



成为一名职业运动员，是解放路小学六年级学生徐铭娅的梦想——

“向前冲就对了”

本报记者 吴芳



蛰伏三年，背水一战。今年5月，在河北省第十六届运动会上，解放路小学六年级学生徐铭娅和队友通力配合，获得混合丙12岁组4x200米接力赛冠军；今年7月，在河北省青少年田径锦标赛女子丙12岁组跳远决赛中，徐铭娅以4.67米的成绩获得冠军。

然而，徐铭娅说，下了领奖台，一切从零开始。

心有梦想，累并快乐着

小时候的徐铭娅活泼好动，喜欢爬上爬下；在小区里和小朋友追逐嬉戏，徐铭娅总是跑得最快的那一个；妈妈给她买了一双轮滑鞋，她去公园练了一中午就会滑了。

看到她在体育方面有天赋，在亲友的建议下，徐铭娅上3年级时，爸妈让她跟着教练开始进行专业的体能训练。

除了每天放学后的例行训练，周六日、寒暑假，徐铭娅也未停歇，假期里甚至一天要训练7个小时。一天下来，她的衣服不知湿了多少次，又干了多少次，身上也经常磕得青一块紫一块……

用徐铭娅的话说，她是“累并快乐着”。当然会有感到很累想放弃的时候，但是想想有朝一日能站上领奖台，徐铭娅还是咬牙坚持了下来。

看着每天训练回来拖着疲惫的身体写作业的女儿，徐铭娅的妈妈疼在心里。她告诉记者：“这些高强度的运动训练，成



想成为职业运动员的徐铭娅

年人都很难坚持下来，他们真的很不容易。而且由于疫情，3年来他们错过了很多比赛，如果一直没有比赛，他们的梦想可能就止步了。”

然而，徐铭娅一直坚持着。

蛰伏三年，迎来比赛机会

终于，今年5月，徐铭娅迎来了她的第一次“高级别”比赛——河北省第十六届运动会。

在4x200米接力赛中，徐铭娅负责的是第二棒。比赛一开始，他们并不占优势，徐铭娅心里只有一个想法：向前冲就对了！

于是，她接过棒来，奋起直追。终于，在徐铭娅和队友的配合下，他们取得了该项目的第一名。

如果说之前的梦想只是梦想，当徐铭娅和队友第一次登上领奖台时，梦想这个词便有了形状，虽然遥远，但是不再遥不可及。

比赛结束，徐铭娅又回到了训练场上，她牢记教练的教诲：“下了领奖台，一切从零开始。”

今年7月，徐铭娅参加了在秦皇岛举办的2023年河北省青少年田径锦标赛，在女子丙12岁组跳远决赛中以4.67米的成绩取得了该项目的第一名。

“比赛只看结果，不问过程。我想拿成绩，想成为职业运动员，就要付出更多的努力。”徐铭娅告诉记者，她会以成为职业运动员为目标，继续努力训练，争取更多的荣誉，来回馈教练、老师、家人对自己的支持。

扫码看视频 新闻料更多

扫描二维码，一起来认识一下徐铭娅吧。



迎宾路小学学生贾昊川 获全国小学生 故事会比赛三等奖

家风 争做时代

青少年爱国主义读书教育活动

故事会 中学生演讲会

青少年爱国主义读书教育活动组委会

承办：安徽新华发行集团

2023年7月·合肥



于淑伟 摄

本报讯(通讯员 刘霄伟 记者 时志敏)近日，以“传承优良家风 争做时代新人”为主题的第30届青少年爱国主义读书教育活动——小学生故事会和中学生演讲会比赛在安徽省合肥市举办，我市迎宾路小学4年级学生贾昊川在层层选拔中脱颖而出，荣获全国小学生故事会比赛三等奖(上图)。

5月30日，贾昊川代表迎宾路小学参加了运河区第30届青少年爱国主义读书教育活动暨讲故事演讲比赛，并成功晋级。6月16日，他参加了沧州市第30届青少年爱国主义读书教育活动暨讲故事演讲比赛，表现优异。7月10日—12日，他又赴石家庄参加了河北省第30届青少年爱国主义读书教育活动暨讲故事演讲比赛，并以小学组总排名第一名的成绩获得一等奖。

从区级比赛到全国比赛，贾昊川经历了4次激烈的角逐，最终在全国比赛的舞台上绽放出耀眼的光芒，获得三等奖。

实验小学开展“沉浸式”参观活动

本报讯(记者 时志敏)那一张张触目惊心的图片、一个个真实发生的案例……近日，新华区实验小学部分学生走进沧州市关爱青少年健康成长教育基地，开展了一次“沉浸式”参观、寻访实践活动。

在主题大厅，他们站在周总理的雕像前，重温了周总理少年时代立下的宏伟志向。了解“凿壁借光”“闻鸡起舞”等历史故事后，他们更是心潮澎湃。之后，他们齐声诵读《少年中国说》，表达了新时代好少年实现中华民族伟大复兴中国梦的决心和信心。

在德国，聆听着讲解员讲述的古人先贤家风家教的故事、古人“修身齐家治国平天下”的智慧，学生们表示一定要努力学习，勇毅前行。

在“文化狮城，大美沧州”展厅，看着脚下的沙盘，学生们纷纷寻找家乡标志性建筑，感受家乡的飞速发展，身为沧州人感到骄傲与自豪。

在“凋零之花，断线之筝”“斩断黑手，严惩恶魔”“预防犯罪，落实责任”“立体保护，托起未来”等主题展厅，结合展板内容、电子屏视频播放等，他们了解了青少年违法犯罪的主要类型和危害，以及导致违法犯罪的各种原因。

此次活动进一步提高了学生们的自我警醒能力，增强了他们的法治意识和自我保护意识。学生们纷纷表示会自觉抵制各种诱惑，争做一名遵纪守法的好公民、一名健康成长的好少年。



诵读《少年中国说》、寻找家乡标志性建筑……学生们表示收获很大。
刘立飞 摄