

## 欢庆“六一”国际儿童节

## 市长征小学西校区庆“六一”活动精彩纷呈



本报讯 (记者徐国华)6月1日,市长征小学西校区举行庆“六一”暨“红领巾爱运动”少先队主题活动。活动以“智启科创承古韵 艺润校园绽芳华”为主题,以释放天性、收获快乐、人人参与、绿色减负为目的,融娱乐、游戏、体育竞技于一体,营造了良好的校园文化氛围。

现场气氛热烈,节目精彩纷呈。活动“跃动童心”体育主题展演格外吸睛,《醒狮操》结合威风锣鼓,震撼全场。作为“全国青少年校园足球特色学校”,一群活力四射的足球宝贝用精彩表演展示了足球运动的魅力和活力。

据悉,今年该校持续打造“1+6+N”校园科技文化艺术节系列活动。从4月以来,已先后开展了八大校园文化篇章,课本剧展演、科创作品展、英语口语剧比赛、经典诵读吟唱、徒步博物馆研学、科普活动、歌咏比赛以及少先队主题活动。这些活动让孩子们在艺术中陶冶情操,在科创中开阔视野,在传承中涵养品德,书写了素质教育的生动篇章。

## 童心飞扬庆「六一」

“六一”国际儿童节当天,我市各中小学、幼儿园纷纷开展丰富多彩的主题庆祝活动。文艺汇演、趣味游戏、才艺展示等精彩活动轮番上演,校园内彩旗飘扬、欢声笑语不绝于耳。



市实验小学的孩子们正在玩趣味游戏。

本报记者 张存良摄



繁峙县实验小学“六一”文艺汇演。

马艳青摄



市七一路小学开展少先队主题活动。

本报记者 张存良摄

本报讯 5月31日,由忻州文化研究院(五台山研究院)主办的北路梆子历史剧《徐继畲》创作研讨会在我市召开。

本次会议采用线上线下相结合的形式,邀请全国及省内知名戏剧理论专家、编剧、导演、戏曲表演艺术家参会,众人围绕人物塑造、舞台呈现等核心内容展开深度研讨,为剧目打磨精准把脉、建言献策。

徐继畲是近代思想先驱,也是近代中国“正眼看世界”的代表性人物,五台籍。其著作《瀛寰志略》打破了传统认知局限,拓宽了国人的世界视野。他开放豁达的胸襟、求真务实的精神,至今仍具备鲜明的时代价值。以北路梆子演绎徐继畲的生平事迹,既是致敬本土历史先贤、传承优秀人文精神,也是推动北路梆子实现创造性转化、创新性发展的有益探索。

研讨环节,本剧编剧代表裴军强

首先介绍了剧目的创作背景、叙事结构、人物塑造思路与核心创作理念,分享了团队在史料还原与艺术表达之间寻求平衡的创作历程。交流点评阶段,与会人员立足不同视角,从剧本立意、文本细节、情节编排、剧种特色融合等多个维度展开研讨,结合行业经验与艺术规律提出不少专业务实的修改意见与优化方向。整场研讨氛围浓厚,各方真知灼见为剧目后续完善厘清了思路、指明了方向。

作为北路梆子振兴工程重点打造剧目,《徐继畲》肩负着传承地域文脉、振兴传统戏曲的使命。主办方表示,主创团队将全面梳理,认真吸纳各位专家的意见建议,恪守“精益求精铸精品,守正创新树标杆”的创作理念,将徐继畲的精神内核与北路梆子艺术精髓深度融合,力争把《徐继畲》打造成经得起检验、广受群众喜爱、能够长久流传的戏曲精品。

(傅晨起)

北路梆子《徐继畲》创作研讨会在我市召开

## 静乐县举办首届课桌舞暨第二届童声合唱比赛

本报讯 5月30日,静乐县举办首届课桌舞暨第二届童声合唱比赛。由新建小学、爱乐希望小学等学校选送的8支参赛队伍齐聚一堂,孩子们用嘹亮的歌声与灵动的舞姿,为现场观众带来了一场精彩的视听盛宴。

比赛在主持人热情洋溢的开场白中拉开帷幕。随后,课桌舞比赛率先登场,各支参赛队伍的同学以课桌为舞台,用整齐划一的动作、饱满昂扬的热情,将节奏明快的旋律与充满活力的肢体语言完美融合,展现出该县小

学生朝气蓬勃的精神风貌。

课桌舞比赛结束后,合唱比赛接力上演。《雪绒花》《祖国有我》等一首首经典曲目,在孩子们清澈嘹亮的演绎中,传递着对党和祖国的热爱,也唱出了新时代少年的责任与担当。

此次比赛的举办,为该县中小學生提供了展示自我的舞台,让艺术的种子在孩子们心中生根发芽。

(贺晋龙 江一凡)

(上接第一版)

而当你以为他们的天花板只是小件文创时,森雅轩亮出了“大招”:佛光大殿,南禅寺、应县木塔……一座座山西古建筑经典,被以惊人精度复刻成木艺模型。结构、肌理、神韵,分毫不差。这些大型作品频频亮相各大展会,成为忻州递给世界的一张“木制名片”。特别是森雅轩位于佛光寺旁的独特地理优势,也成为古建爱好者和各大大专院校师生研学的理想之地。

