



# 找寻经典里的延安魂



●《安塞腰鼓》



●《我的城 我的魂》



●《杜甫延安行》

本组照片由实习记者 赵合欢 摄

经典诗文是中华优秀传统文化的产物，是中华民族精神文化的组成部分。上周，延安市实验中学初一年级开展了“我的城 我的魂”经典诗文诵读活动，学生们通过再现经典里的延安，来亲近、欣赏、领略、体验中华民族灿烂的文化，从而激发对祖国、对家乡的热爱，提升人文素养，增强文化自信。

活动中，学生们将一腔诗情化作高声歌唱、浅吟低唱，以最美的青春之姿，展现实验学子的精神风貌。每个参赛班级都为活动做好了准备：精心斟酌道具，

搭配服饰，认真挑选背景音乐，制作背景视频……朗诵、情景剧表演、歌曲联唱等多种新颖有趣的诵读形式，点点滴滴凝聚着他们的智慧，诠释着中华经典篇章的魅力。

一篇篇经典佳作，经过教师们的精心编排，学生们或激昂或婉约或清新地诵读，展现出了个人的风采和集体的魅力，再现了经典诗文的质感画面，真是诗中有画，文中有情。精彩纷呈的比赛，令台下的观众仿佛置身于中华经典诗文的海洋。

(邓婷婷)

## 走近经典，品读延安

经典是一首荡气回肠、百吟不厌的诗，是一本充满哲理、启人心智的书，是先人给我们留下的智慧，教我们什么叫“落霞与孤鹜齐飞，秋水共长天一色”的诗情画意；什么是“会当凌绝顶，一览众山小”的磅礴气势；什么是“桃花潭水深千尺，不及汪伦送我情”的深厚友谊；什么是“书山有路勤为径，学海无涯苦作舟”的勤奋刻苦；什么又是“百尺竿头，更进一步”的理想信念。

这次的诗文朗诵比赛意义非凡。在诸多节目中，令我印象尤为深刻的是《杜甫延安行》。虚实结合，在朗诵中穿插着表演，生动形象地讲述并呈现了大唐王朝从繁华转向衰亡。杜甫怀着壮大的报国之情，北上寻找皇帝想要为国效力，可事与愿违，被叛军压至长安狱中。既有“朱门酒肉臭，路有冻死骨”的打抱不平，也有“所愧为人父，无食至天折”，对幼子饿死自己却无能为力自责；有“歌罢仰天叹，四座泪纵横”的无奈，还有“举头向苍天，安得齐鸿鹄”的有心无力；不仅是“遥怜小儿女，未解忆长安”对亲人的思念，更是“国破山河在，城春草木深”的悲哀。

除了像《杜甫延安行》《范仲淹》这样的古代人物专题节目，还有近代陈毅元帅的诗作节目《梅岭三章》，表现了当年革命的艰辛，表达对牺牲者的缅怀；

《沁园春·雪》表达出一片千里冰封、万里雪飘的景象，仿佛让我们回到长征时令人魂牵梦萦的北国风光；《延安与中国青年》讲述了延安的悠久历史和我们的重要使命；《白杨礼赞》讲述了几位文人虽受压迫，却依旧保持着坚强不屈，力争上游的信念；《回延安》表演了知识分子回到延安时父老乡亲的热烈欢迎，生动形象地表达了诗人贺敬之对延安的思念；而《安塞腰鼓》诠释了安塞腰鼓历史悠久，振奋人心，令人感到激情澎湃。

延安精神是中国共产党在延安建立革命根据地时所形成的一种精神，帮助共产党、红军、延安人民克服种种困难，为新中国的成立奠定基础。实事求是，艰苦奋斗，自力更生，全心全意为人民服务等这些宝贵的精神放在过去，现在乃至未来，任何一个时间段都是很有价值和意义的，值得我们去学习，去不断地学习、传承，并且将它发扬光大。

