# 征文(陈子洋)

来源：网络 作者：风华正茂 更新时间：2025-04-08

*第一篇：征文(陈子洋)读《第七条猎狗》有感江东二小601班 陈子洋书——教育家说是智慧的钥匙；书——科学家说是攀登高峰的阶梯；书——革命家说是终生的伴侣；书——求知者说是良师益友。一本好书，可以令人难以忘怀。读了著名动物小说大王沈石溪的《...*

**第一篇：征文(陈子洋)**

读《第七条猎狗》有感

江东二小601班 陈子洋

书——教育家说是智慧的钥匙；书——科学家说是攀登高峰的阶梯；书——革命家说是终生的伴侣；书——求知者说是良师益友。一本好书，可以令人难以忘怀。读了著名动物小说大王沈石溪的《第七条猎狗》，令我难以忘怀！

这本书讲的是讲的是人与狼、狗和豺三种动物的故事。如：作者在山洞里冒着被狼吃的危险，变成“公狼”，照顾他的“孩子”与“妻子”，在山崖边带着狗群，去追狡猾的狼和狈；在山林中捕捉偷吃羊羔的“白狗”；在村里和“灾之犬”花鹰生死相依„„，沈石溪遇到的事都与平常不太一样。

在《狗》中，《藏獒渡魂》最充实而又最惊险的语言吸引了我。此故事说藏獒在刚出生的时候要与刚出生的小羊羔同养，被称为“渡魂”。成功的藏獒是狗中上品，而失败的藏獒却与一般的狗没什么两样。主人公买了只失败的藏獒，名叫曼晃，它为主人的野外观察作出了很大的贡献，完成了主人无法完成的梦想。但是，曼晃生性凶猛，与其他弱小动物水火不容，大部分动物遇见它，都会落荒而逃，他也杀死了许多落入他手的小动物。于是主人想把它送走。可就在第二天，发生了一件意想不到的事，改变了曼晃的命运。早上，一只雪豹与曼晃争夺一只母羊与小羊，最终母羊与雪豹同归于尽，而曼晃却没有照例去吃了小羊羔，而是把小羊给了主人，还第一次摇起了那油光闪亮的尾巴。

在《狼妻》中。讲述了作者的捕兽夹夹死了一只大公狼，不久后，作者偶尔听到了狼的叫声，同行的朋友告诉他，那是母狼在呼唤

那只被夹死了的公狼（当然，母狼并不知道公狼已经死了），便突发奇想，想披上狼皮，假扮成狼。此后，作者担当起“丈夫”的职责，每天都为母狼和狼崽们“叼”一只公鸡或者其他食物。但是作者的伪装并没有继续下去，终于有一天，母狼向作者发动了攻击，但是最后母狼却放开作者，把别的狼驱赶走，用一种混合着仇恨、感激、憎恨、谅解的十分复杂的眼光最后看了坐在这一眼，叼着披在作者身上的那张狼皮，追赶它的伙伴们去了。

这些故事告诉我们：其实动物和人类一样的，动物与动物之间也存在着仇恨、友情„„只要是人的情感，每个动物身上都有。所以说我们应该保护动物，虽然我们不知道它们的心里面在想些什么，但是只要你用什么方式来对待它们，它们就会用各种方式来回报你的。我们人类要与自然应和谐相处，勿到处乱砍滥伐，乱捕乱杀，别让小鸟没了家园，让绿洲成了沙漠，一些动物濒临灭绝。

**第二篇：课程设计陈洋**

混凝土与砌体结构课程设计计算书

010940108

陈洋

一、目的与要求

1． 设计目的

本课程设计是钢筋混凝土结构课程的重要实践环节之一。通过本课程设计，使学生对钢筋混凝土楼盖的组成、受力特点、荷载计算、内力分析、荷载组合及板、次梁、主梁配筋设计等有较全面、清楚的了解和掌握，为从事实际工程设计打下基础。

2． 设计要求

（1）设计一个混凝土结构时，需对其使用要求、材料规格、施工条件以及经济合理等一系列实际问题，进行综合比较，选定合理的好方案。

（2）应逐步掌握和提高综合各种因素进行分析比较的能力，为正确设计打下良好的基础。（3）注意建筑结构与建筑力学的相同处与不同处。在解决实际工程问题时，要注意理论的适用范围和适用条件，切勿盲目乱用。

