

# 看,市体育中心有一群阳光少年! 第二季小学生暑期健身小达人系列活动 已陆续启动

7月7日早上,市体育中心来了一群阳光少年。第二季小学生暑期健身小达人系列活动第一期启动了!

本次活动由株洲市全民健身服务中心和株洲日报社校园记者俱乐部主办,内容涵盖野战、足球、篮球、羽毛球、射箭五大公益健身集训项目,从7月7日起至8月16日结束,共分为三期举行,每期共10堂课,周期长达1个多月,预计服务5000人次。

## 射箭

“孩子原本有几个活动,但是坚持想要学射箭,我也想看她在这方面是否有天赋。”来自何家场小学甘凛凛同学的爷爷说道。



第一天的培训,株洲市射箭运动协会(株洲后翌氏射箭俱乐部)王教练先跟大家简单介绍了射箭馆等基本信息,从识箭开始,了解箭的种类、具体构造和相关知识。在接下来的几天培训中,校园记者们会逐步学习射箭的基础动作——站姿、发力、瞄准、射箭等,最后进行射箭体验和分组比赛。

## 足球



为全面贯彻落实《中国足球改革发展整体方案》《教育部等6部门关于加快发展青少年校园足球的实施意见》,充分发挥校园足球育人功能,传播足球文化,来自狼腾足球俱乐部李雯教练,先向大家介绍了足球的起源和发展。

随后他带着校园记者跑步,进行简单热身,再完成一些基础训练,比如跨过障碍物前进等。随后,校园记者又被分成几组,开始互动游戏,让大家体验在草地上奔跑的乐趣。

## 篮球



株洲市篮球协会的王教练先向校园记者介绍了篮球的相关知识,以及课程中需要注意的事项,然后带领他们进行运动前热身。

“运球练习准备!小碎步和左手拍球同时进行,然后更换右手,跟随口令的节拍,口令一停动作就停,看谁反应最快……”课程正式开始,校园记者在王教练的带领下,学习原地运球、行进间运球。

随后,王教练还示范传球、投篮等基础动作,在后期的集训中,校园记者们也会逐步掌握这一系列的技巧。

## 羽毛球

7月7日上午,暑期阳光少年健身小达人——第一期羽毛球活动,在市体育中心阳光羽毛球馆开展,24名校园记者参与。



怎样标准握拍,如何正确发球?在专业教练的指导下,校园记者们认真学习。活动中,教练们耐心地指导他们颠球、挥拍及扔球等。跟随随着教练们的示范指导,校园记者们仔细观察着教练的一招一式,并认真按照教练的指导进行练习,教练则一边认真观察他们的动作,一边对他们进行一对一训练。

活动陪同的家长表示,羽毛球是一项老少皆宜的有氧运动,期待通过打羽毛球锻炼,提高孩子们的身体综合素质。

## 野战(CS)

7号上午,40名校园记者来到体育中心的飞鹰野战特训基地一起参与野战运动。在教官的指导下,校园记者们运用战术和策略进行了分组对抗,在“枪林弹雨”中,校园记者们勇敢地当了一回“小战士”。



在实战场地,同学们准备好各自的“枪械弹药”,难掩兴奋,教练一声令下,大家迅速进入“战斗状态”,按照指令,奔赴自己的岗位,坚守阵地,不让“敌方”钻空子。整场“战斗”下来,校园记者们衣服都被汗水浸湿,不过大家并没有感到疲惫,反而个个大呼过瘾。“真是太刺激了,以前是在电视上看,今天终于体验一把真人射击战啦!”校园记者们兴奋地说。(校园记者辅导员 曹稳)

## 社区“小地摊”,义卖暖童心

“走过路过不要错过”“大甩卖,全场五元”……7月4日上午,在天元区小湖塘社区初心公园,“壹圆集市·牵手童心”活动暖心开市,70余组校园记者家庭及社会各界的爱心人士在此进行“爱心义卖”,以“地摊经济”的形式,为社区困境儿童送上关爱。

现场,琳琅满目的书籍、玩具、学习用品、绘画作品、手工DIY摆满了整个活动场地,孩子们精心布置的小摊,成了社区一道美丽的风景线。不仅货品多种多样,孩子们销售的方式也花样百出,叫卖声此起彼伏,他们的热情投入使得活动现场的氛围异常活跃。