佛光大殿作为“中国第一国宝”,为何能屹立千余年不倒,一直是学界探讨的热门课题。究其原因,内部结构是奥秘所在,但在现场却无法窥探其内部结构。森雅轩古建的1/10大型吊装式东大殿模型正好为这一难题提供了答案。“一木一器藏文脉,一琢

一磨见初心。”森雅轩晋作木艺园的每一件作品,都不只是器物——它们是长城脚下、三晋大地上,一段被木头记住的故事。

从纯手工坚守榫卯技艺,到四大复刻体系,再到文创破圈与古建模型,这家扎根五台的古典家具企业与旗下木艺园,走出了一条非遗活化、产业赋能、乡村振兴的路子。长城文脉在这里没有被封存,而是被刨花、打磨、拼接,焕发出生机。

公司负责人王少俊表示,企业将配套建设1200年唐代佛光寺木结构建筑技艺的研学基地,让古老的忻州木作技艺传承下去,发扬光大。

在忻州,文脉不只在书里、在墙上,还在木屑纷飞的车房里,在年轻人沉稳的手势里,在一榫一卯的咬合声里,生生不息。

## 巩固提升创文成果

## 忻府区顿村:践行文明新风 破除陈规陋习

本报讯 (记者张志远)近日,忻府区顿村热闹非凡,一场以“践行文明新风 破除陈规陋习”为主题的移风易俗宣传活动在这里展开,通过接地气的宣传形式,引导村民树立文明生活理念,让新风正气融入百姓日常。

活动现场,志愿者早早布置好宣传点位,鲜红的“婚事新办减负 丧事简办显孝心”“拒绝铺张浪费 倡导勤俭节约”等横幅格外醒目。大家手持精心设计的宣传彩页,向过往村民发放。面对村民提出的疑问,志愿者用“拉家常”的方式耐心解答,并结合身边常见的婚丧嫁娶案例,讲解铺张浪费、封建迷信

等陋习的危害,倡导“婚事新办、丧事简办、喜事俭办”的文明新风,鼓励村民从自身做起,主动抵制陈规陋习,争做文明风尚的传播者和践行者。

“这活动办得太及时了。”今年68岁的村民张大爷拿着宣传彩页,感慨地向记者说道,“以前村里办红白事,总有人觉得排场小了没面子,互相攀比着花钱,不少家庭被‘人情债’压得喘不过气。现在通过志愿者这么一讲,大家都明白了,厚养薄葬才是真孝顺,勤俭节约才是过日子,的正道,这文明新风就得靠宣传慢慢树起来!”张大爷的话,也说出了现场不少村民的心声。

## 健康知识 | 孩子正在长身体,胖一点不用管?

现代生活方式使高油高糖饮食、久坐少动、作息紊乱等问题日益普遍,这也使得儿童青少年肥胖呈现低龄化、常态化趋势,成为危害未成年人身心健康、影响长远国民健康的突出公共卫生问题。童年是体格构建、代谢定型、习惯养成的黄金窗口期,儿童阶段的体重与健康状态,直接奠定一生的疾病风险与身体素质基线。早期科学开展肥胖防控,是从源头减少慢性病、守护儿童茁壮成长、夯实全民健康根基的关键举措。

2026年世界肥胖联盟发布全球行动倡议——“80亿个理由行动起来应对肥胖”,再次向全世界敲响警钟:肥胖是一种慢性、复发性疾病,是覆盖全人群、影响全生命周期的全球性公共卫生挑战,关乎全球80亿人的健康福祉。当前,我国肥胖人群总量位居全球首位,其中儿童青少年肥胖持续攀升的态势尤其值得警惕。

国内外多项流行病学研究显示,2014—2020年,我国城市儿童超重肥胖率由21.6%上升至26.4%。若缺乏系统干预和科学引导,这一增长趋势将持续加剧,预计2030年我国城市儿童超重肥胖率将达31.8%。可见,儿童青少年的肥胖防治应从娃娃抓起!

但在生活中,不少家庭对儿童体重增长存在根深蒂固的认知误区,直接导致肥胖发现晚、干预迟、管理松。一些家长信奉“孩子正在长身体,胖一点没关系”“树大自然直、长大自然瘦”等传统观念,认为儿童期肥胖会随生长发育自行改善。事实上,童年肥胖并非暂时性体态问题,而是贯穿一生的健康隐患。医学研究证实,80%的儿童期肥胖

会延续至成年,也就是所谓的“轨迹现象”。因此,肥胖防治不仅要娃娃开始,还要关注其成长的每个阶段,贯穿生命全周期,不能放任自流。

与此同时,不少家长担心,控制孩子体重会限制营养摄入,影响生长发育。事实上,儿童肥胖管理绝非节食减重,其核心是建立科学、健康、可持续的生活方式。通过“吃、动、睡”综合调控,养成健康饮食、科学运动、规律睡眠的生活习惯,进而实现体态均衡、代谢稳定、身心同步发育。因而,科学的生活方式会促进儿童的健康成长。