（4）在进行本课程设计的过程中，对课堂理论教学内容进行全面的检验，找出薄弱环节，巩固本课程理论教学成果。

（5）要求绘图准确整洁。

二、基本设计资料

（1）结构形式

某工厂仓库，采用多层砖混结构，内框架承重体系，采用钢筋混凝土现浇单向板肋形楼盖，层高3.9m ,平面布置见下图。

外墙厚370mm，钢筋混凝土柱截面尺寸为500 x 500mm，楼盖为现浇钢筋混凝土肋梁楼盖，其平面布置如图所示。板伸入墙内120mm；次梁、主梁伸入墙内250mm、370mm。

图中

L1=5400

L2=6600

设计中尺寸组合由指导教师确定。

（2）楼面做法

20mm厚水泥砂浆地面，钢筋混凝土现浇板，15mm厚石灰砂浆抹底。

（3）荷载

永久荷载：包括梁、楼板及构造层自重。

钢筋混凝土容重： 25 kg/m3 水泥砂浆容重： 20 kg/m3 石灰砂浆容重： 17 kg/m3 分 项 系 数： ґG =1.2。

可变荷载：楼面均布活荷载标准值楼面活载 5.5kN/mm，分项系数ґ2=1.3（4）材料选用

混凝土：C25 钢 筋：纵筋HPB335 箍筋HRB235

三、设计计算内容

（1）结构布置：（确定柱网尺寸，主梁、次梁布置，构件截面尺寸，绘制楼盖平面结构布置图。）

板厚：工业建筑的楼板最小厚度为80mm，1800/80=22.560.83kN·m 所以次梁跨中截面均可按第一类T型截面计算，次梁正截面受弯承载力计算如下表

截面位置1b(b`f)1752M60.83αs0.017ζ0.017As492.8选用钢筋2Ф14+Ф16实际配筋面积508.9

（a）验算截面尺寸

B200-60.830.1480.161531.53Ф16603.02170041.820.0120.012337.92Ф10+Ф16358.4

因为hw=h-h＇f=450-80=370mm,hw/b=370/200=1.85Vmax=74.58kN 故截面尺寸满足要求。

(b)计算腹筋用量

采用Ф6双肢箍筋,按剪力最大的B支座左侧截面进行计算，有Vcs=0.7ftbho十1.25fyvAsv/sho 0.7ftbho=0.7X1.27X200X415 =73.8kN≈74.58kN=VbL, 初步按构造配筋，选配Ф6@200（c）验算最小配箍率ρsvmin=0.24Xft/0.8fy=0.157% 实际Psv=Asv/bs=57/200X200=0.1425% 故s=Asv/Psvb=57/0.157%X200=181.5 可取s=180mm（4）主梁设计：按弹性方法计算主梁的内力，绘制主梁的弯矩、剪力包络图，根据包络图计算主梁正截面、斜截面的承载力，并绘制主梁的抵抗弯矩图及配筋图。斜截面受剪承载力

主梁按照弹性理论计算

由次梁传来恒载 7.68\*5.4=41.47kN 主梁自重 25\*2.1\*0.3\*（0.60-0.08）=8.19kN 主梁粉刷 17\*2.1\*0.015\*（0.60-0.08）\*2=0.56kN

-------------------------恒载标准值 50.22kN 活载标准值 5.4\*2.1\*5.5=62.37kN 恒载设计值 G=50.22\*1.2=60.26kN 活载设计值 Q=62.37\*1.3=81.08kN（2）计算简图

边跨：Ln1=6300-120-200=5980mm 因为0.025Ln1=149.5mm>a/2=120mm 取Lo1=Ln1+a/2+b/2=5980+120+200=6300mm 中跨：Lo2=6300mm

