



本报小记者、解放路小学五年级学生李梓祎擅长主持和朗诵——

“舞台给我自信”

本报记者 吴芳



本报小记者、解放路小学5年级1班学生李梓祎是校园里的“明星主持人”。舞台上落落大方、淡定从容的她总能靠自己的智慧和努力化解一次次“小危机”。

凭借出色的台风，2022年，李梓祎在第六届河北魅力之星主持人大赛中获得沧州赛区金奖、河北赛区一等奖。今年，在“金龟子带你讲故事朗诵大会”中，李梓祎获全省金奖、全国银奖，在第九届“曹灿杯”青少年朗诵展示活动中获沧州赛区“朗诵金星”称号、河北赛区“卓越之星”称号。

迎新晚会上梦想发芽

李梓祎上幼儿园时便开始学习朗诵与主持。一开始，她觉得主持是一件挺好玩儿的事情，可后来随着日复一日地练习，她不免感到有些枯燥。

转折点是在2019年，李梓祎作为解放路小学的一名一年级新生，在迎新晚会的舞台上看到一位小主持人，她与老师搭档完美地主持了一场迎新晚会，这让李梓祎颇受震撼。

“当时我就想，假如有一天，我也能像这位小学姐一样站在舞台上主持节目，那该多好啊！”李梓祎说，从那以后，她就有了一个“主持梦”。

此后的李梓祎，逐梦前行，每天对着镜子反复练习口部操等基本功。经过老师悉心的指导和自己的努力，今年9月，她成功站在了解放路小学迎新晚会的舞台上。

从容应对舞台“考验”

上一年级时，李梓祎迎来了她的第一次比赛——河北交通小主播选拔赛。经过初试，李梓祎成功晋级决赛。



自信的李梓祎

第一次登台，紧张是难免的，李梓祎也不例外。令人想不到的是，李梓祎在台上说着说着，伴奏突然断了。这个小状况让台下的家长和老师们都捏了把汗，可李梓祎不慌不忙，仿佛没注意到这个状况，继续完成了比赛。

李梓祎回忆说：“幸好老师平时教过我们如何应对台上的一些突发情况。虽然当时有些紧张，但是我没有表现得惊慌。”就这样，李梓祎顺利通过了她在台上的第一次“考验”，获得了优秀小主播一等奖。

最让李梓祎记忆犹新的，是今年5月份在荀慧生大剧院举办的运河区中小学幼儿园文化艺术节。

作为从运河区各中小学选拔出来的主持人之一，李梓祎倍感荣幸。排练时，每一句话、每一个动作，她都反复练习，力争展现出最佳的舞台效果。但在这过程中，出现了一个小插曲。

“我们之前上台演出，台下的灯光都是比较柔和的，可这一回舞台灯光特别强烈，我们看不清前面任何的参照物，因此在台上总是走错位置。”李梓祎说，她想来

想去，想出一个最笨的方法。

李梓祎用自己的步长去丈量走到舞台中央所需的步数。这个方法虽然麻烦，但是很稳妥。就这样，经过一周的刻苦排练，李梓祎在舞台上走对了位置，成功完成了艺术节的主持，通过了舞台上的又一次“考验”。

李梓祎说，其实自己的应变能力并不是很强，只是时常会提前设想如果在台上突然发生一些情况该如何应对。

心中有梦不惧前行

“我认为朗诵就是把自己的情感融入语言文字中，通过这些唯美的语句把它表达出来。当我站在舞台上，舞台就会给我自信，同时它也会鞭策着我向更高的目标前进。”李梓祎说，她的梦想是成为一名优秀的主持人。

人们常说：“心有多大，舞台就有多大；梦有多远，路就能走多远。”李梓祎对此坚信不疑。几年来，她参与了校内外的各类主持活动，也参加了“曹灿杯”“金龟子带你讲故事朗诵大会”等大大小小的赛事，获得了诸多荣誉。

“这些经历告诉我，无论做什么事情，都要给自己树立清晰的目标，唯有不懈努力，方可助力我们实现心中的梦想。”她说。

扫码看视频
新闻料更多



扫描二维码，听一听李梓祎带来的朗诵吧。

小记者在行动

迎宾路小学小记者

孝亲敬老，从我做起



详见10版

十一中小记者

给老人送祝福



详见11版

黄河路小学小记者

感受运河之美



详见12版

荣官屯学校小记者

探索气象的奥秘



详见13版

2023年河北省中小学卫生与健康教育技能大赛落幕

市三中校医刘雅静获得最高奖



刘雅静在比赛现场

苗桂芳 摄

本报讯(记者 扈广川)10月27日,2023年河北省中小学卫生与健康教育技能大赛在石家庄落下帷幕。沧州市第三中学校医

刘雅静荣获大赛个人最高奖项——特等奖,并被河北省教科文卫工会和河北省教育厅授予“河北省中小学卫生工作技术标

兵”荣誉称号。

本次大赛设有学校健康与卫生知识理论考核、心肺复苏术和除颤急救、健康与卫生知识宣传板报制作、学校卫生与健康知识答题竞赛、环境消杀、健康教育授课竞赛等六个环节,来自全省各地市的14支队伍共126名选手参加了比赛。

在比赛中,刘雅静面对挑战从容不迫,以丰富的健康教育知识储备、规范的动作要领、科学的现场处置,荣获本次大赛个人最高奖项——特等奖。

据三中党总支书记王金波介绍,校医和保健教师在学生健康状况监测、健康教育、学生良好卫生习惯的养成以及学校传染病、学生常见病的预防中发挥着至关重要的作用。本次赛事提升了学校卫生与健康教育工作水平,也丰富了学校教师卫生与健康教育的知识体系。今后,学校将继续做好卫生与健康教育工作,不断培育壮大学校卫生与健康教育教师队伍,提升学生健康素养,为学生的健康幸福成长打下良好基础。