需要强调的是,儿童青少年肥胖并非“体型偏胖”影响形象这么简单。其危害深远,可累及全身多系统健康,给成年埋下慢性病的重重隐患。

一、诱发代谢综合征  
体内的营养物质长期过剩,机体代谢长期超负荷,会导致代谢紊乱,主要表现为高脂血症、高血压、脂肪肝、高胰岛素血症、胰岛素抵抗甚至糖尿病。

二、提升高血压风险  
数据显示,肥胖儿童中,高血压患病率约为16.35%。但因儿童血压升高多呈隐匿、缓慢进展状态,早期往往无明显症状,也没有不适感,因此极易被忽视。待出现明显症状再去就诊时,往往已造成高血压的靶器官损害,即心脏、肾脏、眼底、脑血管等损害,且这些损伤都是不可逆的。

三、扰乱内分泌  
肥胖会干扰儿童下丘脑-垂体-内分泌轴功能,出现性发育异常,比如性早熟、青春前期发育提前、隐匿性阴茎等。

四、诱发精神心理疾病  
肥胖儿童因体态臃肿,部分伴黑棘皮症,容易产生自卑、敏感、怯懦等心理,导致孩子不愿社交、回避集体活动,长此以往,甚至可能出现抑郁状态,严重损害心理健康与性格养成。

五、形成睡眠与肥胖的恶性循环  
睡眠不足会导致肥胖,而肥胖的孩子更容易发生阻塞性睡眠呼吸暂停综合征,表现为打鼾、憋气、睡眠浅、反复惊醒等,影响睡眠质量,形成“睡不好—更容易胖”的恶性循环。

那么,对于肥胖的儿童青少年,如何在日常生活中科学管理体重呢?

一、关注身高、体重、腰围的变化,避免短期内体重增长过快。

二、调整饮食结构:减少高热量食物(如油炸食品、甜饮料)的摄入,增加蔬菜、水果和全谷物的比例。保证蛋白质摄入,每餐七八分饱,吃饱就停。

三、享受运动快乐:减少久坐、屏幕接触时间。户外运动不仅能消耗热量,还能让孩子接触自然、放松心情。每天1小时中高强度运动,其中有30分钟以上持续的中等强度有氧运动,既健肌强骨,又消耗脂肪。

四、保障高质量睡眠:保证每天睡够8至9小时,固定作息,睡前少看电子产品。

此外,若孩子频繁出现头痛头晕,血压升高,肝功能异常,睡觉打呼噜明显,睡眠憋气等,应及时到医院就诊,进行专业的评估,在医生指导下进行个体化方案干预。  
(据《光明日报》)

时评 SHI PING  
ZHENGJIAOSHICHUANG

## 善用数字产品 呵护美好童年

数字时代的快节奏里,我们更要认真审视数字产品在儿童教育中的作用,善用数字产品,让孩子们健康成长

又是一年儿童节。关爱儿童、尊重成长的理念,正随着社会的发展不断拥有新的内涵。日前启动的全国学前教育宣传月活动,以“共同守护数字时代的童年”为主题,呼吁勿以数字产品代替陪伴与互动。

手机、平板电脑等数字产品可以迅速吸引孩子的注意,不仅被部分家长视为“育儿帮手”,更被应用在早教中。一些幼教机构用平板电脑上的互动游戏代替传统的积木拼图,用播放动画片代替图书讲读,还有不少早教APP把“益智开发”“解放家长”当作卖点。

数字产品作为教学工具有其高效、智能的一面,还能在一定程度上节省家长和老师的精力。手机、平板电脑等数字产品的便携性,进一步释放了数字产品在教育方面的潜能,使个性化学习和碎片时间利用成为常态。但如果不合理控制使用时间,带来的问题也不容忽视。屏幕里的虚拟世界无法替代生活中的奔跑与交流,搭积木、拼拼图、做手

工等真实场景带来的鲜活触感和体验,更是使用数字产品难以替代的。过早开始、过长时间接触数字产品,对孩子的视力发育和大脑发育都有一定影响。而沉溺于短视频、小游戏的即时刺激,不仅会弱化孩子们的专注力和耐心,更会使他们难以从真实体验和互动中获得乐趣、感受美好。

让孩子养成良好的数字产品使用习惯需要多方合力。家长、老师等要做好表率,避免在家里和课堂上过度使用数字产品给孩子造成不良示范。幼教机构可开发更符合孩子成长规律、身心特点的教学内容和互动形式。例如,一些幼儿园开设农业类课程,把课堂搬到田间地头,既帮助孩子们增强动手能力,了解农业知识,又把珍惜粮食、热爱劳动的种子播撒在稚嫩心田。

相关部门可进一步完善行业标准和从业指引,对幼教机构使用数字产品的场景做出明确规定。同时,可引导早教APP开发者明确“辅助”教育的定位,让产品功能与现实生活中的阅读、游戏活动更好结合。

健康快乐的童年,离不开真诚陪伴与用心呵护。数字时代的快节奏里,我们更要认真审视数字产品在儿童教育中的作用,善用数字产品,让孩子们健康成长。  
(据《人民日报》)