仅一个上午,72组校园记者家庭的营业额就达到了1408.5元,主办方根据孩子们各自销售金额评选出了“最佳销售奖”,并进行颁奖。工作人员介绍,营业额中的一笔将

作为爱心公益基金,捐献给知行书屋,为乡村的孩子们购置新书。

“此次活动通过社区‘地摊经济’带动社区活动,让更多的家庭和困境儿童参与到活动中,营造出了有活力、有温度的和谐社区氛围。”小湖塘社区居委会书记冯芳告诉记者。

活动由天元区民政局、天元区文明办、共青团天元区委、天元区妇联指导,天元区未成年人保护与服务中心、天元区心关爱社区心理服务中心、株洲市同心社会工作服务中心、株洲日报社校园记者俱乐部、小湖塘社区居委会联合主办,乐溪艺术培训、梦航篮球俱乐部、柠檬C作文、石峰区篮球协会提供支持,株洲农村商业银行股份有限公司赞助。

(记者 何威亮 校园记者 辅导老师 彭慧洁)

## 长郡云龙实验学校学生参观李立三故居

近日,株洲长郡云龙实验学校C1903班在班主任潘娟老师的组织下,怀着对革命先烈的崇高敬意,参观了醴陵市淅江乡李立三故居。

李立三是我党创建时期重要领导人、无产阶级革命家、我国工人运动的杰出领袖。活动中,潘娟老师介绍,李立三作为长郡学校曾经

的学生,他身上那种严于律己的态度、为祖国建设的高贵品质、勇于斗争的精神和伟大的爱国情怀,是值得大家学习的榜样。同学们纷纷表示,作为新时代少年,一定要珍惜来之不易的幸福生活,传承好先烈的优秀品质和担当,为国家做出自己最大的贡献。

(记者 魏朋 通讯员 潘娟)

## 活动预告

校园记者暑期社会实践活动——劳动最光荣,我是小小卖报童  
活动时间:7月16日至8月15日  
领报地点:株洲晚报一楼大厅  
(报名请扫二维码)



## 校园记者报道组

### 红旗路小学校园记者报道组 对话毕业小记者

(校园记者 沈婉婷 黄思洁 张梓涵 郭奕乐)7月3日,我们举行了新老校园记者的对话活动,采访了即将升入初中的六年级哥哥姐姐们。

通过哥哥姐姐们的口述,我们明白了校园记者的责任和意义:将自己的所见所闻用文章的方式记录下来,让读者不在现场也能“身临其境”,同时,参加校园记者活动也会受益匪浅。

时光总是在不经意间流逝,六年美好时光一晃就过去了。学校的每一处地方,都是哥哥姐姐们留恋的“游乐场”。我们也要好好学习,天天向上!为这充满欢声笑语的家,留下一个完美的脚印。

庚子年五月廿一  
2020/07/11  
星期六  
今日8版  
株洲日报社主管、主办  
国内统一刊号 CN43-0061

# 株洲晚报

微信公众号 智慧株洲App  
新闻热线 28829110  
广告热线 28835396  
总第6809期

## 昨日市区6小时的雨量排全国第五 强降雨结束,晴热高温明起回归

本报讯(记者 陈驰 王娜 通讯员 贺石磊 闫修兴 谢倩雯)市气象台说,7月9日下午2点至10日下午2点,全市27个监测站点24小时的降雨量达到了50毫米以上的暴雨级别,特大暴雨出现在茶陵。市气象部门表示,预计今日雨区进一步北移,我市强降雨过程趋于结束,明天起将进入晴热高温少雨时段。

### 水位 今日,湘江水位将达38米左右

水位方面,昨日下午4点,湘江株洲站35.38米,距警戒水位还有4.62米;淅江大西滩51.13米,距警戒水位还有0.37米;浛水茶陵(二)站95.64米,距警戒水位还有4.86米。

经勘测,昨日下午4点,酒埠江水库水位163.09米,距汛限水位还有0.41米;官庄水库水位119.47米,距汛限水位还有2.53米;洮水水库水位196.78米,距汛限水位还有5.32米。

昨日早上6点半,市区共有6个排涝泵站开机排渍,分别是河东龙泉、三角义、鹅颈洲、新桥以及河西花南、陈埠港,市区部分地段出现积水状况,无内涝。

昨日下午,市防办主任、市水利局副局长罗海林主持召开防汛会商会。

据水文部门预测,受强降雨及下游顶托影响,预计湘江株洲站今日将出现水位38米左右的洪水过程,距警戒水位2米左右。

### 雨情 昨日市区6小时的雨量,排全国第五

这段日子,株洲的雨下得可不小。从9日下午开始至10日上午,市气象台连发9个暴雨预警和2个雷电预警。其中,针对茶陵、炎陵的暴雨情况,连发两个红色预警,这也是今年头两个暴雨红色预警。全市27个监测站点24小时的降雨量达到了50毫米以上的暴雨级别,特大暴雨出现在茶陵城背和仁源村,降雨量分别达176.9毫米和175.5毫米。

