

# 这个暑假,一起来做“阳光少年”吧

## 2020“阳光少年”小学生暑期健身小达人系列活动启动仪式昨举行

本报讯(见习记者 陈佳辉 通讯员 朱丹平)“青少年是国家的未来和民族的希望,促进青少年健康是实施健康株洲战略的重要内容。”7月12日上午,2020“阳光少年”小学生暑期健身小达人系列活动的启动仪式在市民健身服务中心前坪举行。

### 报名结束 第一期公益培训正在进行中

上午8点30分,启动仪式正式开始,上百名学生和家长齐聚市民健身服务中心前坪。市民健身服务中心领导向各协会负责人授旗,健身小达人代表和各协会代表教练进行宣誓。随后,株洲日报社党组书记、社长赵先辉宣布活动正式启动。

据悉,2020“阳光少年”小学生暑期健身小达人系列活动由市民健身服务中心、株洲日报社校园记者俱乐部联合主办,在7月—8月暑假期间开展,面向全市广大小学生。此次活动在去年举办的2019“阳光少年”校园记者暑期健身小达人系列活动的基础上进行提质升级,打造更优质的暑期全民健身公益培训品牌,助力青少年儿童健康快乐成长。

今年继续推出的活动,内容涵盖国民体质测试、科学健身指导及运动康复知识宣传和羽毛球、CS(野战)、篮球、足球、射箭公益培训。除CS(野战)项目一共开设两期外,篮球、足球、羽毛球、射箭都是每个项目开设3期,每人限报一项一期。全程免费,培训人数预计达到5000人次。

“本次系列活动从7月7日开启,至8月16日结束。”据市民健身服务中心的工作人员介绍,学生们参与的热情很高,纷纷报名此次系列活动。目前,报名工作已经结束,所有项目每期的参与学生名单也确定了,第一期公益培训正在进行中。

### 学生感言 每天训练有点累,但是很开心

启动仪式现场不仅有已经开始第一期培训的学生,也有第一次来了解活动的学生及家长。

罗同学今年秋天就要读三年级了,他报名参加了第一期的足球公益培训项目。“每天的训练是从早上7点半到9点,一共有10天。”他说,训练虽然有点累,但是可以和小朋友们一起玩,他觉得很开心。

陈同学是一年级的学生,昨天是和妈妈谢女士一起来参加启动仪式的。“我是想带着孩子来体验一下。”谢女士说,多参加运动可以让孩子的身体变得更强壮,还可以开阔孩子的视野。当记者问对哪种运动最感兴趣时,陈同学说:“我想打篮球,可以长个子。”

为提高此次参加活动的同学与家长的运动防护意识,保障同学们在体育训练中的安全性,启动仪式结束后,市民健身服务中心还组织了“运动中常见损伤的预防与处理”的知识讲座。株洲狼腾腾运动康复中心的刘法官给部分学生和家长科普了擦伤、扭伤、肌肉拉伤、骨折等常见损伤的预防以及处理方法,还向大家讲解损伤后不同时期的处理原则。

“这个讲座很有意义,我收获了很多知识。回家后,我会把我学到的知识讲给孩子听。”讲座结束后,罗女士告诉记者,她孩子正在参加第一期的篮球培训项目。当天的讲座让她正确认识了运动中常见的损伤,也让她学到了一些预防损伤的方法和处理损伤的科学做法。

### 讲红色故事,写优秀作文



昨天下午,邵勇夫作文研学大课堂在神农城新华书店开讲。60余位中小学生和家,相约新华书店,探讨和交流写作心得。

现场,石峰区朗诵协会会长易辉等人,朗读了著名诗篇《英雄》,来自溁口区的多名小学生,给大家讲述了开国上将杨得志的故事,还有的小学生讲述了关于长征的故事……

记者了解到,邵勇夫是全国著名作文导师,也是知名作家,他主导的“邵勇夫作文研学大课

堂”,邀请名家、名师、各界精英进入学校、社区开展讲座,同时结合德育、美育、亲子教育、科普教育等主题,学以致用,指导中小学写出好作文。

“写作文只是一种形式,目的是让小学生学会自己思考。他们把每天的所闻、所见、所感都记录、沉淀下来。”邵勇夫说,他希望通过类似的形式,让学生从小树立正确的价值观,坚定文化自信,讲好株洲故事,讲好中国故事。

(记者 何春林 实习生 唐甜 摄影报道)

### 柏春葡萄园开园迎客 20多个品种的美味葡萄等你来采摘

本报讯(记者 杨凌凌)7月12日,位于荷塘区仙庾镇的柏春葡萄园开园迎客,各种各样的葡萄挂满藤架,吸引了不少游客前来采摘。为表达葡萄园对抗疫医务工作者的敬意,开园当日,葡萄园还邀请了15位抗疫英雄家庭代表前来葡萄园共品美味。

今年恰逢柏春葡萄园12周年,昨日又迎来了今年的开园,记者走进柏春葡萄园,只见满园硕果累累,游人如织。

“哇,好甜啊。”株洲支援黄冈医疗队队员、株洲市二医院呼吸科主治医师唐成获来到柏春葡萄园,他摘下一串葡萄,一边品尝一边赞不绝口。

大串大串的葡萄沉甸甸地挂在葡萄藤上,青的、紫的、黑的,惹人垂涎。男女老少挎着红色的小篮子,行走在葡萄架下,虽额头带汗,却喜笑颜开,采摘得起劲。

在柏春葡萄园里,除了体验采摘高品质的葡萄、品尝美味的农家菜外,还能品尝葡萄园秘制的葡萄酒。同时,柏春葡萄园紧临仙庾岭花园,市民还可以去欣赏荷花,采摘莲子。非常适合带上老人、小孩,邀约一群朋友到此采摘和游玩。

据了解,柏春葡萄园占地80000平方米,主要有夏黑无核、美人指、比昂扣户太8号、巨玫瑰、贵妃玫瑰、红宝石等二十多个品种,每年7月—9月底都是采摘时节。



▲抗疫英雄代表、市二医院医生唐成(左一)一家人在采摘葡萄 记者 杨凌凌 摄

该葡萄园负责人谭柏春介绍,为了向英雄致敬,今后,凡是我市抗疫一线的医护人员,只要凭相关有效证件,前往该葡萄园采摘或购买葡萄,可享受5折优惠。



# 道路因礼让而宽广 城市因文明而和谐

人人礼让 道路通畅

富强 民主 文明 和谐 自由 平等 公正 法治 爱国 敬业 诚信 友善

中共株洲市委宣传部 株洲市文明办 宣