

感动湖南

26℃ 湖湘温暖在您身边

A05

三湘都市报·视听频

2026年9月7日 星期一 编辑/黄海文
见习美编/黄艳红 校对/张郁文

三课送入大山 解开青春困惑

大学生两年支教，从队员到队长
不止生理知识，还教女娃自爱自保



志愿团队在给孩子们上课互动。受访者 供图

一颗“种子”的约定：公益之路会一直走下去

两年支教，最让赵敏难忘的是去年一名六年级的小女孩。当得知有组织捐赠卫生巾时，孩子没有局促与羞涩，反而认真地说：“这是一个非常关爱女性的组织。”这句话让赵敏意识到，这门课传递的不只是知识，更是一种被看见、被尊重的力量。

在赵敏看来，短短十几天的支教或许不能立刻改变什么，但就像埋下一颗种子，当这些女孩长大，想起曾经有老师告诉她们要了解自己的身体、要保护自己、要相信自己的力量，这颗种子就会生根发芽。

得知此次获奖，赵敏倍感意外，“没想到自己能力所及的一次普通公益活动会被更多人看到。生理课和公益支教，只要在我能力范围之内，我会一直做下去”。

“我愿意做那个播种的人，一次次走进大山，把这份温暖与力量传递下去。”赵敏语气坚定。

颁奖词

你从自身年少时的困惑出发，那份无人解答的迷茫，让你看见山区女孩的盲区。

连续两年进山，从队员到队长，从忐忑到坚定，你把三堂课带进大山：生理科普、自我保护、女性力量。

你看见，黑板上的“成长树”写下“变胖也没关系”，藏宝袋里塞满感谢信。

一颗种子，落在湖南娄底的大山，它破土于被遮蔽的身体认知，生长于坦然接纳的自我认同。

它关乎一片卫生巾，更关乎女孩不再低头躲闪的尊严；它关乎十几天的支教，更关乎长大后生根发芽的勇气。

这份奖励，是我们对赵敏的点赞和助力。谢谢你，愿做那个播种的人，让每一份成长都坦然有尊严。



扫码看视频

今年暑假，山东师范大学的大二学生赵敏以支教团队队长的身份，带着打磨成熟的青春生理科普课走进了湖南娄底的乡村。这也是她连续第二年参与暑期公益支教，从最初的队员到如今的带队者，一门专为乡村女童开设的生理课，成了她行囊里最珍视的“教具”。

9月6日，阿里公益天天正能量联合三湘都市报，为赵敏颁发“小微公益行动者专项奖”及5000元公益奖金。

■文/视频 三湘都市报全媒体记者 熊韵婧
通讯员 乔彦杰

她把小时候缺失的课带进大山

“小时候我对生理知识了解很匮乏，只知道经期不能吃凉的，却分不清哪些水果是凉性的，很多相关的困惑不知道问谁。”开设生理课的想法，其实源于赵敏自身的成长经历。

进入大学后，赵敏在持续参与公益活动的过程中，偶然看到了乡村生理课的相关内容，当时便下定决心：“如果有机会支教，一定要把这门自己小时候缺失的课带给山里的孩子”。

2025年，赵敏加入学校社团并以队员身份第一次参加暑期支教活动。出发前一个月，她便在团队课程设计上提出了开设生理课的想法。

“想法一提出，队长和老师们都特别支持！”回忆起第一次去的山区，环境和条件都比这次的娄底山区更为艰苦，赵敏也和同伴们提前做足了准备，从私下找孩子们温和地沟通，摸底她们的接受度；到自主联系公益组织筹措卫生巾捐赠。

顾及到青春期女孩们的自尊心，她们用最妥帖的方式发放物资。第一年的课程在摸索中落地，也为今年的支教积累了完整的经验模板。

从生理科普到女性力量，三堂课的别样温度

“我们的这套生理课程比较全面，共分为三部分。”赵敏介绍道，第一堂课讲生理基础知识与卫生巾正确使用，第二堂课聚焦自我保护与性骚扰防范，第三堂课则引导孩子认识女性力量。“每一部分都针对乡村女童的成长需求，希望能帮她们补齐青春期教育的缺口。”

