

# 太极承雅韵 骏马踏春来

——吕梁市太极拳协会新春联欢会侧记

□ 文/图 本报记者 王洋

春潮涌动处，太极韵悠长。1月7日上午，“骏马跃盛世 太极谱新章”2026年吕梁市太极拳协会新春联欢会启幕，来自市区15个辅导站点的拳友们欢聚一堂，以拳为媒、以艺传情，用一场融传统韵味、本土特色与时代气息于一体的视听盛宴，共赴新春之约，同绘太极华章。

联欢会在舞蹈《欢聚一堂》中拉开序幕，欢快的旋律萦绕全场，灵动的舞姿舒展自如，瞬间点燃现场氛围，既展现出拳友们携手同行的深厚情谊，更勾勒出新春佳节的喜庆图景。紧随其后，朗诵《青春中国》以激昂顿挫的语调抒发家国情怀，字字铿锵直击人心；太极刀与太极拳组合《刀定乾坤》刚柔并济，招式起落间尽显太极器械的锋芒与底蕴；王银爱老师演唱的晋剧《四月里》，则以醇厚的吕梁韵味，奏响本土文化的悠扬乐章，各类节目轮番登场，精彩纷呈。

太极元素始终是整场联欢会的核心脉络。《舞韵雅韵》将舞蹈与游龙拳巧妙融合，刚劲中透着柔美，刚柔转换间尽显功底；《观音拳》与《太极拂尘》组合，动作舒展飘逸、行云流水，将东方智慧与养生之道诠释得淋漓尽致；《太极与书法》更是别出心裁，笔墨挥洒间搭配从容有度的太极拳法，静中有动、动中藏静，完美诠释了传统文化的交融之美。此外，《24式花样太极拳》《木兰双扇》《武魂扇韵》等节目，让太极与器械、舞蹈深度交融，既展现了传统武术的多元魅力，更彰显了拳友们对太极文化的创新传承。

除了特色太极表演，跨界创新之作同样吸睛。小提琴独奏《我爱你中国》与太极八式的跨界搭配，中西合璧奏响爱国深情；主持人牛晶晶带来的藏族生日舞热情洋溢，舞步轻快传递欢乐；歌伴手语《感恩的心》温情脉脉，歌声与手语交织，道出拳友们对协会



太极拳协会会员们正在表演太极拳

的热爱与感恩；三句半《太极辅导站三句半来赞》诙谐幽默，句句道出拳友心声；韩爱萍演绎的《悟空小剧场》活泼灵动，唤起全场童年记忆；《大秧歌扭起来》红红火火，扭出了吕梁人的豪爽与对幸福生活的憧憬，现场掌声、欢呼声此起彼伏。大合唱《四渡赤水出奇兵》以磅礴气势收尾，领唱高亢、合唱激昂，朗诵铿锵有力，歌声中饱含着拳友们传承红色基因、续写太极华章的豪情。

“作为协会新成员，今天特别欢喜。退休前总在忙碌，退休后和一群热爱太极的朋友相伴，在拳架起落间感受宁静，在相聚欢乐中收获快乐，这才是最踏实的幸福。”参演者刘新莲道出了许多拳友的心声。同为新会员的张连芝也深有感触：“感谢协会给了我们展示的平台，排练中大家相互纠正动作、反复合练队形，让我感受到第六辅导站的团队凝聚力，希望更多人走

进太极，强身健体。”

参演者薛玉珍则分享了太极带来的改变：“加入协会一年多，晨练让身心状态越来越好，今天和姐妹们跳《大秧歌扭起来》，就是想将对幸福生活的向往跳出来，也欢迎更多朋友加入我们。”

“协会在市区有15个辅导站，平时大家见面机会不多。通过联欢活动，打破站与站、班级与课程的界限，既能促进会员互动、丰富中老年人社交圈，更能推动太极文化传承，让大家在集体活动中感受归属感与幸福感，实现老有所乐、老有所为。”吕梁市太极拳协会副主席郭建亮介绍，这场联欢会不仅是一次新春欢聚，更是协会凝聚力的生动展现。整场活动既彰显了拳友们积极向上、健康乐观的精神风貌，也展现了吕梁市太极拳协会蓬勃发展的良好态势。新的一年，太极之花必将在吕梁大地上绽放得更加绚烂。

本期主题：  
教师

## 课堂里的「科学魔法」

□ 本报记者 李江珊

初见闫安，是在校园科技节的彩排现场，她站在吕梁第一小学报告厅的舞台上，笑容灿烂地引导着台下跃跃欲试的孩子们。作为三年级科学老师、科学组组长，从教近二十载的她，身上总洋溢着一种令人亲近的热情。三年前，她选择“归零”，从一名经验丰富的初中数学教师转型为小学科学老师，一切从头开始。

“刚开始真有点手足无措。”闫安笑着回忆。面对一年级稚嫩的面孔，课堂管理成了新课题。转变悄然发生在一声声甜甜的“科学老师好”中。“他们太可爱了！”两个月后，她已从容驾驭课堂，甚至常被孩子们半路“拦截”，讨要一个拥抱。

她的科学课总是在探究中展开。实验室里，“你能提出什么问题？”“你有什么发现？”是她最常抛出的开场白。猜想、实验、验证，闫安坚持让学生亲手触碰科学。每堂课前的晚上，她总会自己先把实验做一遍，预想孩子们可能遇到的每一个“为什么”。她说：“我们培养的是科学素养，而不只是知识。”

这份投入悄然结出果实。今年，她指导的学生团队在省市级青少年科技创新大赛中屡获佳绩。谈起获奖作品“有为智慧农场”，闫安眼睛发亮。那源于一堂关于土壤的常规课，孩子们提出种植的困惑，她顺势引入传感器概念，一场关于智慧农场的创意由此萌芽。课后，她陪着学生钻研图形化编程，查资料、调设备，用一个半月将奇思妙想变为现实。为了这些项目，她精进编程、研究无人机，笑称“既是爱好，也是怕被学生问倒”。

