

疾风少女摘金夺银 排球少年再续辉煌

太原十五中省运会“成绩单”很亮眼

在刚刚闭幕的山西省第十六届运动会上,太原十五中代表太原市参加了田径比赛、男子排球比赛。经过奋力拼搏,太原十五中田径运动员共取得5金、2银、3铜的优异成绩,其中,王诗语荣获女子甲组400米、800米双冠(达国家一级运动员标准),兰欣怡荣获女子乙组400米、400米栏双冠,张筠婕荣获女子乙组100米栏亚军、400米栏季军、4×100米冠军,男子排球队也毫无悬念地夺得冠军,续写辉煌。在此次运动会上,太原十五中诞生了两名双料冠军,整体成绩在太原市教育系统非常突出。“成绩单”很是亮眼,其背后的体育之路是用心铺就的。

勤能补拙 持之以恒

太原十五中田径队的队员们常年训练,一年只休息5天。平时每日6时20分到7时20分、18时到21时,以及寒暑假的上午,那些跃动的身影总是活跃在操场上,与朝阳一起蓬勃向上,和星星相伴默默耕耘。好成绩的取得没有捷径,日复一日,刻苦自励,才有可能超越自我。

作为国家级体育传统项目学校,太原十五中把田径作为发展特色之一,在发现、培养和输送高素质体育后备人才方面作了许多努力。校田径队坚持“团结战胜一切,拼搏超越自我”的团队理念,不断发扬团结奋斗、拼搏争先的传统体育精神,以苦干实干的优良作风,走出了一条适合本校田径队发展的路子。“勤”便是其中的方法之一,朱智强教练严格要求队员,哪怕放弃节假日,也要按计划完成任务,队员们在完成学业之余,几乎将汗水全部用在了训练上,他相信

“勤能补拙”:“在这些学生身上,我们更重视打好基础,不急于求成,而是循序渐进、持之以恒地进行训练。”

为每一个人制订培养计划,初中开始打基础,高中为其确定方向、目标,不断向着顶峰之路迈进。

科学训练 追求卓越

在竞争激烈的赛场上,太原十五中的男排少年们不畏强手,奋勇拼搏,持续稳定地接球,恰到好处地垫球,奋力地扣杀……球来球往之间,尽情挥洒汗水,充分发扬了团结协作、顽强拼搏、奋勇向上的体育精神,尽情释放出竞技体育的无限魅力。

33次获得山西省中学生排球锦标赛冠军,连续9年打入全国中学生排球联赛前四名,14次在全国中学生排球联赛中取得前八名,2022年在全国中学生最高级别的赛事中取得山西男子学生历史最好成绩,第十八届

全国中学生排球锦标赛男子组冠军,全国体育传统项目学校排球联赛亚军,近10年3次打入全运会决赛,作为山西省青年男子排球队,更是历史性地闯入了第十二届全国运动会青少年组男子排球决赛圈,被太原市劳动竞赛委员会授予集体三等功。排球——早已成为太原十五中一张靓丽的名片。

王纲教练是十五中第二代排球队队员、国家级裁判,毕业后回到母校担任排球教练。在他的带领下,教练员分工明确,科学训练,对队员们的严格要求,不仅有日计划、周计划、月计划,还有年计划、阶段计划,管理队伍中,善于总结经验,解决问题,从而使大家同心同向,不断追求卓越,超越自我。

科比曾说:“踏入胜利天堂前,必要经过苦训的试炼,流光所有的汗水,用尽所有的力气,别让身体停下来……”这种拼搏精神,正是太原十五中运动健儿的真实写照。

记者 张晓丽

好戏连台嗨翻天

戏曲票友文化节亮相

本报讯(记者 李静 文/摄)你方唱罢我登场,精彩纷呈,好戏连台。8月19日晚,在小店区刘家堡村农业嘉年华基地,由小店区委、区政府主办,区文旅局和刘家堡乡承办的小店区首届“戏曲票友文化节”举行。现场,灯火辉煌、人声鼎沸,来自小店区刘家堡乡、小店街道、西温庄乡、北格镇的8组票友轮番登场,为市民带来一场来自民间的文化盛宴。

别看台上选手都是非专业的,却展现出了最饱满的精神状态。现场气氛热烈活跃,台下群众看得津津有味,不时响起阵阵掌声与喝彩声。比赛创新融合了现代曲艺、沉浸演艺、舞台晚会、网红打卡、名家鉴赏、民俗非遗等诸多形式。表演者手眼身法步,技巧娴熟,精气神十足;生旦净末丑,扮相精美,角色演绎到位;唱念做打,功底扎实,不逊于专业演员。《芦花》《交印》《杀惜》《下河东》《调寇》《富贵图》《斩子》等脍炙人口、耳熟能详的唱段陆续上演,融合非遗项目,让更多市民深入了解戏曲文化的同时,更直观体验到非遗文化传承的魅力。



音韵余存,曲散戏不散。最终,活动评出一等奖1名、二等奖2名、三等奖5名。获得一等奖的选手是来自西柳林村的屈美萍,今年51岁,是村里的文艺骨干,她表示这样的票友文化节能让热爱戏曲的居民

圆了舞台梦。此次参赛选手中唯一的男选手李春义来自北格镇代家堡村,唱了一出《杀惜》,他希望通过参加比赛发挥个人特长,提升自己,也带动戏曲文化在基层开枝散叶。

学生们体验多彩暑期公益课堂

学校放假,社区开课。为了丰富青少年暑期生活,促进未成年人健康成长,营盘街道南内环街二社区党委发挥党建引领作用,有效整合辖区资源,积极开展青少年暑期公益课堂,引导孩子们在课外教育中了解红色文化,在实践活动中增长自身本领。

