

记者探校 看“双减”

魅力“竹竿舞” 活力满校园

株洲日报·掌上株洲讯(记者/孙晓静 通讯员/阳娜) “开开开、开开开……”12月24日上午,清脆的竹竿敲击声伴随着孩子们欢快的口号声,响彻市六中的操场。原来,为了丰富学生们的课余生活,该校大课间和体育课改良、自创了一套特色“竹竿舞”。

看,同学们个个兴趣盎然,有序摆好竹竿阵,在老师的带领下,随着有节奏、有规律的敲击声,在竹竿分合的瞬间,敏捷地进退跳跃,潇洒自如地做各种优美的动作。“我很喜欢这项运动!它是我们民族一项有特色的活动,经常练习对身体很有好处。”跳完竹竿舞正在一旁休息的宋子意同学说。如今,他和同学们在老师的教导下,已经掌握了竹竿舞的基本步伐,但舞步还有些生疏,所以有时难免会被竹竿夹到脚腕,但他并不在乎,“不怕痛,很好玩”。

“竹竿舞是中国传统体育的一部分,它兼有体育运动项目的特点和舞蹈的韵律美。”指导老师刘国渝介绍,为丰富未成年人思想道德建设活动,扎实推进传统体育进校园,学校多年来坚持五育并举,努力打造一校一精品、一校一特色,现在学生们出现了多个“竹竿舞”高手,课间操时一片欢歌笑语。

“跳竹竿舞不仅让学生们锻炼了身体,还能在活动中感受到阳光体育、民族体育、快乐运动的魅力,培养学生的合作精神、团队意识、竞争意识,丰富校园文化生活,值得普及和推广。”该校校长杨丽霞说。



每天大课间,市六中学生都会跳竹竿舞。 株洲日报·掌上株洲记者/孙晓静 摄

丰富大课间 瞧瞧各学校怎么“玩”

株洲日报·掌上株洲记者/谭筱 通讯员/陈钦 张育辛 刘晓 邵喜

大课间,当下的中小学生在再熟悉不过了。丰富大课间,株洲各个学校采取的方式不尽相同。下面,请跟随记者的视野,看看我市各学校大课间活动如何百花齐放、各美其美。

走进孩子们的“运动乐园”

跆拳道、放松操、长绳、篮球、U型架、爬行跳跃……如今,走进红旗路小学的大课间,校园内充满了生机,充满了朝气,仿佛走进了孩子们的“运动乐园”。

该校每项活动都由全校老师和孩子共同参与,充满仪式感。以动听的音乐串联各项活动,以丰富的活动强健学生体魄。音乐响起,各班唱着校歌,井然有序地进场,同学们跟随音乐节拍,精神抖擞,整齐划一,坚定有力。

记者在何家坳小学、天台小学、天鹅湖学校、荷塘小学、星河小学等学校看到,亮点纷呈,各学校设立花样跳绳、爬行运动、跑操、整理操等项目,充分展现孩子们的蓬勃朝气和青春活力。

八达小学体育大课间则由诵读百家姓、军姿训练、专项体育活动等项目组成。“我校大课间活动以其独特、新颖、实用、活泼的形式得到了全校师生的喜爱。不仅增强了同学们的体质,也丰富了同学们的校园文化生活。”该校负责人介绍。

激情大课间,活力促双减

减负改变从大课间开始。12月24日上午,在市外国语附属第一小学的操场上,学生们利用大课间的空闲时间整齐列队,在嘹亮的口号声中齐做武术操。马步、踢腿、劈掌……经典的武术动作整齐划一,很有气势。该校突破传统、单一的课间操形式,着眼于大容量、多项目的融合,武术操、跑操、室内韵律操、跳绳等亮相,同时因地制宜,依托凤凰公园优势,爬山赏景。

学校负责人介绍,在双减之下,



红旗路小学的篮球课。通讯员/供图

该校引入武术进校园作为校园的特色之一,开展这个大课间的武术操活动。通过校园武术教育,传承中华民族的优秀文化,同时能够培养学生自强不息的精神和严肃认真的生活习惯。

双减,从减轻书包重量开始。在株洲六〇一中英文小学操场上,同学们正在操场伴随着音乐做早操,看似相同的校园生活,又有着不一样的改变。校长易文胜带领体育团队,着手设计了六小独有的立体分段式大课间。学生在规定的时间内学会迅速整理好书包,快速排队,绕书包障碍跑、书包托举操。由室内、室外两部分组成,既能满足疫情防控要求,又满足了孩子们的运动量。

