

小记者在行动

迎宾路小学小记者
成长路上故事多

详见 11 版

解放路小学小记者
写生活中的感悟

详见 12 版

南环小学小记者
品味成长

详见 13 版

新华区实验小学四年级学生胡亦凡——
“功夫小子”成长记

本报记者 吴芳



“嘿、哈！”新华区实验小学武术社团里总会传出阵阵呐喊声，少年们朝气蓬勃、动作有力。4 年级 1 班学生胡亦凡便是其中一员。

在刚刚过去的这个暑假里，胡亦凡参加了第四届中国盘山武术节，获得了传统拳术二等奖、初级刀术三等奖。

梦想发芽

胡亦凡说，他之所以爱上武术，是受到了舅舅的影响。“舅舅从小就练武术，经常去全国各地比赛，得了好多奖。我十分羡慕，当时就想，我也要好好练武术，长大做像舅舅一样优秀的人。”

“舅舅告诉我，咱们沧州是武术之乡，出过很多武术大师呢。”胡亦凡说，小时候的他，最喜欢跟在舅舅后面看舅舅练武。

看着舅舅行云流水般的动作，胡亦凡也跟着在一旁模仿起来。舅舅伸手出拳，胡亦凡也攥紧小拳头往外伸拳；舅舅单腿站立，胡亦凡也摇摇晃晃地跟着单腿站。对他来说，跟在舅舅后面练武术是一件非常快乐的事情。

上小学后，胡亦凡加入了实验小学武术社团，开始正式学习武术。

加练

刚开始学，胡亦凡感觉很有意思。可是随着难度增加，胡亦凡才意识到，想要学好武术可不是件容易的事儿。

“比如压腿。教练搬来一个长板凳，让我们把一条腿放在板凳上面，教练使劲地往下压……”胡亦凡说，他当时疼得眼泪在眼眶里打转，怕同学们笑话也不敢哭出来。

他们压完腿，教练又让使劲向上踢。一开始，胡亦凡踢不过腰。看有的同学踢得很高，胡亦凡心里很着急，他在心里告诉自己：“只要努力练习，我一定可以追上他们！”于是，胡亦凡每天回家后都会自己加练一会儿。就这样，胡亦凡一天比一天踢得高，几天后就能踢到脑门了。



“功夫小子”胡亦凡

“教练常跟我们说，‘基础不牢，地动山摇’。所以，每天放学回家，我都会反复练习基础动作。”胡亦凡回忆说。

久而久之，胡亦凡的动作成了所有同学中最规范的。别的同学一段拳需要半个小时才能学会，而他只需要 10 分钟。教练也夸他基础扎实，是个练武术的好苗子。

此后，练武术成了胡亦凡每日的必修课。有一次，天空下起瓢泼大雨，可是马上快到去上武术课的时间了，胡亦凡心急如焚。妈妈劝他不要去了，可胡亦凡不想耽误学习进度，最后穿着雨衣，打着雨伞走进了雨里……

“我一定行”

今年暑假，胡亦凡参加了第四届中国盘山武术节。

第一次参加专业赛事，胡亦凡非常期待。除了在武术课上练习，他每天晚上还会到小区公园里加练。

终于到了比赛那天，在姥爷的陪同下，胡亦凡来到了比赛场地。看到来自全国各地的武术精英，胡亦凡不免感到紧张。面前的评委老师、赛场边的观众、不同机位的摄像机，对他而言都仿佛成了一种无形的压力。

上场前，胡亦凡深吸一口气，在心里给自己打气，“别紧张，我一定行”。

当比赛开始，音乐响起的那一刻，胡亦凡精神抖擞，全神贯注地投入到了武术表演中……表演结束，听到台下响起的阵阵掌声，胡亦凡开心极了。

功夫不负有心人。最后，胡亦凡凭借出色的表现，获得了传统拳术二等奖、初级刀术三等奖。当评委把奖牌给胡亦凡戴上时，他心里充满了喜悦，“那一刻，我才明白，只有战胜恐惧，才能取得成功”。

当“小老师”

在学校里，胡亦凡是老师同学们口中称赞的“功夫小子”。开学典礼、学校文艺汇演等活动中，总会出现他的身影。

老师还让胡亦凡负责教同学们“武术操”，于是他成了同学们的“小老师”。为此，他还专门拍摄了视频，方便大家练习。有同学遇到不会的地方，他也乐于指导。

平时，胡亦凡还会和武术社团里的小伙伴“切磋”几招。“在‘切磋’的过程中，我们互相学习、互相鼓励，一起进步。”胡亦凡说。

“练武术对我说，已经成了生活中不可或缺的一部分。武术不仅能强身健体，还能提高我们的专注力。能带同学们一起练武术，我感觉特别光荣。”胡亦凡说，他的梦想是长大后成为一名武术教练，传播武术文化，让更多的孩子了解武术、爱上武术。为了这个梦想，他会不断努力。

扫码看视频
新闻料更多

扫描二维码，一起来认识一下“功夫小子”胡亦凡吧。

品味奥运精神 争当博雅少年

新华区实验小学开学第一天“动感十足”



张玉华 摄

本报讯（记者 扈广川）巴黎奥运会胜利闭幕，巴黎残奥会激战正酣。9 月 1 日清晨，新华区实验小学的学生们一走进校园，就收到了校领导送来的新学期“夺金”目标卡。

新学期，新希望，“金牌梦想墙”前，同学们满怀信心地张贴亲手制作的梦想卡；奥运冠军展牌旁，学生们争相和自己喜欢的榜样合影，勇敢表达自己不断超越的决心。

升旗仪式上，校长杨丽萍阐述了奥运精神对青少年成长的激励作用，鼓励全校学生以更加昂扬的斗志和坚定的信念，追求卓越，勇攀高峰；以奥运健儿为榜样，树立远大志向，珍惜宝贵时光，坚持德智体美劳全面发展。无论是学习的

竞技场，还是生活的广阔天地，都要努力向上，用实际行动争做最美博雅少年。

实验小学用回顾奥运会的方式打开 2024 年度秋季学期开学第一课，一起品味奥运精神和力量。

各个学科都紧紧围绕“奥运”开展课程，结合学科特色，从不同角度、用不同方式为学生带来别样的新学期体验。

数学老师以“数”说奥运启航新学期，引领学生们跟随一个个数据感受一枚奖牌背后运动员的努力、艰辛与汗水，探寻赛事背后的数学奥秘；在“语文奥运会”中，同学们以抢答的方式回顾奥运知识，感受奥运文化，体会那些站在世界之巅的奥运冠军背后的汗水与坚持；奥运是速度和激情的较

量，更是科学与文明的呈现，同学们化身小小科学家，探索“跳水运动员是如何压住水花的”“为什么乒乓球会拐弯”等奥运科学谜题；在体育课的活力舞台上，同学们尽情挥洒汗水，沉浸式体验各类竞技项目（左图），仿佛亲身参与了一场激动人心的“奥运之旅”，在享受运动乐趣的同时，更将勇气、坚韧、梦想深植于心。

学校邀请了沧州体育运动学校武术散打教练张洪沧为大家带来了精彩讲座。张教练结合身边的事例为同学们诠释了“什么是新时代中国精神”，鼓励同学们走进操场、走进体育馆，用汗水浇灌梦想之花，争做新时代强国少年。