这次的诗文朗诵比赛不仅仅是一场比赛，更是一次学习的机会。让我们学到了很多知识，了解历史文化，了解了延安的历史和文化底蕴，让我们走近古代文人、近代文人以及文人笔下的山、水、人、事，领略了延安的红色革命文化，感受了延安精神的丰富底蕴。

(延安市实验中学初九一班 付亿 指导老师 赵伟)



## 体育节，我们又夺冠了！



“明天女足开始比赛！”我们兴奋地又蹦又跳。这是学校一年一度的体育节，我们班女足因为去年是冠军，老师希望我们还能再拿下冠军。

第二天中午，我们整装待发，信心满满地来到操场上，准备迎接第一场比赛。和我们对战的是去年的亚军九班，实力很强，开场就气势汹汹，我们好不容易熬过上半场，已是伤痕累累。下半场，我们拼尽全力对抗着，不让一个球落入我们的球门，比赛结束时，双方都没有进球，得点球争高下了。

我当时想我们必胜无疑，因为球队里的魏子萱和我都是点球高手。果然，点球的时候我一个飞球踢进去，气得对方守门员都跌下了。轮到她们的时候，只见那队员向后退了几步，起跑，不料居然踢斜了，没进。第二次是宁宁寻点球，她一个飞球在空中转了一圈，向球门滚了出去，让对方的守门员白忙活了一阵，还差点儿把头碰到。第三次点球她们运气还是不怎么好，被我们班的守门员白祖溪抱住了。再看我们班魏子萱点球，她坚定地咬了咬牙关，狠狠踢了一脚，又进了！队员们都欢呼起来，可我们几个主力却哭了。家长、老师和同学们都说我们太激动了，其实是因为太疼了——比赛时，我们有的被踢中了肚子，有的被踢中了小腿、大腿……

第二场比赛我们和六班对战。她们的守门员和我们的守门员是好朋友，她们的前锋和我们的前锋还是闺蜜，老师风趣地说，这是一场闺蜜之战。比赛开始了，我们都尽心尽力，希望能为班级争光。突然对方的后卫因为害怕，拿手护了一下头，结果却手球了，刚好犯规点球门很近，我们又有了又一次点球的机会。随着裁判员的哨声，教练示意我去点球，我自信地走上前去，飞起一脚，“啊！进了！”我高兴地喊道。最后我们以1:0的成绩进入了半决赛。

半决赛是挡住我们成为冠军的一条河，所以我们必须好好对待这场比赛。这次是和十二班对战，她们个个身强体壮，相比之下，我们又瘦又小，还真有些难度。比赛刚开始他们就进了一个球。下半场的时候，我们班的宁宁寻一下子进了两个球，我真是太高兴了，教练还夸我们扭转了比赛，反超了人家，非常了不起。

决赛是和一班对战，上半场结束的时候我们一比一平，直到下半场快结束的时候，我们全体队员用尽全力，终于又进了一个球。最终，我们班女足如愿以偿，连续获得了两届体育节足球冠军。

(延安职业技术学院附属小学四年级二班 高景云)



## 比创意 学科技



上周，延安市第三届中小学人工智能暨创客大赛在延安市新区第二小学和新区第五幼儿园成功举办。

大赛共设ENJOY AI普及赛、创意制造挑战赛、无人机障碍竞速赛、幼儿大颗粒积木建构主题创意搭建、Scratch图形化编程、Python编程等13个赛项。全市共有1823支队伍、2180名学生报名参赛。经过对全市Scratch图形化编程等部分赛项进行初赛选拔后，共有622支队伍、772名学生参加决赛。

人工智能是当今世界科技发展的前沿领域，正在深刻地改变着我们的学习、工作和生活方式，也改变着人类社会生活和整个世界。大赛负责人表示，希望通过比赛激发孩子们的科学创新思维，培养人工智能科技创造动手实践能力和团队协作意识，促进科学素养提升。

(记者 樊江江)