主梁为等截面的三跨连续梁，可查附表计算系数计算内力，其在各种何在作用下的内力计算和不利组合如下

内力不利组合:①+② , ①+③ ,①+④

M10.24492.630.2291170.289147.6-0.045-22.99209.63240.2369.64M=k1GL+k2QL弯矩（kN·m）MBM2-0.2670.067-101.425.44-0.3110.17-158.986.84-0.133-67.94-0.133-67.94-260.3-169.34-169.34-0.133-67.940.2102.2112.28-42.5127.64Mc-0.267-101.4-0.089-45.46-0.133-67.94-0.133-67.94-146.86-169.34-169.34 V=k3Q+k4Q 剪力（kN）VaVBLVBr0.733-1.267144.17-76.3560.260.68955.860.86670.22-0.133-10.78100.03114.3933.39-1.311-106.3-1.134-91.94-0.133-10.78-182.65-168.2987.131.22299.0800181.08159.3460.26141.34内力组合12341+21+31+4根据上表中的截面内力绘出弯矩和剪力包络图

承载力计算

主梁采用C25混凝土，α1=1，fc=11.9N/mm2,ft=1.27N/mm2, 纵筋HRB335，fy=300N/mm2,箍筋HRB235,fyv=210N/mm2,(1)正截面受弯承载力

支座按矩形截面计算，跨中按T形截面计算，翼缘宽度： b`f=1/3\*6300=2100Vmax=182.65kN 2 计算腹筋用量

因为0.7ftbho=0.7\*1.27\*300.565=150.7kN 与最大剪力Vmax=182.65kN相差不大 故可按构造配筋，只需满足最小配箍率 按照最小配箍率

ρsvmin=0.24ft/fy=0.24\*1.27/210=0.145%

试用Q8 得s=Asv/(bρsvmin)=101/(300\*0.145%)=232mm>200mm 改用Q6 得s=Asv/(bρsvmin)=57/(300\*0.145%)=131mm 为方便施工，梁沿全长布置Ф6@130

（3）附加横向钢筋的计算

次梁传来的集中力Fl=41.47+81.08=122.6kN h1=600-450=150mm，附加横向钢筋的布置长度为： s=2h1+3b=2\*150+3\*250=1050mm,在次梁的两侧各布置 3排双肢Q8的箍筋，间距200mm，另加1Q18的吊筋，则附加横向钢筋所能承受的集中力 F=2fyAsbsinα+mnfyvAsn =2\*210\*201.06\*0.707+6.2\*210\*50.3 =123.1kN>Fl=122.6kN 满足要求

施工图绘制在后几页

**第三篇：陈悠洋礼仪（模版）**

培训师陈悠洋《企业人员职业形象提升和礼仪培训》

一流的企业，一定具有一流的企业形象。调查研究表明：企业形象的上升或下降，对企业销售额的变化有着重要的影响，客户明显喜欢购买那些公众形象良好的企业的产品。而员工个人形象，作为企业形象的一个重要组成部分，它不是个性的，它承担着对一个组织的印象；它是与客户沟通的工具。

“工欲善其事，必先利其器”，员工是企业绝对不容忽视的一大重点投资。每一位员工都是企业的代言人，但现在多数员工形象气质不佳，且工作状态低迷，不能很好的传达老板的理念和精神。现代社会，服务和产品同样重要。但很多服务人员自身形象素质不高，且在工作中缺乏热情，内心里缺少对服务对象的尊重，导致企业失去很多顾客。针对企业中的这些难题，陈悠洋老师研发了两套金牌课程，帮助企业解决以上问题，通过系统培训提升员工的个人形象及职业素质，并注重服务人员的职业化心态的建立，将无形的服务“有形化、规范化、系统化”，加上标准化的职业形象塑造，让服务人员在服务过程中赢得客户的好感及信任!金牌课程：

《企业人员职业形象塑造和职业素养提升》《服务人员职业形象塑造和礼仪素质培训》 陈悠洋简介：

高级礼仪培训师、高级形体仪态训练师、美姿美仪训练师。

长期从事企业礼仪培训及个人形象素养提升等方面的培训教学工作，以“内强素质、外塑形象”为己任，服务多家企业及个人，并在多所高校开设讲座，深受学员好评。

在长期的企业教学过程中，广泛接触了各界精英，积累了实用的培训经验，形成了个人独特的分析视角与授课风格，自主研发课程，为客户提供最专业的培训方案。以其独特的培训模式，即心态导入为先，礼仪知识为辅、实战训练为主的培训课程体系，让学员听得懂、学得会、用得上。授课讲究课程内容的企业可操作性和个人可应用性。