让运动为中考助力

激昂有趣的韵律操,团结协作的跳绳,整齐有序的跑操……景炎学校围绕学校独特的“生本教育”理念展开,学生自编自导,教师积极参与、引导,让学生置身于“乐中练”“练中学”的宽松情境之中,从感受快乐和产生兴趣之中去寻求自己的爱好,改变了以往单一乏味的课间活动,构建了一个内容丰富、形式多样的“有序”“有趣”“有益”的愉快求知氛围。

“大课间”活动使学生在愉悦的气氛中锻炼了身体,发展了智力,培养了学生的创新能力,同样助力中考。”学校负责人介绍,有趣的游



市外国语附属第一小学开展武术操活动。 通讯员/供图

戏让学生在无拘无束、心情舒畅的情况下锻炼,情绪活跃,调节机能,使学有清醒的头脑、充沛的精力投入学习实践活动。

在隆兴中学,“阳光体育”精彩纷呈。夏季大课间进行韵律操和广播体操,冬季进行长跑和广播体操。同时,每天下午还有跳绳、排球等特色项目的阳光体育活动。

株洲南雅实验学校大课间分为中考助力团、青春活力派两个板块。其中,中考助力团由初三三年级组成,主要为跳绳、排球、立定跳远等项目。将体育、文化、趣味、智力等元素融为一体,希望同学们在中考前的每一天都能够积极运动、快乐学习。事实上,学子们在加强课间体育锻炼的同时,也为中考体育考试做准备。

茶陵39名贫困学子 获中车株机公益基金会资助

株洲日报·掌上株洲讯(记者/戴凛 通讯员/王博林) 12月24日,“希望列车 与爱同行”中车株机一对一公益助学项目暨党建共建启动仪式在茶陵县举行。在县教育局部门的摸排对接下,39名家庭困难学生,将获得中车株机公益基金会爱心人士为期3年的资助。

今年以来,茶陵县教育局多次组织全县教师上门走访,进一步核实贫困家庭学生情况,全年共资助各阶段贫困学生35669人次,共发放资助金245907万元,超额完成该县“民生100”工作任务。

此次活动中,中车株机公益基金会爱心人士向受助学生捐赠了书包、文具、助学金。同时,中车株机公益基金会党支部与茶陵县教育局机关第一、二支部签订总协议,中车株机其他四个党支部分别与茶陵城东学校、

舂陵中心小学、列宁学校、严塘中心小学签订了支部党建共建协议。

据悉,中车株机公益基金会于2021年3月启动“希望列车 与爱同行”一对一公益助学项目,旨在帮扶家庭困难学生完成九年义务教育。前期,茶陵县教育局积极主动对接,经过精准摸排走访,最后确定39名家庭困难学生与中车株机公益基金会爱心人士一对一结对,基金会每年向家庭困难学子资助2000元助学金,为期3年。

近年来,茶陵县教育局党委积极实现党建引领教育发展,充分发挥基层党组织战斗堡垒作用和党员先锋模范作用。此次,教育局相关党支部与中车株机公益基金会党支部“结对共建”活动,有利于实现工作互动、资源共享、优势互补,增强党员队伍的生机活力和党组织的凝聚力、战斗力。



工作人员向受助学生发放物资。 通讯员/供图

左权红军小学: 活用红色资源培根铸魂

株洲日报·掌上株洲讯(记者/孙晓静 通讯员/王娟) 12月24日,记者从醴陵市教育局获悉,左权红军小学经中国关心下一代工作委员会、中国青少年发展基金会、全国红军小学建设工程理事会、全国妇联中国妇女网等四家单位联合评审,被评定为“庆祝建党100周年全国红军小学‘传承红色基因,赓续红色血脉’先进单位”称号。

据了解,早在2014年,该校被全国红军小学建设工程理事会授牌为

“醴陵左权红军小学”,红色符号、红色精神在校内广为传播。2019年,该校被授予“五星级红军小学”称号。如今,校园内左权将军雕像巍峨屹立,醴陵革命史实文化墙、革命英烈文化墙铺叙展开,浓郁的红色校园文化色彩与淡红的建筑楼宇交相辉映,相得益彰。学校充分挖掘和利用本土丰厚的红色资源,不断探索发扬红色传统,建设精神家园的路径,从红色基因中解码教育,把信仰、担当、奉献的力量融入校园,植根到每一名师生的心中。

