

齐鲁晚报今日滨州小记者活动之 在安全场所嬉水

7月10日下午,本报40名小记者在黑骏马健身俱乐部教练的带领下,学习了救护知识,并掌握游泳技巧,在温泉泳池里联系游泳技能。活动当天虽然天气炎热,但是小记者们却兴奋不已,跟着教练一起认真完成每一个动作,希望下水之后可以表现更加完美。

憋气、换气、划水、蹬腿,小记者们畅游水中,在温泉泳池里,学习一份技能,感受夏日的清凉,他们的身影就像鱼儿一样,快乐、灵动。

► 教练指导小记者游泳姿势和技巧。



▲ 跟着教练一起练习手臂的动作。



学习在水中如何蹬腿。



在教练的带领下,大家试试水。

暑期 乐翻天

为了使孩子们度过一个快乐、安全、健康的假期,滨城区第一小学幼儿园举行了暑期特色活动,活动的内容涵盖“激情水枪大战,亲子包混沌、做果脯面饼、做蛋挞”等游戏,通过具体的活动,帮助孩子们体验假期生活的快乐,提高孩子们的生活能力。

本报记者 谭正正
通讯员 孔令寰 摄影报道



坚持+稳重=骑行240公里+问鼎泰山

北中实验初中部 初三一班 刘瑞龙



2015年7月5日,200多公里,从滨州到泰安,最后成功登顶泰山,我们一群十几岁的少年,用坚持完成了一次难忘的毕业骑行。——题记

行漫漫长路,登巍峨泰山。览无限风光,悟人生真谛。

五百里路程,数千米海拔。站在成功的顶峰,我心中一片茫然:是什么?是什么使我有不竭尽的力量?回首,蜿蜒的道路通向起点,心中闪过一丝明悟:坚持与稳重。

居里夫人,一位崇高科学家。她十年如一日,在黑暗的小屋中守候着,不断在废渣中提炼着,头发枯了,脸起皱了,她却依旧坚持在工作岗位上,只为了那一抹动人的幽光。亦如骑行的道路上,每当精疲力尽,力量枯竭时,心中坚信成功,力量就会迸发;路途风景再好,看久也会乏味,唯有坚持使内心保持充沛,身体和心灵得到升华。成功没有快车道,幸福没有高速路。所有的成功,都来自不懈的努力和奔跑;所有的幸福,都来自平凡的奋斗和坚持。

浩瀚星空无数行星掠过。流星固然美丽却是一时的闪耀,大树生根于地,却万古长存,随时仰望星空。爬泰山时,我们往往习惯一鼓作气,爬一段歇一段;而老一辈人却知道,爬泰山急不得,只有稳如泰山,屏息凝神,以平常心去爬,才能最轻松到达泰山山顶。正如当今社会,有人说当今社会是充满激情与速度的社会;其实不然,当我们以高速度的形式去生活是时,却不知我们双脚已离开地面,面对的将是万丈高空。海边的一粒沙,选择成为高楼的一部分,而没有选择成为一颗珍珠;是因为他知道脚踏实地就是稳重,稳重就是成功。

听风吹浪涛,看海阔天空,赏壮丽山河,悟百态人生。(组织、指导老师 滨州父母学堂刘老师)

山东高考招生咨询会 (滨州) 高职场

山东省历来是生源大省,滨州作为优秀考生人数多、考生综合素质高的地市之一而备受高校青睐。为给考生与全国招生院校搭建一个权威、快捷的交流平台,齐鲁晚报将组织全国近千所知名高校举行“名校走齐鲁——山东高考招生咨询会院校联展”活动。滨州作为主要会场之一,各高校的招生老师、专家将现场为学生和家长解答关于填报志愿的相关问题,让考生可以与理想中的学校面对面交流,为填报志愿多一重保障。

7月27日,继续相约盛通人才市场(免费推荐工作)

地址:黄河六路渤海七路大润发往南100米路东

报名咨询电话:0543-3210008 招商电话:0543-3262626