丽中驰骋，而且能在风雨交加时奋进。在这次的肺炎疫情中，妈妈一直提醒我要勤洗手、少出门、多做锻炼，为这次疫情做贡献，听从专家的建议，做一位好的中国人。