综合

一场雪: 美了一座城 忙了一群人

一场大雪如期而至,雪落无声,让城市披上银装,大家纷纷走出家门,尽情享受雪趣。风动寒重,这场大雪带来了美景与欢乐,也给不少市民的正常生活和出行造成极大不便。一场大雪,美了一座城,更忙了一群人。自12月24日晚开始,我市的市政、消防、公安、医疗卫生、自来水、应急管理等众多部门和企事业单位就已经行动起来,全力应对寒潮雨雪天气,保障城市正常运转和市民出行安全。

冬天的第一场雪,这么大! 暴雪雪量,积雪达15厘米

株洲日报·掌上株洲讯(记者/王娜 通讯员/曾欣) 在历经两个无雪年后,昨天早上6时至夜间20时,株洲市区出现暴雪,降雪量10.5毫米,雪深达15厘米。醴陵出现大到暴雪,降雪量9毫米,雪深达9厘米左右。攸县、茶陵、炎陵出现小雪。

这场雪下得声势浩大,市气象台启动低温雨雪冰冻灾害Ⅲ级应急响应。这场雪后,今天的冻雨要警惕。不过,这样的雨雪冰冻天气过程较短,未来一周,气温会一天比一天高,周末或将迎来晴天。

雪有多大? 截至昨夜8时,积雪深度达15厘米

下雪了,2021年的第一场雪。这场雪是2008年以来最大的一场雪,超过了2014年2月的那场积雪深度10.8厘米的降雪。

昨天一大早,整个城市已经银装素裹,洁白一片。根据市气象台的

监测数据,截至昨夜8时,市区降雪量10.5毫米,积雪已经有15厘米。也正因为这场雪,我市全面进入气象灾害(低温雨雪冰冻)Ⅲ级应急响应状态。同时,市气象台针对市区、醴陵降雪情况,接连发布暴雪黄色预警信号及道路结冰黄色预警信号。

未来天气如何? 今天有冻雨,未来一周气温缓慢回升

今明两天,降雪和低温天气及其造成的积雪、道路结冰影响将持续。今天,雪慢慢变小,阴天转雨夹雪或冻雨天,最低气温-2℃,最高气温1℃。针对这样的天气,市气象台继续发布发布暴雪黄色预警信号及道路结冰黄色预警信号。

不过,这次雨雪过程去来迅速,周三起,气温缓慢回升。从目前的预报来看,本周后半周,株洲都将是阴天有小雨或者多云的天气,到周四,最高气温升至10℃。

道路桥梁上,最暖“市政橙”

株洲日报·掌上株洲讯(记者/伍靖雯 通讯员/黄亚峰) 接低温冰雪天气预警,12月24日起,市市政工程维护中心党委部署启动抗冰应急预案,95名应急队员开启“人等雪”应急模式,对跨江跨线桥梁、环线等易结冰区域实施24小时不间断巡查值守。12月26日凌晨5点,天空开始飘雪,市政队员们立即“应战”,对株洲大桥、石峰大桥、七一一路人行天桥、石宋路高架桥等重点区域开展多轮次融冰除雪作业,保障道路安全。

“风雪天,还请市民朋友出行一定注意安全,小心慢行。”市市政工程维护中心有关负责人说,市民一旦在城区主次干道、桥梁等地发现道路积雪结冰等状况,请及时拨打市政应急专线28820110,市政队员将第一时间赶往处置。



市市政工程维护中心应急队员在路上融雪除冰。 通讯员/供图

应急救援,16个消防站随时待命!

株洲日报·掌上株洲讯(记者/马文章 通讯员/杨洋) 12月26日上午,记者来到市消防救援队伍指挥中心,工作人员紧盯电脑屏幕,有条不紊接听电话。当天,该指挥中心启动了与气象、交通、医疗等相关部门的联动机制,一旦发生灾情,立即

响应处置。记者了解到,为积极应对雨雪冰冻天气引发灾害事故,我市迅速成立了1支50人的低温雨雪天气应急救援处置专业队,全市16个消防站成立了不少于10人的分队,随时做好应急救援。

