



健美操比赛场景。 记者 戴斌/摄

曼妙的身姿 展示了孩子们的风采

我市小学生健美操比赛昨举行

□记者 顾嘉懿

本报讯 昨天，宁波市第三届“春芽子杯”小学生健美操比赛暨全国全民健身操舞推广赛（宁波站）在雅戈尔体育馆落下帷幕，我市近30所小学、幼儿园的师生、教练员在一天比赛的忙乱“节奏”中度过了一次具有纪念意义的“六一”儿童节。

在比赛中，曼妙的身姿充分展示了宁波孩子们的风采。从早到晚，比赛持续了整整一天，相继进行了自编有氧舞蹈、竞技自编单人、规定等级套路、竞技套路、花球啦啦操等多种不同类型的健美操比赛。小学组的比赛主要是团体操，也有为好苗子们准备的单人、混双、3人、5人等竞技类比赛。

鄞州华泰小学四年级的金焯雯是学校的“种子选手”，一个人要参加4个不同的项目。有着体操基础的她表现实在出色，直把竞技自编单人、竞技自编混双两项的一等奖收入囊中。当天她还是带伤上场，“左手食指在前一天训练时扭伤了，都肿了，多少痛啦，比赛时完全看不出，动作都是高质量完成的，你看她的腿子后手翻多少漂亮！”华泰小学的健美操教练对金焯雯的形体赞不绝口，不过“她是有基础的，在省体工队练体操时还拿过全国冠军呢”。对金焯雯来说，这点苦头“跟在体校的时候比算不了什么，就是一定要坚持下来”。“再大的苦也都吃过，刚从体校出来时，她两只手上都

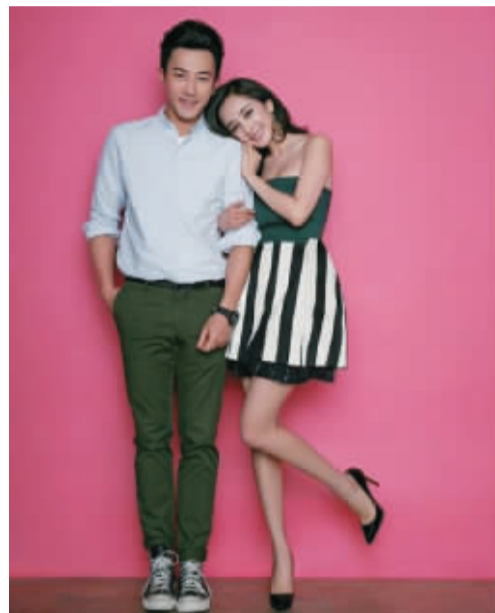
是茧子”，妈妈罗丹说起女儿练体操的辛苦很心疼，也很骄傲，“之前，省体育大会上拿过跳马冠军；如今，已经被市健美操队看上，每周末都在市队训练”。

不过，像金焯雯这样的“专业选手”只是昨天比赛中的零星几个，大多数队员仍是学校兴趣班、运动队一手“培养”出来的。看台上，一位母亲看着场上正在比赛的女儿目不转睛，还拿手机拍了段视频。“她还不知道我来了，因为她在家从来不跳给我看的”，戎女士说起女儿又好气又好笑，“她今年四年级，是去年被体育老师选上跳健美操的。以前完全没基础，没学过，没想到她还挺喜欢的”。一年多来，戎女士也常为女儿感到“辛苦”，“每天很早起来要练，下午放学也要练，不过想着她喜欢，还是支持的”。终于看到女儿跳舞的戎女士还沉浸在难以言表的激动中。

如果说小学生已会为自己才艺感到一丝害羞，那幼儿组的比赛则是充满了“表现力”。宁波市实验幼儿园（闲庭校区）健美操小组准备了两个节目，哑铃操和韵律操。上场前，老师还在组织孩子们在候场区“来最后一遍”。妈妈陶士英在一旁照看着7岁的女儿黄佳仪，“是上学期初的时候，体操老师选出来的，她还很开心，自己也喜欢”，“但练起来还是很累的，特别是劈叉，练得苦死”。陶士英对女儿采取鼓励政策，“女孩子都爱美，要经常夸夸她”，她觉得，练体操对女儿的“形体和毅力都有帮助，坚持也是想锻炼她的忍耐力和意志力”，“不过她更喜欢表演，不喜欢比赛，因为表演还能即兴发挥，比赛不能出错，必须完美。”

杨幂喜得千金 刘恺威透露小名叫小糯米

杨幂昨日在香港喜得千金，重6斤。昨日14时14分，刘恺威更新微博报喜称：“欢迎刘家新成员！母女平安。”刘恺威还透露女儿小名叫小糯米。对此，众多圈内好友听闻杨幂产子消息纷纷送上祝福，于正、林心如、陈法蓉、佟丽娅、戚薇、迟帅、戴军等都转发刘恺威的微博祝贺这对夫妇。大左更调侃杨幂女儿，给其取名：刘杨河。 本报综合消息



刘恺威杨幂夫妇

企业家文化节 乒乓球比赛结束

第五届宁波市企业家文化节乒乓球比赛前天举行，本次比赛有23家单位报名参赛。本届企业家文化节历时两个月，先后上演乒乓球赛、羽毛球赛、钓鱼比赛、足球赛、书画展览等10多个单项活动。

