



本报小记者、运河区南环小学五年级学生臧品祎——

快乐的“舞蹈之星”

本报记者 陈燕



运河区南环小学5年级学生臧品祎喜欢跳舞、弹钢琴、绘画、阅读，是个多才多艺的小姑娘。臧品祎说，她最钟爱的还是舞蹈，因为通过练习舞蹈，她收获了很多快乐。

开练

臧品祎4岁的时候，她妈妈觉得让女儿练练舞蹈不仅能培养气质，还能锻炼身体的协调能力。于是，她就问女儿想不想练舞蹈，并告诉女儿如果想练，就要坚持练下去。

之前从电视上看到舞蹈演员翩翩起舞时，臧品祎就非常羡慕。听妈妈这样问，她连连点头。就这样，臧品祎正式开始练习舞蹈。

初到舞蹈班，臧品祎有些失望，因为和她想象的完全不一样。她原本以为练舞蹈就是要练那些好看的舞蹈动作，却没想到练舞蹈先要从压腿、下腰、甩肩等基本功底练起，既枯燥又很辛苦。

但是，臧品祎说，她从来没有因为训练苦而哭过，尽管舞蹈老师帮她压腿时很疼，她都忍着没有哭出来，倒是因为动作练不好急哭过。

苦练

臧品祎的妈妈，自从开始练习舞蹈以来，女儿从未缺席，



“舞蹈之星”臧品祎

也从未放弃过，就像她当初和女儿约定的那样，练了就要坚持下去。

无论是刮风下雨，还是由于前一天的训练导致身体酸痛，臧品祎都坚持按时去练舞蹈。

刚开始学习侧手翻、下腰抓腿、前桥、倒立等有些难度的动作时，臧品祎总是做不好。

回到家，她就千方百计地想办法练习，练习下叉时需要用到舞蹈砖，家里没有，她就用小板凳来代替；有的练习适合在床上练，有的练习在地上练才有感觉，她就不厌其烦地“切换”场地……

有时一不小心把腿磕青了，但是臧品祎毫不在意……为了练好舞蹈动作，她就像着了魔一样。

臧品祎学得快，又肯下功夫，经常被舞蹈老师安排当领舞，还多次被评为“舞蹈之星”和“全勤小明星”。

每次要参加比赛或演出前，她都会更加刻苦地投入训练。每天下午放学后，她都直接赶到舞

蹈班参加集训，一直练到晚上8点半，才简单吃点东西后赶紧写作业。

臧品祎觉得，为了练好舞蹈，吃点苦不算什么。为了“台上一分钟”，她愿意付出“台下十年功”。

收获

说起练习舞蹈6年来的收获，臧品祎认真地说：“舞蹈让我明白了坚持才会成功，我也变得更加自信了。”她妈妈补充说，女儿的应变能力也越来越强了。

有一次，臧品祎和20多个小伙伴一起参加一场演出。可是临上场前的1小时，有十几个孩子来不了了，大家都非常着急。没办法，舞蹈老师只得突击给她们变队形，并让臧品祎做高难度动作领舞。

为了整个舞蹈的完美呈现，舞蹈老师还精心设计了一些新动作。虽然时间紧迫，但是臧品祎和小伙伴很快记住了整

套动作。最终，演出很成功，臧品祎也顺利地完成了领舞任务。

2020年1月，臧品祎参加了河北广播电视台新春盛典的节目录制。录制当天，臧品祎感冒了，妈妈劝她不要去了，但她不愿意放弃这个机会，坚持要去。

候场时，现场没有休息的地方，臧品祎紧紧地裹着羽绒服，精神状态很不好。老师和小伙伴们都很担心她。但她该上场时，脱掉羽绒服，她立马精神了，顺利地完成了节目录制。

臧品祎的妈妈直言，也许在别人眼里，女儿付出了很多，也吃了很多苦，但她认为这是正常的。

“在练舞蹈的过程中，我懂得了坚持，收获了自信，还结识了很多新朋友，我一定会坚持下去的。”臧品祎始终没有忘记和妈妈的约定——练了就要坚持下去。

扫码看视频 新闻料更多

请扫描二维码，欣赏一下臧品祎和小伙伴表演的舞蹈吧！



小记者在行动

解放路小学小记者

我们是光荣的小记者



详见18版

迎宾路小学小记者

难忘的童话节



详见19版

沧县实验学校小记者

社团活动丰富多彩



详见20版

新华区第二实验小学小记者

体验冰上“飞翔”



详见21版

五中小记者

欢乐节上欢乐多



详见22版

新华小学学生

自己动手设计生肖邮票

本报讯（记者 扈广川）小老虎肋生双翅，寓意为“萌虎添翼，福气满满”；小老虎在荷塘边与鱼相伴，表达“年年有余”的美好祝愿……近日，运河区新华小学华美少年邮局以“辞旧迎虎年”为主题开展了虎年生肖邮票设计活动（右图）。

老师通过讲解，深入挖掘生肖邮票中的文化内涵，引导学生增强对中华优秀传统文化的认同感和自豪感。

在此次邮票设计活动中，学生们表现出了极大的热情和好奇心。他们通过细心观察和精心描绘，完成了一幅幅个性鲜明、生动活泼的虎年邮票作品。

新华小学多年来十分重视校园集邮文化的普及，被中华全国集邮联合会命名为“全国青少年集邮活动示范基地”。华美少年邮局开展的虎年生肖邮票设计活动，通过营造浓厚的集邮文化氛围，吸引了更多学生关注集邮，领略小小邮票所带来的无穷魅力。



胡明明 李旻 摄