主讲课程：

《服务礼仪》《商务礼仪》《电话礼仪》《行为礼仪》《新员工入职培训》《职业形象塑造》《礼仪队标准化训练》

**第四篇：教子有方陈子墨**

教子有方

每个孩子来到我们身边，都是上天赐给我们最好的礼物。我总会对我的孩子说：“你是天上的老天使派下来让我们开心的小天使！”每次说给儿子听时，他都高兴的昂着头。因为他知道因为有了他，爸爸妈妈才会每天都那么开心。在教育孩子方面，我和爸爸也是边学习边教育，经常翻看一些书籍或者和别的家长交流经验。我和大多数家长一样，都希望孩子为人处世有原则，善良，富有责任心，有出息，在健康快乐的环境中成长。转眼间，孩子已经从呀呀学语的小毛头成为一名小学生，在孩子成长的岁月里，我们共同感受成长过程中的甜蜜、欢笑、泪水，失败和成功。在教育孩子时，父母头脑中存在的清晰或不清晰的目标，也同样自觉或不自觉地引导着父母对孩子的教育行为。所以我们家长要多与孩子沟通、交流、互动，随着父母与孩子有意识的思考的深入，清晰的家庭教育目标便会呈现在眼前。以下就是我教育孩子的一点心得体会。

一、对待孩子要用适当方法，我们要做到既不伤害与孩子之间的感情，又让他高兴的听话。

记得这学期刚开学的时候，他放学回家，拿出作业在那停住了，我问他：“你怎么了。”他说：“妈妈，我忘记老师留的什么作业了。”我给同学妈妈打电话问了一下，告诉了他。他写完作业，我过去对他说：“今天你忘了作业，我不训你，也许是刚过完假期的原因。但是我不允许你有第二次这样”。他点了点头。第二天，下午送他上课我还提醒他要注意听讲，记住老师留的作业。他答应着跑进学校。到了下午放学，我接上他第一时间就问他：“留什么作业了？”他没回答我，就是教子有往前走。我也没说什么就回家了。到了家，他说：“妈妈，老师留作业的时候我听了，可是一穿衣服再站队我就忘记了！”我生气了，“这是理由吗？装进脑子里的东西能溜出去？你还是没用心去记。我也不问别的家长了，你去门口罚站，什么时候想起来，什么时候开始写作业！”他在门口站了好久，着急了，我看他的小手在裤子上来回揪，哭着说:“妈妈，我错了，你原谅我吧！如果完不成作业老师要罚站的。”我听了，说：“在家也是罚站，谁要你不注意听老师留作业！”“在班级有好多同学。”我顿住了，儿子长大了，也有自尊心了！我问了同学家长告诉他，他很快就完成了作业。看样是着急了。写完作业，我把准备的小本给他，告诉他：“你把小本放在书包里，老师留作业的时候你就赶紧拿出来记在上面，不要每个字你都记，你用你能看懂的方法把主要的记下来，“好记性不如烂笔头”，这句话是妈妈小时候上课的时候姥爷总对妈妈说的话，知道了吗？”第三天，下午放学我去接他，第一时间就问：“把老师留的作业记到小本上了吗？”他摇摇头。事不过三，我刚要变脸，他嘻嘻笑着，指着自己的小脑袋说：“妈妈，我记到这里面了！”我笑着搂过他。从那以后，他果然记住老师的作业了，没有说再让我去问别的同学家长，有的时候别的家长打电话问我作业，他都急着去告诉。

