

### 3C 陳暉

很榮幸能和各位領導、老師和同學來到令人心曠神怡的湖南。

此次的學習之旅，能與郴州市第一中學的同學們進行文化交流，體驗了不一樣體系的學習方式。我很榮幸能踏進郴州最好的高中參觀，認識到了內地學校的教育特色，領略到郴州一中的風采，令人的難忘的是學校牆壁上刻畫著各種各樣的經典篇章，比如毛主席的《沁園春·長沙》、周敦頤的《愛蓮說》，都教導著青年人要「出淤泥而不染，濯清漣而不妖」令我十分感動。此外，內地的同學們都很好相處。

第一天，除了蘇仙嶺外，最讓我難忘的是老師們帶我們參觀了中國女排曾經的訓練場。據說，訓練場的場地是他們用竹子搭起來的，當時的中國女排不被看好，但她們不畏艱苦，有的隊員練到哭，甚至練到嘔吐。而即使訓練場木板間有的連接部位不太平整，導致她們訓練時會時常擦傷，但她們仍然熱血沸騰地訓練，為國家拿下一個又一個的榮譽。她們為國家爭光，巾幗不讓鬚眉的精神鼓勵了我，我以後更要刻苦學習，報效社會。

然後，我們參觀了711時光小鎮，知道了先輩們在危險的環境下建設礦山，為國捐軀，為國家的「兩彈一艇」計劃作出了卓越貢獻。我從中領略到中華民族的偉大精神與力量，以及先輩們為我們的幸福生活作出的艱苦奮鬥。今時今日的幸福，得來不易，讓我深刻領略到要做一個對社會、對國家有貢獻的人，正如當天酒店外看到的「少年強則國強，少年富則國富。」

後來，我們成功抵達了長沙，感受到長沙人民的熱情。除了品嚐到了長沙的特色臭豆腐和茶顏悅色奶茶外，更令我難以忘懷的是杜甫江閣。當天伴隨著濛濛細雨，杜甫的一生在我們面前展開，儘管他四處碰壁，但從沒有放棄，發揚著他的愛國情懷，他的詩詞裏抒發了人民百姓的需求以及他對國家的關愛關懷，讓我體會到書本上體會不到的詩人精神，讓我深感欽佩！

通過這幾天的學習交流，令我獲益良多。我嘗試了許多新鮮的事物，也欣賞到了祖國的大好河山，瞭解到內地與香港的差別。我期望回到香港後，能夠發揮這幾天的學習成果，傳承中華文化和湖南人的高尚情操。最後，非常感謝領導們的邀請，老師和同學們的陪伴，這一路走來，謝謝你們的照顧！