今年在娄底支教时，赵敏明显感受到当地孩子的基础认知比去年的山区更好，孩子们不害羞、很配合，但也存在不少认知误区——比如不少孩子习惯把内裤放进洗衣机混洗，缺乏贴身衣物单独清洁的意识。

课堂上的一些小细节也总让赵敏动容，例如在“女性力量”环节，孩子们会在黑板上的“成长树”上写下“变胖也没关系”“女性不必只有一种答案”等话语。

在自我保护课堂上，面对“遭遇伤害不被理解怎么办”的提问，有年纪较长的女孩脱口而出“这不是我的错，要报警”，那份清醒与勇气让她由衷佩服。

作为队长，赵敏原本只负责统筹不带课，可仅这一堂自己教学的生理课过后，课后互动的“藏宝袋”便被孩子们写给她的感谢信塞得满满当当。

九年背行求学 如今同入高中

祁东“姐妹花”兑现承诺
学校量身定制帮扶方案



扫码看视频

三湘都市报9月6日讯 两年前，在衡阳市祁东县太和堂镇把关口村，一对“姐妹花”的故事曾温暖无数网友。刘思涵因病双腿萎缩，无法独立行走，从小学一年级起，邻家妹妹匡语轩便主动背她上学，成为她的“生命拐杖”。9月，这对牵动无数网友的祁东“姐妹花”一同到祁东二中报到，开启崭新的高中生活。

刘思涵3个月大时患病，双腿肌肉萎缩无法独立行走。两人是太和堂镇把关口村的邻居，幸运的是，匡语轩背起刘思涵往返教室、食堂、厕所，风雨无阻，做她的“生命拐杖”。本报此前报道二人的故事后，联合阿里公益天天正能量，为她们颁发特别奖及10000元奖金（详见本报2025年1月14日A07版）。

今年中考，刘思涵取得全县第七名的好成绩，匡语轩也顺利发挥，两人双双考上祁东二中。开学日当天，学校派出专车来到村里接她们报到。一个多小时的车程后，车辆驶入校园，匡语轩习惯性蹲下，背起刘思涵走进教学楼。

“陪伴已经不算什么了，更像一种灵魂上的慰藉。你开心的时候会想到她，难过的时候也会想到她，干什么事情都会想到她，给她留个位置。”刘思涵说。

匡语轩笑着表示：“很高兴能和刘思涵一起进入祁东二中，和她待在一起，我心里更有安全感，很感谢学校的帮助，我们还能住在一起，面对困难也更有信心。”

9月6日，记者了解到，为方便二人学习生活，学校量身定制帮扶方案：教室安排在一楼靠近出口的位置；一楼腾出一间宿舍，可供刘思涵、匡语轩和陪读的奶奶同住，宿舍水电全免；三年学费依规减免，校方正联系校友、爱心人士持续资助生活费。宿舍内被褥、洗漱等生活用品已提前做好。

面对学校和社会爱心人士的帮助，刘思涵说：“很多人站在我身后，我不怕挫折，学校方方面面都安排好了，感激的话放在心里，我会用成绩回报所有人的善意。”

一个人的双腿，走出了两个人的上学路。从把关口村到祁东二中，从懵懂幼童到青春少年，刘思涵与匡语轩用九年相守，诠释了友谊最动人的模样。

此前，匡语轩曾说过“希望跟思涵姐姐考入同一所高中，同一所大学”。如今，年少许下的诺言在这个秋天落地，她们并肩求学旅程，又翻开了全新的一页。

■文/图/视频 全媒体见习记者 刘文
通讯员 曾桢 黄全魁 田玲 黄江峰



匡语轩背着刘思涵到宿舍。