

# 各校打开怀抱 迎来家长开放日

株洲晚报融媒体中心/戴凇



栗树山小学的孩子为家长送上感恩卡。记者/戴凇 摄

“品”深度校园，“听”随堂开讲，“尝”营养膳食，“建”家校桥梁。最近，我市各中小学陆续启动家长开放日活动。一批家长走进校园，近距离感受孩子们的学习生活状态，沉浸式、零距离真实全面地了解孩子在校的学习生活，感受孩子们在校的成长与发展。

## 开放日“看”了一天

上午9点进校听课，10点参加食堂巡视、并体验食堂午餐，16点参加家长代表恳谈会，19点还有家长经验分享会，20点有班级家长会。如果你还想进一步了解孩子的在校情况，还能在班会后与班主任、老师继续交流。

这是株洲八中家长开放日的一天。有的家长全程参与，他们坦言，真是把学校看了个遍。

“高中生很辛苦，但是走进校园，我看到了他们的斗志与激情。在学校丰富多彩的课程和活动中，他们比我想象的更加阳光。”家长李女士表示，女儿进入高中学习后，明显感觉到孩子的时间更加紧凑，加之女儿性格比较内向，所以自己不想总是询问孩子在校的情况。借着这次家长开放日的活动，她自己亲自去校园里走一走，发现校园生活有张有弛，师生关系也都很融洽。

不只是城区，县域学校家长开放日也陆续启动。11月10日，醴陵市第二中学举行了高三家长开放日活动，家长们带着爱与期盼如约而至。

家长罗先生来自农村，他特意请假参加了此次开放日活动。“我们也没什么文化，对教育也没什

么经验，但是我相信很多家长和我的感受一样：看了孩子的在校生活，很多担心自然也就打消了。”

## 形式多样，互动频繁

除开高中，我市不少小学、初中学校也开展了相关活动。

栗树山小学位于芦淞市群中心地区，外来务工人员子女不少。11月3日下午，该校在校内的“家长学校”进行了“家·树好家长”颁奖大会暨好家长培训会。对学校家校共育工作的开展情况进行汇报。专家团队还为家长们开展了家庭教育专业讲座“如何成为新时代的智慧父母”，用生动的事例给家长们提出了专业建议。

活动还对“家·树好家长”进行表彰，20位获奖家长佩戴大红花走向舞台，接受获奖证书。可爱的孩子们，则把自己亲手做的感恩卡送到爸爸妈妈手上，深深鞠躬对父母的付出表示感谢。

“很感动，看到孩子们健康成长，辛苦和忙碌都是值得的。”一位家长代表感言。

校长周英斌表示，通过这样的活动，发挥了家长在家校教育和家校社共育的示范作用，增进家校有效沟通与合作，广泛听取家长对学校工作的意见和建议，充分发挥家长委员会的作用，推动学校工作全面发展。

11月13日至17日，株洲市二中附属小学更是组织开展了为期一周的家长开放日系列活动。部分家长参加了校园会的开幕式，为孩子当了一回啦啦队。

国医文化与小学生命健康教育如何融合

# 新马小学将这项成果带上“教博会”

本报讯(株洲晚报融媒体中心/孙晓静 通讯员/刘慧)11月18日，为期4天的第六届中国教育创新成果公益博览会(以下简称“教博会”)在珠海国际会展中心举行。天元区新马学校以《国医文化与小学生命健康教育统整课程的实践研究》为名称的成果在博览会上展出。

本届教博会以“汇聚·共享·创新——教育高质量发展”为主题，围绕教育优质均衡、教育治理现代化、新课程改革、新时代教师队伍建设、教育数字化、教育质量评价六大领域，采取展览展示和会议论坛相结合的方式举行。

新马小学展位所展示的是国医文化成果，即蜂蜜柚子茶、香薰丸、南师艾脐贴、艾条、艾草薄荷膏等。11月20日上午，该校党总支书记周玲从教育问题、价值理念、解决方案、实践案例、成果转化五个部分进行了详细的讲解。本项成果使学生的个体健康身心立足于天地之中，使中华优秀传统文化得以传承，实现了小学国医与生命健康教育统整的研究目的。

展览期间，该校1804班的杨紫珊和1907班的李芷曦两位学生，为大家展示了十巧手操、中医经络拍打操，并介绍了艾条制作过程和功效，在场的嘉宾老师们纷纷加入做操和制作艾条的队伍当中，场面火爆。



学生进行葫芦丝演奏展示。记者/戴凇 摄

非遗进校园

# 葫芦丝文化传承有道

本报讯(株洲晚报融媒体中心/戴凇 通讯员/袁芳 刘思琪)11月21日，株洲市言格小学校长工作室主持人言格带领工作室全体成员走进白关中心小学，开展“非遗进校园”葫芦丝文化展示暨《小学生“非遗”美育研究》课题专题研讨会。