市区降雨集中时段为10日凌晨3点到下午2点之间,市区主要降雨集中在芦淞区和荷塘区,其中株洲国家级监测站降雨120.6毫米。中央气象台说,从昨日早上8点到下午2点,株洲国家级监测站63毫米的降雨量,排全国第五位。

中国气象频道气象分析师信欣曾经打过这样一个比方:“经常有人说降雨量用毫米为单位不直观,其实1毫米降雨量就是每平方米接收到了1升水。如果拿个底面积为1平方米的盆接水,如果是下100毫米的话,能接到100升,折合181瓶550毫升的矿泉水。”按此算法,上述120.6毫米的降雨量,约等于每平方米倒下来218瓶550毫升的矿泉水。



## 明天起,有一波高温天

市气象台工作人员介绍,本轮强降雨过程在10日夜间基本结束,11日全市以阴天为主,气温在26℃至34℃之间,12日以后全市以多云或晴天为主,最高气温将升至35℃。我市将进入晴热高温少雨时段。

在昨日的防汛会商会上,市水旱灾害防御事务中心主任邱运众介绍,考虑到株洲地区后期降雨趋少,在保证防洪安全的同时,各水库要做好蓄水保水工作,确保后期灌溉需求。

(记者 王娜)

今天天气	明天天气	后天天气
阴 26—34℃	多云 27—35℃	多云 27—35℃

风力:2-3级转3-4级 风向:南风  
空气质量等级:优 可吸入污染物:无  
(市环境监测中心站、市气象台 10日16时发布)  
一周天气早知道,请拨电话96121



## 合泰涵洞排水不畅 市政人员紧急处置

10日上午,由三个涵洞组成的合泰涵洞出现排水不畅,其中一个涵洞积水严重,车辆不能通行。市政人员岳中华赶到现场后,冒雨站

在积水中清理排水口。他徒手从排水口处掏出了一大堆塑料袋等垃圾。最终,排水问题得到解决,涵洞的积水慢慢排除。(全媒体记者 刘平 摄影报道)

## 198 市长热线受理涉雨投诉 198条

“喂,您好。道路积水问题我们将马上与市政等部门联系,及时进行清理。”昨日的暴雨,也让市长热线接线员忙不赢手脚,仅上午9点至下午4点半,就接到数百名市民来电,受理大雨相关投诉198条,内容主要是道路积水、下水道堵塞及小范围山体滑坡等。

像合泰涵洞、芦淞铁路涵洞、株雷路、株董路、龙泉社区等,因积水严重,导致市民上班出行不便。市民徐先生说,出门看到情况不妙,他就将衣鞋放到袋子里,穿着背心拖鞋来到

公司后,再换上。不过,经市政工作人员全力抽排后,积水问题很快就得到有效处理。

码头社区树木压垮围墙,友好社区、杨柳冲社区出现山体滑坡等,网格员第一时间上报,并做好提示工作,截至记者发稿时,这些事故正在处理之中,无人受伤。

另外,响塘安置房小区、株董路(331厂正门)等下水道堵塞,九八锦景城等小区地下车库积水严重,阳光爱琴海小区电梯积水等问题,也在进一步处理中。(记者 陈驰)

## 86 发现市容、市政等方面问题 86个

昨日,暴雨如注,一时之间,城区各个路段积水严重。

凌晨3点起,雨势越来越大,市城管局市政工程维护中心60名应急队员在各个积水点奋战,而在市城管局监督指挥中心,大屏幕上不断切入城区大街小巷实时情况,一旦发现积水、树木倒塌等问题,坐席员立即转交相应部门处置。中午11点后,雨渐渐小了,城区市容环境也随之快速恢复。

雨后,“无人管”老旧小区更需要关心。就在昨日早上6点,石峰区城管局值班人员巡查发现,辖区李家冲居民区出现积水,积水漫进居民楼一楼,区城管局市政部门立即抽调4台水泵到这里排涝。雨后,看到这里的道路满是淤泥,环卫工人也赶紧来清扫、冲洗。据介绍,目前该区城管市政部门正在对此处下水管网进行改造,预计本月完成。

数据统计显示,从前日下午9点至昨日上午9点,市城管局监督指挥中心发现雨情相关的市容环卫、绿化、市政等大大小小的问题86个,一般树木倒塌、树枝断裂、短时积水等问题,相关单位都已及时处置完毕。

(记者 伍靖雯 通讯员 肖智尤 盛小格 颜淑婷)