

小记者周六骑马射箭玩弹弓 来鸿鑫箭道馆体验,活动全免费,快报名啦

本报泰安12月10日讯(记者 白雪) 射箭不仅是一种仪式道具,也成为了一种代表礼仪和品德修养的符号。正是弓箭对于国家来说具有举足轻重的作用,射术也被当作一项十分重要的教育内容来对待。本周六,齐鲁晚报小记者团将带大家去鸿鑫渔莊的鸿鑫箭道馆体验射箭和弹弓,想报名的小记者可在报名链接报名。

据了解,在12月6日,泰安首届“泰山弓箭手”选拔赛在鸿鑫渔莊的鸿鑫箭道馆

举行。近50名弓箭爱好者参加该赛事的角逐,比赛还吸引了济南,日照,潍坊的弓友参加。此次比赛对推动我市射箭运动起到了里程碑式的作用,鸿鑫渔莊为我市全民健身运动的新兴亮点。

泰安岱岳弓箭协会会长张继良介绍,中国弓箭文化源远流长,孔子也将射艺列为人人都必需具备的基本技能,即礼、乐、射、御、书、数的“六艺”之一。

现场担任裁判的体校射箭队张小磊教练称,从古到

今,善射者都很重视基本姿势动作的训练,从事射箭运动,不仅可以强健体魄,有效的反向矫正脊椎。同时也能对身体姿态有很好的塑身效果。

泰安市岱岳弓箭协会成立于2014年,目前有泰山箭道馆;鸿鑫箭道两个活动基地,会员300人,是一个以传统射艺文化为底蕴,弘扬中国传统射箭精神,提高自身身体素质的社团,是泰安地区唯一的弓箭爱好者团体。俱乐部的活动宗旨是培

养更多的射箭爱好者,并为射箭新人提供入门的途径,旨在推广普及大众,让源远流长的射箭文化发扬光大。

丰富群众业余文化生活,提高爱好者的身体及心理素质,培养专心致志、心无旁骛的习惯,在心如止水的公平竞技中一步步提高自我。

此次活动分两场举行。根据年龄不同,8岁(含8岁)以上的小记者可参与射箭课程,7岁(含7岁)以下的小记者可参与弹弓课程,家

长需陪同。

第一场射箭活动(限报60人):

时间:12月12日上午9点

第二场弹弓活动(限报60人):

时间:12月12日下午1点

30分

地点:鸿鑫渔莊,位于安居上上城北门东600米。

此活动免费,中午需用餐自理,每位15元,现场有航模活动,可自愿参加,每位20元。

泰安市第一实验学校 开展国家宪法日主题教育系列活动

本报泰安12月10日讯(通讯员 李晶 王文博 杜国栋) 为积极开展宪法教育,大力弘扬宪法精神,增强师生学法、知法、守法的意识和自我防范能力,国家宪法日来临之际,泰安市第一实验学校开展了国家宪法日主题教育系列活动。

升旗仪式讲宪法

11月30日的升旗仪式上,学校特别邀请到泰安市优秀律师崔艳玲女士为全体师生做报告。学校少工委杜国栋主任首先向全体师生作了国家宪法日宣传动员讲话。他指出了国家宪法日宣传活动的意义,号召全体学生要努力提高自身的法律意识,逐步提升法律素质,成为一个遵纪守法的好公民。紧接着,崔律师对国家宪法日的来历、《宪

法》有关知识、宪法与我们的生活紧密相关、了解与师生相关的法律、如何在生活、交通和社会交往中提高自我保护意识等方面的问题作了详细生动的阐述。崔律师的报告,浅显易懂,贴近学生的生活实践,受到全体师生的赞誉。通过这次报告,全体师生形成了共识:宪法,离我们并不遥远,我们生活在法治的框架内,生活在法制的社会,在法制的维护下我们的生活会更幸福美好。让我们遵纪守法,从我做起,人人争做守法的公民!

主题队会学宪法

在下午的主题队会上,各班根据学校要求,开展了以“宪法在我心中”为主题的主题队会。同学们或诵读宪法有关章节、条款,或讲述身边

的法制故事,或观看相关法制宣传视频,对宪法有了进一步的认识。

警示基地明法律

11月21日,我校组织四年级部分学生参观了泰山区检察院警示教育基地。在讲解员的指引下,学生们认真学习电子展板上的案例,踊跃互动,纷纷表示要做一名遵纪守法的学生。

学校号召各班开展宪法晨读活动和法律知识竞赛活动,并将积极组织学生参加国家、省级网上普法教育和普法作文大赛,全面提高学生知法懂法的能力。

国家宪法日系列活动的开展,增强了同学们心中的法律意识,为同学们积极地做一个知法、懂法、守法的好学生指明了方向,取得了良好的效果。

校园女神



学校:泰山中学

姓名:谷飞

教师教育格言:欣赏学生的优点,善待学生的缺点,尊重学生的人格,快乐自己的人生。

在我们的校园里,有美丽智慧的女神教师,有清纯可爱的女神学生,她们无论活泼还是安静,每时每刻都闪耀着光芒,总能撩动起别样的校园情怀。

本报即日起刊登各校的女神教师和学生,擦亮眼睛!看!女神来啦!如果作为学校和个人想参与,报名时请将教师或学生的姓名、学校以文件名的方式标注好,发送照片和格言到本报邮箱330447994@qq.com。

广播操比赛

文化路小学在12月8日举行了“七彩阳光”广播操比赛,这次比赛不仅是对学生做操水平的一次检阅,也给同学们提供了一个展示风采的平台。本报记者 白雪 通讯员 黄文娟 摄



家长快乐涂鸦释放压力解放自我

“你有多久没注意你的左手了?”

本报泰安12月10日讯(记者 白雪) 12月5日,齐鲁晚报正己兴家家公益讲堂给家长们带了一节独特的课程,李海玲和陈方利老师在活动现场教授了家长们用涂鸦的方式,来感受自己的内心世界,家长们收获很大。

12月10日,参加公益讲堂的家长们首先开始自我介绍,说明参加公益课的初

衷,管教不了孩子,自己经常烦闷、负面情绪多、生活不快乐……家长们大方地说出自己的困惑,一位家长说,“我学历也不低,赚钱也不少,可我就是胸中经常有无名火,弄得一家老小都心情不好,自从开始听海玲老师的课后,居然家庭不知不觉地和谐了,我这才明白正己兴家的意义,就是要从改变自己开始。”

家长们陆续表达完自己的思想后,海玲老师开始给大家上课。她讲了涂鸦的意义。李海玲说,很多人都极少去感知自己身体的各个部分,其实手、眼、脑都是可以感知的,他们都是相通的。“涂鸦的时候,就去感知他们,感知你自己,你会发现涂鸦出的东西也是不一样的。人要通过涂鸦去调和自己,打破固有模式很难,但

是一定要有所觉察,有一定的目标,你就会发现你的视觉感官有很大提升。”

家长们在各自的画纸前站好,用两支蜡笔同时在纸上画圆,而且两眼要始终盯着蜡笔的笔尖,在大家作画的过程中发现,有的人画着画着精力就不集中了,还有的画着画着就发现两个圆大小不一样了。

海玲老师问大家,“你

有多久没注意你的左手了?”很多家长都举起了手。

在现实生活中,除了左撇子,很少有人会注意自己的左手,但是左右手其实本来功能是一样的,如果左右手一起使用会使大脑更加地灵活。课堂在大家的讨论声中结束,课程结束后,很多家长都围着海玲老师请教各种问题,学习积极性都很高。