如今，“我们从科学的角度来看……”成了孩子们课间的口头禅。闫安欣慰地说：“玩中学，动中做，做中思——这就是我的课堂。”在她看来，无论赛事荣誉多么耀眼，“课堂永远是主阵地”。每一次外出竞赛、每一个科学项目，最终都为了回归教学本身，点燃更多好奇的火花。

回望过去，闫安感到充实：“来到一小，我能站在更高处看教育。”而展望未来，她期待学校的科学课程体系能更快完善，让“三年规划”真正落地，使学校成为科学教育的一块高地。她也将继续深耕这片沃土，在陪伴孩子们探索世界的路上，同他们一道，成为更好的自己。

走基层 讲故事



## 青春市集里的艺韵与烟火

——离石区江阴中学“文化一条街”活动启幕

□ 文/图 本报记者 刘华

寒冬时节，离石区江阴中学的清风广场却热火朝天——近日，江阴中学的校园艺术节“文化一条街”活动启幕，成排的课桌从教室搬出，在广场上拼起蜿蜒的“市集街巷”，学生们抱着纸箱、拎着道具涌来，眨眼间，这里就成了装满青春与创意的热闹天地。

“玫瑰10元一枝，康乃馨15元两枝，精美杯花35元一杯咯！”循着清脆的吆喝声望去，“清的小花屋”摊位前，各色鲜花被彩纸精心包裹，价目表上的手绘字体活泼又醒目，围站的同学有的认真挑选花材，有的和摊主讨价

还价，花香混着少年们的笑语在空气里散开。不远处的葫芦烙画摊位更具巧思，木架上悬挂着一个个烙花葫芦，焦褐色的线条勾勒出栩栩如生的图案，旁边的预定单上，早已写满了同学们的个性化需求。

小吃区的热闹更是直抵耳膜，“沾串尝一尝”“火鸡面两元一份”“刚出炉的淀粉肠”……学生的叫卖声此起彼伏。碗碟里臭豆腐、沾串、卷凉皮、寿司等各式各样的小吃码得整整齐齐，小摊主们戴着一次性手套，手脚麻利地调酱、打包，美味的一份份小吃，

转眼就被围上来的同学买走，鲜香的气味在广场上飘出老远，成了最诱人的“市集味道”。

文创与游戏区则是另一番热闹光景。动漫周边、自制流麻、手串钥匙扣摆满铺着红底花布的课桌，色彩鲜艳的小物件引得同学频频驻足；书法爱好者现场挥毫，笔尖划过纸张的沙声里，一张张手写书签新鲜出炉；飞镖扎气球的摊位前，“中了！”的欢呼声接连响起，砸金蛋、擦鞋等特色服务摊位前也排起了小队，简易的课桌柜台前，满是少年们跃动的身影与爽朗的笑声。

没有华丽的装潢，却有亲手创造的诚意；没有专业的手艺，却有青春独有的鲜活。这场“文化一条街”，不只是一场热闹集会，它让学生在吆喝叫卖中学会沟通与协作，在手工制作里触摸文化与创意的温度，更在烟火气十足的互动里，体会到“劳动创造价值、创意点亮生活”的真谛。

当市井烟火与校园文化在此交融，当传统手艺与青春创意在此碰撞，离石江阴中学不仅为学生上了一堂浸润生活、滋养成长的实践课，更成了学生们藏着欢笑的温暖记忆。而这在青春里埋下的创造与热爱，也将成为少年们未来生活里的一抹亮色。



江阴中学学生正在吆喝售卖

冰雪逐梦启新程

## 吕梁青少年冬令营燃动寒冬

本报讯（记者 王洋）风烈天寒，吕梁大地银装素裹，冰雪运动热潮涌动。近日，“奔跑吧！少年”吕梁市青少年儿童冬令营开幕式在吕梁市体育馆滑冰场举行，来自全市各地的100余名青少年学员齐聚一堂，满怀憧憬地开启冰雪之旅。

简短的开营仪式后，孩子们在专业教练的指导下认真开展热身运动，整齐穿戴好护具，迈着好奇的步伐踏上冰面。滑冰场内，不少孩子是首次接触冰上运动，虽不时遭遇滑倒的小插曲，但新奇的体验与冰雪的魅力让大家热情不减、兴奋不已。从初上冰面时的小心翼翼、试探前行，到逐步掌握平衡、攻克基础技巧，孩子们在一次次练习中锤炼技艺、稳步提升，更在直面挑战中磨砺了意志、收获了成长。

“希望通过冬令营的系统学习，熟练掌握各类滑冰技巧，

未来能成为一名优秀的滑冰运动员。”青少年参训者王习茜眼神坚定地说道。“我不仅想学新的冰雪技能，还希望认识更多志同道合的小伙伴，一起感受冰雪运动的快乐。”参训者吕墨涵脸上洋溢着期待的笑容。

据悉，本次冬令营分四期举办，面向全市6至12岁青少年免费开放，预计总参与人数将超过400人。近年来，吕梁市始终致力于推动冰雪运动普及推广，通过持续举办冬令营、开展“冰雪进校园”、开设公益体验课等多元化举措，不断拓宽青少年参与冰雪运动的渠道，让更多孩子在冰天雪地中感受冬季运动的独特魅力。如今，冰雪运动已逐步走进千家万户，成为吕梁青少年冬季锻炼身体、丰富课余生活、培育拼搏精神的重要方式，为这座城市的寒冬注入了蓬勃向上的青春力量。