二、培养孩子好的学习习惯，家长要让孩子从细节做起。

孩子的成长稍纵即逝，我们作为家长要抓住孩子们上小学的这六年，陪伴孩子快乐渡过小学生活。说真的，我儿子的学习成绩在班级里一般，但我在学习这也抓的很紧。学前班的时候我坐他跟前看他写作业，因为他幼儿园的时候基本没动过笔，写作业时总会玩。因为这个我经常批评他，我告诉他：“妈妈什么都惯着你，吃喝玩，我都尽最大程度的满足，但是只有学习和毛病，我是从来不惯你的。”现在一年级了，虽然他写作业用的时间很长，那我也会在他学习和写作业的时候，坐在外屋给他出题、翻看书或者练字，不打扰他。但是我会给他规定时间，如果没写完作业，我也会要他睡觉。第二天很早就叫他起床完成剩下的作业，那样他还清醒，效率好一些。写作业时他有不认识的字或者不理解的题意叫我，我再过去看。他写完作业会拿到我桌子上，我再检查，签字。前几天，数学练习册错了一道题，是在周日做的。他回家不高兴了，怪我不好好检查。我说：“你自己做的作业，错了难道都是我的错吗，作业是我的？”他想想不说话了。告诉我，他粗心了，没有看清图上的小棒，有32根，他看了一眼就写成31根了。其实，我知道，也是我的错，因为家长签字就是先给孩子检查作业，没有错误再签字，可是我没对他说。因为我想他自己养成写完作业检查的习惯，而不是写完作业妈妈检查的习惯。现在他写完作业都会自己看一遍，觉得没错了，再给我检查，不过我还会检查出错误。我告诉儿子：“错题就好像你掉到了坑里一样，这次你没注意看，不小心掉下去了，那下次你走到这里，又看见这个坑，你还会掉下去吗？”他都会呵呵的笑我的“掉坑定理”特别逗。我知道对于一个九岁的孩子，你讲大道理他还是很难理解的，何不把大道理比喻成有意思的事，那样对于他说还是好理解的！

三、做家长的不要让孩子一味的在家学习，看课本。以为那样才会有知识。毕竟处处留心皆学问，走出课本，走出家门，对孩子也是一种学习，而且是轻松高兴的学习。

我们家有个“家庭日”，就是把每个周末下午的时间交给他，陪他一起骑自行车溜达，地点也由他决定，如生态公园、敖包山、人工湖、外环城路。他都喜欢去，到了生态公园，他总是第一时间去扒地上的枯草，看那下面的小绿草出来没。然后看看十二生肖，把家里人的属相都点一遍，然后再看看公园里面工作人员设的牌子，认认字。我在给他解释意思。有次发现了公园新加的地图，特别惊喜，连忙喊我过去和他研究。听到好多小鸟在那叽叽喳喳的叫，他会对我和爸爸说：“百鸟争鸣，老师教我的“。去敖包山，我就给他讲我小时候的事情，他也很愿意听。然后我们在一起大声的喊，大喊就是为了放松身心的，也是一种休息方式。去人工湖，他都忙不过来，看这看那，而且他总是有好多问题会问我们，有很多需要发现分享的东西。有次问我:”妈妈，湖里结冰，怎么高低不一样？“我楞了下，好像真没注意过这个。赶紧翻看手机，然后给他解释：“因为湖中心的温度比四周的温度低得多，冰先在四周开始冻，挤到中间水多，冰就高了。” 其实答案说的不是这样的，我知道按答案解释他听不懂，就按我理解的意思去给他解释了。在树上发现小鸟的窝，也是对于他高兴的事情，我记得他细细的观察了下鸟窝，当时还跟爸爸商量要爬上去看看，那么高太危险了，当然是不能同意的。爸爸只好让他骑脖子上，那样看的更清楚些。他说：“我好想变成小鸟去鸟窝里，还可以和它们一起玩，而且去哪儿都不用走路，飞就可以了。”小家伙的脑袋里都是奇思妙想。回到家还因为鸟窝的事情写了篇日记，而且还把鸟窝的样子画在了日记本上，说要给他的老师看看。去外环城路就是他的地盘了，那边车辆很少，而且经常有玩滑板的孩子，对于家长说，没有车辆的地方就是最安全的了。在他骑车子的时候，我告诉他：“学习就和骑车子一样，你只有不断的蹬车蹬，它才往前走，而如果你不蹬了，它就停下来了。学习也一样，如果你不努力学，你就会落在同学们的身后，越来越远。所以要不断的进取，最后才能到终点。”一直都说“读万卷书，行万里路”。出去旅游对孩子的好处真是是益处多多。我们每年暑假还会陪他出去旅行，因为父母和孩子是一个小团体，互相之间关心体贴照顾。我坐车会晕车，他知道，总会让我喝水，摸摸我的头。还会学爸爸的样子让我倚他的小肩膀睡觉。而且他还学会了怎么样有礼貌的跟陌生人打招呼问事情、问路。会看游乐场里的地图，路标。去大的地方，他知道记周围有特点的标志物记路，因为他知道妈妈是个路盲，从来不记路的。他随时随地发现有意思的事情总会跟我们分享。他适应能力还是较强的，有的地方需要走好长的路，他也不耍赖，就是跟着走。小的时候我怕他累，总会抱着他，后来他大了，根本不要抱，知道妈妈也累。反正走会儿玩会儿的跟着我们。儿子很有爱心懂得分享，他每次旅行回来都会给他的小伙伴·老师 和家里人带礼物。所以家长一定要多带孩子出去旅行，绝对会有你意想不到的收获。