每逢星期五上午,南内环街二社区辖内都会有一群青少年,在志愿者叔叔阿姨的带领下,拿起清洁工具清理环境卫生。这些孩子们多是小学生和初中生,他们积极投入,以实际行动为小区的环保贡献自己的力量。社区党委注重加强青少年思想道德建设,通过身边人讲述身边事的方式培养青少年从小树立理

想,坚定信念,厚植爱党爱国情怀。依托社区新时代文明实践站开设未成年人红色教育班,组织辖区“五老”为孩子们讲述红色故事,开展党史学习教育等多种“小课堂”。社区还联合片区民警,将法治教育送到孩子们身边。生动幽默的语言结合趣味十足的图文,深入细致讲解《民法典》中有关未成年人家庭保护、学校保护、社会保护及司法保护等有关内容,并以沉浸式情景模拟互动交流,鼓励青少年树立正确的人生观和价值观,珍惜美好生活,远离违法犯罪。

社区党委联合消防部门开展“安全知识我来学”暑假社会实践活动。通过普及火灾的危害性、火灾的成因及隐患排查方法、常见逃生自救方式

等知识,帮助青少年清晰地认识到消防安全知识的重要性,不断增强青少年的消防安全意识和火灾自救能力,为孩子们的生命安全添加“防护锁”。社区党委主办的“营”在未来未成年人跳蚤市场已开办两届。孩子们拿出自己闲置的布偶、玩具、手工艺术品以及图书与其他小朋友交换,体验以物换物和当“掌柜”的快乐。培养孩子们的社交能力,也使旧物重新发挥功效,向孩子们传递环保理念,在变废为宝中助力绿色生活。

此外,孩子们还用零花钱买了冰糖、绿豆、冷饮等消暑食品,送给辖区环卫工人,一同开展环境清洁,“提前”实践了社会责任。

记者 王丹 通讯员 杜增辉

等知识,帮助青少年清晰地认识到消防安全知识的重要性,不断增强青少年的消防安全意识和火灾自救能力,为孩子们的生命安全添加“防护锁”。社区党委主办的“营”在未来未成年人跳蚤市场已开办两届。孩子们拿出自己闲置的布偶、玩具、手工艺术品以及图书与其他小朋友交换,体验以物换物和当“掌柜”的快乐。培养孩子们的社交能力,也使旧物重新发挥功效,向孩子们传递环保理念,在变废为宝中助力绿色生活。

此外,孩子们还用零花钱买了冰糖、绿豆、冷饮等消暑食品,送给辖区环卫工人,一同开展环境清洁,“提前”实践了社会责任。

记者 王丹 通讯员 杜增辉

本周迎来“处暑”

本报讯(记者 侯慧琴)8月23日,迎来二十四节气中第14个节气“处暑”。“处暑”意味着酷热难熬的天气到了尾声,天气虽仍然热,但呈下降趋势。根据太原市气象台预报,本周将有降雨,同时伴随一定幅度的降温。

8月20日夜间到21日白天:阴天转多云,有阵雨或雷阵雨,局地伴有短时强降水、雷暴大风等强对流天气,19~32℃。

8月21日夜间到22日白天:多云转晴天,4级北风,16~32℃。

8月22日夜间到23日白天:晴天转多云,有阵雨或雷阵雨,3级偏北风,15~30℃。

8月23日夜间到24日

白天:多云转阴天,有阵雨或雷阵雨,3级南风,17~29℃。

8月24日夜间到25日白天:阴天转多云,部分地区有阵雨或雷阵雨,3级南风,17~27℃。

8月25日夜间到26日白天:多云转阴天,有阵雨或小雨,部分地区有中雨,3级南风,18~24℃。

“处暑”意即“出暑”,已到高温酷热天气“三暑”之“末暑”。“处暑”后,太阳直射点继续南移、太阳辐射减弱、副热带高压南退。随着高度继续降低,太阳所带来的热力随之减弱。但这是一个缓慢过程,并不是暑气下降马上就凉爽了,真正开始有凉意一般要到白露之后。

“吐槽大会”疏导学生情绪

本报讯(记者 侯慧琴 通讯员 宋雪娇)“放假了我想放松一下,妈妈却嫌我起得晚……”“爸爸老拿我和他们同事的孩子比较,让我特别有压力……”8月18日下午,老军营街道新南二、新南三新时代文明实践站联合太原市第三十七中,组织了一场“吐槽大会”,同学们“一吐为快”,释放内心压力,“轻装上阵”迎接新学期。

活动开始阶段,心理咨询师先带领同学们开展一系列破冰游戏,在游戏中消除对彼此的陌生感。在老师的引导下,孩子们也纷纷道出心声。“在我妈眼里,看电视眼睛会瞎,但看书就不会;听音乐耳朵会聋,但听英语就不会;看到做作业,肯定是刚打开书本不久,看到拿着手机,那一定是已经玩了很久!”一个孩子的吐槽应用排比句式,颇具文采,引来大家会心的笑声。

“我想对妈妈说,你自己的孩子也很努力,为什么你不看一下呢?我也有我的优点,我更多的是需要你的鼓励!”听到这个吐槽,孩子们纷纷附和:“简直跟我妈妈一模一样,每个点都能在我妈身上找到!原来不是我一个人在受这个‘折磨’,突然觉得心里舒服多了。”

“今天作业有点多,多到已经忘了自我,算了算了真不想做。打打游戏也不错,我的视野要开阔,看看鲜花一朵两朵……”一个男孩子幽默风趣的“歌词”引来全场鼓掌。

在“吐槽”中,同学们释放内心压抑情绪,收获快乐,也发现了平时难以发现的问题,找到了更好的解决方法,以更加昂扬的斗志去迎接新学期的挑战。

社区干部表示,将持续开展形式多样的特色活动,满足辖区青少年精神文化需求。