



肩扛旗帜，一路向前。

108里！一走就是31年 徒步祭英烈没有终点

本报记者 袁洋 实习生 蔡露文 韩胜利/图



为烈士敬献鲜花。

锻与练 加强体能训练 有准备的“仗”才能打得赢

往返108里山路，只有热血豪情，很难顺利完成。

“有准备的‘仗’才能打得赢。”为了让孩子们圆满完成此次徒步任山河祭英烈活动，弘文中学和固原二中都提前做了很多准备工作。

弘文中学体育教师牛雅成说，春季开学后，学校按往年惯例，组织学生在课间和体育课上，背着装满书本、饮用水的背包，模拟长途负重徒步；绕着操场慢跑，练习增强耐力；加强匀速走、变速跑、高抬腿跑、蛙跳等体能训练……为徒步任山河做好体能储备。

今年3月底，固原二中为参加徒步任山河祭英烈活动的师生举办了“行走的思政课”专题讲座及安全教育、户外急救培训，帮助学生们从思想到身体，全面做好“武装”。

锻炼的效果立竿见影，在全程徒步中，几乎没有学生因为体力不支而申请乘坐保障车或中途退出活动。

苦与甜 一路收集签名 纪念难忘的人生经历

“请在我们的‘签名册’上签个名吧！”返程途中，一名女同学一会儿跑到队伍前边，一会儿跑到队伍后边，收集签名。

这名女同学叫王琼，是固原市第八中学高二学生。2026年徒步任山河活动，王琼和本校同学全程参与，还用自己喜欢的方式纪念这段难忘的经历。

出发前，王琼和几名同学特意准备了5张书本大小的红纸，上面用签字笔写上“徒步108里祭英烈”“走好我们这一代人的长征路”等字样。一路上，她随身带着红纸，无论遇到同行的同学、悉心护航的蓝天救援队队员、维护交通安全的交警，还有随行采访的记者，都请对方在红纸上签下名字。“你看，这一张已经收集了120多个签名，正反面都写满了。”王琼开心地说。

中间写着“徒步108里祭英烈”的红纸上，已有“闫文杰”“李媛”“马有璐”等签名，字体或娟秀或豪放，但都围绕在“徒步108里祭英烈”这几个黑体字周边。

“我觉得收集签名既是对自己参加徒步任山河活动的纪念，也能认识更多的朋友，还能鼓舞大家一起往前走。这次行程，跟大家一起走了108里，直接就是兄弟（姐妹）啊！”王琼边说边把红纸小心翼翼地收回背包里，眼睛里清亮而自信的神采，和她眉毛边挂着的汗珠一样闪闪发亮。

我们这一代人的长征路”红纸上面的名字，越集越多……

这条路的外延，越走越宽广！这堂课的内涵，越来越丰富！



抵达任山河烈士陵园，举行祭奠活动。



固原市蓝天救援队队员一路守护徒步学生。



相互搀扶，毅然前行。

老与新 随队徒步5年，六旬老兵为烈士擦拭墓碑

年近六旬的杜广巍，是固原市一名退役老兵，2026年徒步任山河是他自发参与的第五年。

徒步过程中，杜广巍一直走在弘文中学和固原二中的学生队伍旁边，一只手拿着一瓶矿泉水，另一只手提着装有5个馒头的塑料袋，不时询问身边的学生“要不要喝口水”“要不要吃点馒头”。更多的时候，他看着眼前这群稚气未脱的孩子，漾

起的笑容绽开了额头上深深浅浅的皱纹。一路上，杜广巍没有说过什么豪言壮语，也不善于给学生们鼓劲打气，就那样跟着走、陪着走。从后边看过去，这位腰板挺直、步履有力的老兵，就像一面旗帜，有风吹过，更显从容。

全程始终戴着白线手套的他，准备在任山河烈士陵园里为烈士们擦拭墓碑、寄哀思，再敬一个标准的军礼。

唤醒凌晨4时漆黑夜空的，是一声声铿锵有力的报数呐喊和朝气蓬勃的嘹亮歌声——“1,2,3,4……”“风在吼，马在叫，黄河在咆哮……”
唤醒固原黄骠山头桃花、杏花，是一面面迎风飘扬的红旗，呼啦啦展开，像熊熊燃烧的火焰，像艳艳绽放的朝霞；
唤醒徒步任山河烈士陵园来回108里路的，是一队队行进的方阵，一个个坚定的脚步，一张张青春的面庞。
4月3日，固原市第二中学、弘文中学，以及来自区内外多所学校、机关单位、社会团体的学生与社会人士共计3000多人，踏上属于他们的“行走的思政课”。
固原市第二中学、弘文中学这堂“行走的思政课”，已坚持了31年。



帽子被风吹飞，一路奔跑追上「大部队」

16岁的沙文静是固原二中高一学生，笑起来像一朵含苞待放的花。

在徒步前往任山河烈士陵园的路上，沙文静和一名女同学途中结伴上厕所，出来时“大部队”已经走远了。

“怎么办？”同学问。
“追上去！”沙文静答。

把书包的系扣系紧，两人迈开腿，开始追赶已经翻过一个山坡的班级方阵。

“看起来路程很远，只要走下去，就会距离目的地越来越远。”沙文静的老师在“行走的思政课”专题讲座上，这样和同学们说过。

生长在旷野中的花，必须经历凛冽的风吹雨打，方能绽放出灿烂的花朵。

4月初黄骠山顶的风，能吹开灿烂如霞的山桃花，也裹挟着沙土、呼号着“招呼”在沙文静的脑袋上。追赶“大部队”的途中，她的帽子两次被风吹掉，第二次直接被甩到山道边的灌木丛里。这个身高刚过1.6米的姑娘，一只手拉住山坡下一株倔强伸出的山桃枝，半侧着身子探下腰捡起帽子，来不及扑掉帽檐上的尘土和草叶，扣在头上，继续向前奔跑。

沙文静的小红帽没有第三次被风吹掉，也许是因为上午10时的太阳渐渐驱散了凛冽的山风，更因为她额头浸出的汗水把打湿的帽子“黏”在了头发上。这顶小红帽和沙文静一起用了24分钟追赶上“大部队”，融入千百顶同样坚定而执着的小红帽当中。

沿途为学生们提供保障和支援的固原市蓝天救援队队员丁勇和队友一直在后边紧紧跟随，直到看着沙文静追上了“大部队”，丁勇才长舒了一口气：“很多时候，孩子们比我们想象得更勇敢、更坚强，他们能行的！”

看与行 从课本到脚板，磨出水泡毅然走完全程

“任山河的故事我在课本上、电视里看过很多遍，但只有亲自走一次，才能真正明白，这段路到底是什么样的。”顺利到达任山河烈士陵园后，和同学们坐在路边休息的固原二中高一学生马静再这样说。

亲自走一次，到底会有什么不一样？

马静再没有细说，但她左脚底磨出的两个小水泡给出了无声的证明。因为左脚疼痛，马静再将身体的大部分重量放到右边，把书包也背到了右肩，这让习惯左肩背包的她一时间“左右为难”，但她没有让同学帮忙背包，也没有乘坐保障车辆，毅然一步一步完成了徒步全程。

“苦、累，脚底起泡、腿抽筋，这些困难我都想到了，也有心理准备，能克服、要坚持。”在任山河烈士陵园外的村道上吃午饭时，马静再不时敲打右肩。那里，也许已留下泛红的勒痕。

水泡和勒痕会渐渐消退，但这段历程刻在她心里的印记，此生不会磨灭。

