

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

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，对队员们的要求严格到位，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。但这只是一个缓慢过程，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。