记者 戴斌 通讯员 何民



比赛场景

快讯

●2014年浙江省中小学生羽毛球积分赛第一站昨天在临海结束，由宁波小球训练中心培训的队员分别代表各学校参加了比赛，共获10金4银6铜。其中获得金牌的选手是：高中组女双芦媛媛/金学意，初中组男单朱海源，初中组男双朱海源/王昶，小学甲组男单胡泽焘，小学甲组男双胡泽焘/周旭帆，小学甲组女单林昕，小学甲组女双林昕/李睿婷，小学乙组男双王轩/褚健恒，小学丙组女双柴愉然/潘亦晨，小学丙组女单贺婉婷。

记者 戴斌 通讯员 胡君

●经过两天较量，2014年宁波市第二届少儿象棋棋王赛昨天结束。

参加本次比赛的72名选手均为2001年元旦以后出生，是各县（市）区少儿象棋的佼佼者。最终童宣程以9盘全胜的成绩夺得冠军，第二至八名依次是赵嘉彬、蒋越伦、胡桐、柴瀚捷、樊平、陶恒、胡晟潇。此外，本次有10余名女生参赛，其中严子熙和胡家艺两人排名第18名和19名，获得特别颁发的“敢斗奖”。

记者 戴斌 通讯员 应民光



泉帆 著

爸爸比较谨慎，线路和车次确定后，他选择了可以签转的车票，后来他说给我们定一等车厢，人比较少些，服务更好些，孩子活动空间更大些。最后，他还都给我们定了有桌子的座位，三张票定成两张靠窗一张靠过道，这样我们娘儿仨可以霸占一个半封闭空间，孩子们趴在桌子上可以画画、玩手机、吃东西，都比较方便……

全程需5个小时，中途要换三辆火车，最长的也只有两个小时，剩下的都是一个多小时，一般刚坐下来，孩子们总是会看半天铁轨、站台和外面的风景，然后吃点东西，看看书，画画填色，或者小范围活动一下，根本来不及枯燥，就该穿衣服赶下一辆火车了。妈妈也没闲着，除了充当互动的对象、角色外，还间或拍几张照片，轻松随意和慵懒。

男一送我们到站台，他带我看一张图：“这里标着车厢和站台的对应位置，你们是5车厢，站台是D区，就站在这等，距离你的车门最近。”后来我发现每个站台都有这种图，只要找到站台，根据你的车厢然后在相应位置等候，可以不慌不忙地上车。

另外，德国火车分一等二等车厢，除了票上面有显示，车厢本身也有一等和二等，车厢里面的连接处，或者地板上，也都写着一等或二等。如果慌忙坐错了，也不要紧，检票员会告诉你，到时换地方就行。一等车厢除了人少，另外可以点餐点咖啡，列车员都可以送过来，同时还附赠小包装的糖果饼干和巧克力豆。火车检票员也是卖票员，临时上火车的可以补票，刷卡和现金都行，很方便。

总而言之，在时间允许的情况下，有机会带孩子外出转转，从各方面来讲都是好事。乘火车到法国过周末，兄妹俩也是感受多多，除了见到朋友一家很开心外，乘坐火车，对孩子们来讲也很新鲜，增长了不少见识。回来后两个人争着给幼儿园的老师讲：“我们乘火车去旅行了，实在太棒了。”

童一和妹妹最喜欢的一本童书就是《我想去看海》，小鸡卡梅拉在海上差点被吃掉，被迫每天下一只蛋，后来遇到一只喜欢的红色火鸡，最后平安回到家。

孩子的成长会出现各类情绪和状况，培养他们勇敢、独立、乐观、坚毅的品格，让他们遇事能自行思考，卡梅拉就像孩子们的一个朋友，让小朋友明白：原来，生活中除了幼儿园，除了读书写字，还有更多好玩的事。

记得每次读到卡梅拉见到了蓝色的大海，漂在海上时，孩子们都会问：“妈妈，我们什么时候也去看大海呢？”

大海有着无穷的魅力，海边假期也老少皆宜，是举家旅行的一个好项目。孩子们除了喜欢玩水玩沙，他们也

喜欢海浪、海风、海上日出和日落，包括海边觅食的海鸥，或浅滩上遗留的贝壳和小螃蟹，都让小朋友欢呼雀跃。

海边度假，相对来讲比较闲适，不用赶景点，没有舟车劳顿，大人可以睡到自然醒，孩子们可以玩到太阳落山，不怕热不怕晒，除了喝水和吃冰激凌，大家还有很好的胃口吃不同的美食。大人孩子没压力，情绪安好，闲适自在。

说起来，几年里带孩子们去过好几次海边了，但好像每次都玩不够。最喜欢带孩子做的就是拣很多贝壳，在沙滩上修水道，和浪花赛跑。海边的活动貌似简单，但是让孩子们乐趣无穷，津津乐道。

童一的爷爷奶奶安居在温暖的葡萄牙，我们约了两位老人一起到里斯本，然后再开车到葡萄牙最南端法鲁的海边。兄妹俩由于和爷爷奶奶经常打电话和聊视频，一点儿也没隔阂，一声一声的“Oma、Opa（爷爷、奶奶）”，在老人身边环绕着，那份亲密和爱意，浓厚又绵长。他们要么和奶奶一起做游戏、画画，要么腻在爷爷身边，抢爷爷的眼镜看动画片……

这次海边最开心的保留节目就是捉小螃蟹。傍晚退潮后，海边的浅水湾里有很多大拇指大小的小螃蟹，带个小桶，拿起孩子们的挖沙铲子，慢慢靠近，然后猛地上撩，就能逮到。最多的一次我们一家子逮到了40多只小螃蟹，不过玩过后又将它们放回水里了。爸爸和爷爷都先和孩子们说好：“可以捉，但必须再放回去，小螃蟹们需要慢慢长大。”

责编 胡晓新 校对 马晓燕