在白关中心小学非遗文化室、葫芦丝展室，大家听取了学校副校长、工作室核心成员袁玮对学校葫芦丝展室的介绍，欣赏了孩子们带来的葫芦丝演奏表演，墙面的葫芦丝文化宣传、展室内的吹奏练习设备、葫芦丝校本课例充分展现着学校葫芦丝特色。

在研讨会议上，大家结合白关中心小学的非遗传承，工作室成员集中交流讨论在“非遗”进校园的基础上实现“非遗”美育的思考，从葫芦丝文化的传承中汲取经验。

工作室主持人言格说，作为一所农村学校，能够在非遗传承这项工作中取得如此成效非常值得肯定。她建议，学校设计好葫芦丝校本课例，打造特色精品社团；加强葫芦丝课堂教学模式和教学策略的研究；强化资源拓展，设定更高的目标愿景。对于各成员校，建议要依托各个资源开展非遗传承的序列化活动，在课堂与活动中做实、做优，在传承的基础上强化美育路径的实施。

# 两位世界冠军的成长故事

株洲晚报融媒体中心/温琳 通讯员/张坚煜 仇明

11月22日，市委书记曹慧泉会见载誉归来的株洲籍运动员严浪宇、刘杨攀，代表市委、市政府和全市人民为他们送上鲜花，对他们在赛场上取得的优异成绩表示祝贺，勉励他们再接再厉、再创佳绩，为国家、为家乡争取更多更大荣誉。

同日，严浪宇、刘杨攀两位世界冠军接受《株洲晚报》采访，分享自己的成长故事。



严浪宇 株洲晚报记者/易翔 摄



刘杨攀 株洲晚报记者/易翔 摄

# 严浪宇：从好玩到热爱的成长之路

## 人物档案

严浪宇，随陵籍蹦床运动员，全运会冠军、亚运会冠军、世锦赛冠军。2018年由省队推荐进入国家队，同年9月被国家体育总局授予国际级运动健将称号，现为中国国家队蹦床运动员。

严浪宇的蹦床之路源于他的父亲。他的父亲热爱运动，看到儿子爱跑爱跳，把他送到醴陵一个运动培训点锻炼身体，由于练体操年龄有点大，于是改练蹦床。不久之后，市少儿体校蹦床教练周勇君来醴陵选材，发现严浪宇协调

性、灵活性、爆发力都不错，把他招入市少儿体校蹦床队。“当时很多人不看好严浪宇。”周勇君回忆，一方面严浪宇进蹦床队比较晚，同龄的蹦床队员已经练了一年，还参加了一届省锦标赛，加上他的动作比较僵硬，姿态也一般般，当时很多教练并不看好严浪宇，但周勇君认为严浪宇不一样，他不仅爱琢磨，而且是一个厚积薄发的孩子，后面果然越练越好。

其实，当时的严浪宇由于年纪小，并不愿离开父母到株洲训练。“初到株洲的那段时间，每天训练完我都会回家，想着给父母打电话。”严浪宇说，后来待的时间久了，他也习惯了每天都训练的生活。

对于蹦床的热爱，严浪宇也有一个过程。一开始他觉得练蹦床好玩，能在蹦床上跳来跳去，很有趣，后来练

多了，也觉得枯燥，但随着岁月渐长，他认为蹦床是他人生必不可少的一部分，又变得由衷地喜欢。

2018年，严浪宇被省队推荐进入国家队，第二年就亮相国际赛场。2021年则开始崭露头角。那一年，严浪宇先后获得全运会和世锦赛冠军，严浪宇认为这是前面几年积累的成果。

进入国家队后，严浪宇的思想有所转变。严浪宇说，干一件事情，只要你认准了，就要认真对待。正是抱着这个想法，他的训练更加认真。无论场下训练，还是场上比赛，他都对自己要求非常高，甚至到了苛刻的地步，每个动作都会认真雕琢，这也让他持续在全国乃至国际舞台上拿出优异的表现。

2023年，此时的严浪宇已经成为巴黎奥运周期中国蹦床男队的领军人物，以王梓赛为代表的年轻选手迅速

成长，开始冲击严浪宇的位置，在今年的世界杯、世锦赛积分选拔赛上有出色表现。面对后备的竞争，严浪宇坦言自己有所压力，他觉得他一直在跟天才博弈，这样的对手不仅能激发他更大的动力去提升自己，也能在今后的比赛中信心更强。

今年的亚运会和世锦赛，严浪宇展现出自己的超强心理素质：亚运会赛场，首轮出现失误的情况下，他顶住压力夺得金牌；伯明翰世锦赛，第二轮出现失误的情况下，他拿出上佳表现力压队友夺冠。尽管两项赛事都夺冠了，严浪宇对自己的评价是“不完美”，经历了这些赛事的考验，他也收获了新的成长。