四、家长要帮助孩子养成礼貌待人的好习惯。

家长要做孩子的好榜样，我们要起个表率作用，在每天早晨起床的时候我们都会和孩子

互相问“早”，睡之前也会互相说“晚安”。在孩子上幼儿园起，我就教他要懂礼貌，见到老师和认识的叔叔、阿姨都要打招呼问“好”，别人给东西或帮助了他，他都要说\'谢谢“。走的时候也要打招呼说”再见\"。在与同学相处时难免会有磕磕绊绊，比如：同学不小心碰了他一下，他不会和同学计较。但是如果他不小心碰了同学，他会说：”对不起“。在日常的生活中潜移默化孩子自然就礼貌起来了，孩子礼貌待人后我们要表扬他，他就牢记在心上了做个有礼貌的孩子。

记得我有次看书读到一则寓言。一位农夫得到一块玉，想把它雕成一件精美的作品，可他手中的工具是锄头。很快，这块玉变成了更小的玉，而它们的形状始终像石头，并且越来越失去价值。我们家长也都得到一块玉——可爱的孩子——多年后的结果却是，一些人得到了令人满意的作品，一些人眼瞅着玉石的变化越来越失望。二者的区别，就是后者使用的，常常是锄头。如果把正确的教育方法比喻是一把精美的刻刀；那错误的教育方法就是一柄锄头——当我们手上有一块玉石时，我们必须做的正确，才能让我们的孩子成为一块精美的玉。

**第五篇：陈洋的作文**

文明的进程

俄国的赫尔岑说：“生活最重要的是讲文明、礼貌，它比最高智慧、一切学识都重要。”没有了文明礼貌，就没有了道德的底线，那我们纵然有了高深的科学文化知识，对人对己对社会又有何用？

文明包含了文化，五千年来，中华民族创造了灿烂的文化：汉字是中华文明的符号；四大发明是中华民族的象征；还有历史悠久的文化遗产是中华民族智慧的凝聚，是五千年文明的结晶„„除此之外，中国古代的文明礼仪也是值得敬重的„„

从前，有一个叫孔融的孩子。有一天，他的爸爸买了一篮子的梨回来，一家人都在分梨子吃。孔融的五个兄弟一致决定让年小的孔融先选。四岁的孔融挑了一个最小的梨子，津津有味地吃了起来。大家都问，你为什么要挑最小的？孔融说：“我最小，当然应当吃最小的，大的都留给哥哥们吃吧！”„„这就是家喻户晓的“孔融让梨”的故事。四岁的孔融孝敬父母，尊敬长兄。几千年来，他的故事依然被我们传扬，赞颂„„

中国这个华夏民族是礼仪之邦，是文明古国，五千年来的文明美德自然是说不完，道不尽。但是定眼现在，我们文明行为的体现又到哪去了？如今的热门话题就是“马路上看见老人摔倒，一旁的我们到底该不该扶？”幼儿园的小孩都明白的道理，居然在大人的脑子里转换成了问句！这个话题竟然还能用“热门”这个词语来“修辞”。我很伤感。现在的社会日渐强大，人们的思想却在退步，我们没能继承先人的美德，那就是对不起祖宗！

不过，让我欣慰的是中国还有一个叫雷锋的人！他的一生做了数不尽的好事。有的人曾经用这样的话来形容他：“雷锋出差一千里，好事做了一火车。”现在每年的3月5日被选定成为了“雷锋日”。为了纪念雷锋，同时继承他的精神，在这一天，我们全国都在做好事：给老人让座；上街参加公益活动；在老师的带领下美化城市清洁„„

中华民族创造了灿烂的民族文化，形成了高尚的道德准则和完整的礼仪规范，我们就应该铭记先人的教训，让每一天都成为“雷锋日”。不能有失“文明古国”的美名。

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！