雪天战疫,医护人员一步一马扎

株洲日报·掌上株洲讯(记者/谭昕吾) “雪天路滑,你们一定慢点开。”12月26日下午,天元区某酒店刚刚作为医学观察点投入使用,医护人员便从黄花机场接来重点转运人员。风雪交加,他们为转运车全面消毒后,顾不上休息,重新换上新的防护服,又启程奔赴机场接送下一批重点人员。

一场大雪,不能阻止战疫的脚步。重点人员转运、核酸检测、预检分诊、站点值守……各个抗疫岗位上,白衣战士们迎难而上,核酸检测是基

层社区卫生服务中心疫情防控常态化的工作之一。记者看到,26日一早,医护人员冒着大雪深入各社区楼栋,为辖区居家隔离人员上门采集核酸。“由于疫情防控需要,他们只戴着一层薄医用手套,走路怕摔就一步一马扎前进。”泰山街道社区卫生服务中心主任蒋小琴说,居家隔离人员对登门采集核酸检测的医护人员十分配合,医护人员严格按照相关指引登记个人信息,采集核酸并叮嘱他们继续居家医学观察,做好个人防护和保持个人卫生。

大雪后,这些提醒看过来

部分公交线路暂停运营

株洲日报·掌上株洲讯(通讯员/殷滋 记者/廖明) 12月26日,株洲市公交总公司发布消息,因大雪天气,部分公交线路受影响停运,以下是具体公交线路情况:

- 1. 村镇公交:C2、C8、C6、C9因路面积雪过大停运; 2. D152路、13路、14路、140路、161路、139路、64路、155路、167路、162路因下大雪停运; 3. 郊区线路由于大雪造成

道路情况不明,8路、12路、25路、73路、78路、96路、73路、169路、173路、104路,暂时停运;

4. 203路砖桥至仓沙路段积雪较厚车辆打滑,车子绕道走龙舟路到砖桥上湘江大道辅道,不经过仓沙、七桥两站;

5. 低温雨雪天气,启动应急预案,公共自行车系统暂停运行;

6. T17路、T48路,暂时无车发出。

株洲长途汽车站全线停班

株洲日报·掌上株洲讯(记者/廖明 通讯员/夏四亮) 株洲市交通运输局积极应对低温冰冻雨雪天气,督导各客运站、运输企业做好预防,防范事故风险。12月26日,长途汽车站全线停班,中心汽车站发往南四县班车走国道,提前到四点收班,往长沙方向全线停班。

株洲市交通运输综合行政执法支队水上交通执法大队发布停航通告,目前,株洲市辖区古桑洲渡口和王十万渡口已减少渡运量,其余渡口进行了停航封渡,株洲船闸已停止安排过闸通航。

株洲南站往省内北线(湘北)和西线(湘西)班线车辆已停运。

武广株洲西站13趟列车停运

株洲日报·掌上株洲讯(记者/廖明 通讯员/夏四亮) 记者从市交通运输局获悉,受雨雪冰冻天气影响,12月26日经停株洲西站的13趟列车停运。截至16时10分已有13趟列车停运。铁路部门提醒广大旅客,及时关注

停运列车车次及时间等相关信息,具体请以车站公告为准。

具体停运列车车次为:G9601、G9629、G9630、G6034、G6027、G6038、G1125、G6016、G1152、G1151、G1112、G637、G1406。

雪后,别忘了给农作物“取暖”

株洲日报·掌上株洲讯(记者/王军 通讯员/尹照) 大雪后,气温跌破零摄氏度,农作物如何挺过寒潮?

市农业农村局相关负责人表示,瑞雪兆丰年,挺过寒潮就将迎来丰收,此刻容不得丝毫大意。暴雪冰冻天气主要对蔬菜、果树和油菜造成不利影响,农作物叶片如果长时间被冰雪覆盖,将无法进行光合作用,时间一长,很容易被冻死。因此,为农作物“穿衣取

暖”,摘除受冻枝叶,做好病虫害防治,是本次防冻减灾的重点。

该负责人建议,作物大棚可以采取多层覆盖和棚膜上盖草帘的手段,防降温幅度大造成作物受害,油菜、露地蔬菜等作物田块要做好中耕培土,撒草木灰或覆盖稻草,提高植株抗冻能力,果树采取培土保温、灌水保湿、树干涂白、地面覆盖等措施,提高土壤温度,保持土壤湿度,防止树木受冻。



株洲日报·掌上株洲记者/马文章 摄