对于明年奥运会，严浪宇说，他会做好自己，做好当下，把过程把握好，其他的不去多想。

# 刘杨攀：“希望妈妈看到国旗因我而升”

## 人物档案

刘杨攀，株洲籍射击运动员，世锦赛冠军、亚运会冠军。2019年进入国家队，现为中国国家队射击运动员。2022年被授予射击项目国家级运动健将称号。

刘杨攀与射击结缘，是因为他小时候特别喜欢枪械玩具。一个偶然的的机会，他知道了奥运会有射击项目，在他小学六年级进入市体校射击队，开始了他的射击运动生涯。

伍江作为刘杨攀的启蒙教练，对

于刘杨攀的印象，是非常能吃苦耐劳，几乎从来没有请过假，无论寒冬还是酷暑，都一直坚持着。

刘杨攀也说，在市体校训练期间是他最难忘的一段时间，因为对射击的喜爱，他利用一切时间参加训练。“无论我什么时候来，教练伍江都会开枪库，陪我训练。”在他起步的那几年，市体校也给予了他很大的帮助与支持，帮助他树立了强大的信念目标，要站到全世界最高的领奖台上。

伍江回忆，那时候刘杨攀就立志成为一名许海峰那样的优秀射击运动员，为国争光。刘杨攀也回忆起小时候的一件事，有一次他和妈妈在电视上看到了中国队夺金的场景，于是他对妈妈

说：“总有一天，我也要站在领奖台上，让你骄傲地看到，国旗因为我而升起。”2019年，刘杨攀获得了二青会的男子速射25米个人项目金牌，由于成绩突出，被选入了国家队。

刚进国家队，刘杨攀就感觉压力特别大，身边不仅有来自各个省份的射击高手，甚至还有世界冠军乃至奥运冠军一起训练和竞争。第一次进入国家队，刘杨攀因为没有适应好国家队的氛围，成绩不是很理想，不久之后又回到了省队。但刘杨攀想起小时候为国争光理想，很不甘心，在省队经过一段时间沉淀后，又再次入选了国家队。

有了头一次的经验，这一次刘杨攀很快适应了国家队的训练，成绩提

高得非常快，接连在全国大赛、国际赛场上获得好成绩。

在今年杭州亚运会射击赛场上，刘杨攀帮助中国队夺得男子25米速射团体冠军，打破了世界纪录、亚洲纪录和赛会纪录。到了个人项目，刘杨攀开局不利，四轮下来仅仅排名第五，即将面临淘汰。

此时，刘杨攀想起了刚练射击时的初心，于是他放下了一切杂念，专注自身，连续打出两组5中，终于反超对手，夺得银牌。

刘杨攀说，一切的成绩都属于过去，今后他将从零开始，按照国家队的训练要求，全身心地投入到训练中去，争取以更好的成绩，回报家乡，为国争光。

# 劳动最光荣 实践促成长

本报讯(株洲晚报融媒体中心/孙晓静 通讯员/冯思眉 谭文琴)让劳动教育在学校落地生根，让劳动教育助力学生茁壮成长。11月20日，长沙市一中云龙实验学校组织一、二年级学生前往“石峰区中小学劳动教育实践基地”开展劳动教育实践活动，让学生在实践中收获成长。

摘果子大比拼、运输员我最行……农事趣味运动会形式多样，不仅具有竞技性，还极具趣味性和娱乐性。在运动中，孩子们体会到团队协作的重要性。

古代的造纸术是怎样的？在研学活动中，孩子们跟随老师的讲解了解古代造纸术的工艺与流程，还亲身体会造纸的乐趣，既是一种文化的传承，也是

一种历史的沉淀。同时还培养了学生的探究能力及动手实践能力。

草编不仅仅是一门技艺，它更是一个时代的记忆、一段经典人文历史的载体。在新时代，草编这项古老的技艺正在不断焕发出新的活力。稻草艺术老师引导孩子学习草编艺术的技巧，感知稻草到艺术的变化过程，不一会儿，孩子们手中就出现一个个小“稻草人”。

谁知盘中餐，粒粒皆辛苦。活动中，孩子们还亲手制作了各种造型的面点。通过动手制作传统美食，感知自己动手丰衣足食的深刻意义，这是孩子在农耕生活中最真实的体验写照。

## 影讯 美达影城(11月23日)

拯救嫌疑人	10:20 11:30 12:35 13:45 14:50 16:00
17:15 18:15 19:30 20:30 21:45 22:45	
惊奇队长2	10:20 12:20 14:20 16:20 18:20
无价之宝	10:25 11:40 12:50 14:15 15:15 16:40
17:45 19:05 20:20 21:30	
饥饿游戏：鸣鸟与蛇之歌	10:15 12:25 15:20 18:15 20:10 21:10
追缉	10:25 13:10 15:10 17:10 19:10 21:10
古墓迷杀	22:45
芦淞区钟鼓岭七星潮流购物公园	
五楼(株洲书城对面)	
订票热线:28106878	



## 开奖 (开奖日期:2023年11月22日)

福彩	
3D 第2023312期	
7 9 1	
七乐彩 第2023134期	
04 11 17 18 19 24 29 16	
体彩	
排列3 第23312期	4 4 2
排列5 第23312期	4 4 2 6 3