## 花样跳绳再掀运动风潮

身披初冬薄雾，沐浴冬日暖阳，11月28日，宝塔区新新小学第一届花样跳绳比赛开始了。这是该校继花式篮球、安塞腰鼓之后，掀起的又一轮运动风潮。

当天下午，来自不同年级的少年健儿们奋勇拼搏，他们不畏压力，斗志昂扬。整个赛场上，欢快的节奏和热情似火的呐喊声交织在一起，形成了最美妙的旋律。只见一根根彩绳在空中飞舞，像一群欢快的蝴蝶，在阳光下闪烁着迷人的光芒。少年们手持着彩色的绳子，在空中舞出一条优美的弧线。他们身姿挺拔、动作敏捷，仿佛化身舞者，在这个属于他们的舞台上尽情展示自己。

新新小学校长南志忠坚信，体育是育人的重要载体，多年来坚持在学生中普及篮球、腰鼓等运动，逐渐形成自己的学校特色。今年新增的花样跳绳也是学校认真筛选后的结果。南志忠认为花样跳绳把跳绳和音乐结合，运动强度大，技巧性强，不仅可以锻炼学生身体，培养学生身体的协调性，而且还可以挖掘培养学生的艺术潜能。让孩子们在篮球和腰鼓之外，有更多的运动选择。

这不仅是一场花样跳绳比赛，更是学校用彩绳为孩子们编织起来的成长之路。

(姬玥冰)



## 难忘的跳绳比赛

星期二下午，我们学校举行了一场别开生面的“花式跳绳”比赛。全校所有班级都参加，同学们个个精神抖擞，朝气蓬勃，脸上洋溢着自信的微笑。

上场前，先看了一轮其他班级精彩的表演，我心中不由感叹：他们跳得真好啊！我们能赢吗？想着想着，刚放下的一颗心顿时又紧

张了起来。等待的时间真漫长啊！

终于轮到我们班上场了，我平复了一下紧张的情绪，开始赛前准备工作：拿好跳绳，拉开前后左右间距。同学们也像我一样，双手紧紧握住绳子，就像一个战士一样站得笔直。每个人都把绳子压在脚后跟处，双臂上抬，把绳子绷得紧紧的。一切准备就绪，音乐一

响，我们便开始跳了起来。

同学们见起绳跳，如同闪电那般快，就连平时调皮捣蛋的同学，此时都格外认真。可见大家是多么重视这次比赛呀！跳着跳着，我开始浑身冒汗，满脸通红，手腕发酸，双脚发软，感觉自己的腿像灌了铅似的，快跳不动了……正当我想停下来的时候，就在心里默默地想：一定

要为班级争光。顿时有一股神奇的力量从我身体里冲了上来，整个人就像充足了气的皮球似的充满了活力，直到完成最后一个动作。

这次花式跳绳比赛不仅锻炼了我们的身体，还培养了我们的毅力和团队合作精神。

(宝塔区新新小学四年级三班 高嘉琦 指导老师 余婷)



## 校园朗读者，冬天里的一把火！



周五到了，延安大学校园里的小圆台又热闹了起来，灯光、人群、音乐、舞蹈、情怀、奋斗、爱国、思乡……年轻人该有的元素这里都有。甭管是严肃的、悲伤的、喜悦的还是富有哲理性的，延大的学生们都能给你“整一整”。周五夜晚的小圆台给了全校学生一个抒发情感、展现特长、培养爱好、增进感情的平台。这个平台有个响亮的名字：朗读者。

周五晚上的《朗读者》节目是延安大学文学院的招牌，最初只是模仿央视《朗读者》节目，倡导学生们阅读和分享，后来越来越灵活多元，不限表演形式、不限主题内容、不限艺术风格、不限人员数量、不限专业年级，只要你能大胆走上台，可以怀念先

烈真情朗诵，可以追求时尚深情歌唱，可以忘记烦恼激情舞蹈，可以出口成章动情演讲……不拘一格，精彩纷呈，逐渐成为大学生展现自我的舞台，自由灵动的风格深受广大学生喜爱，也时常吸引校园周边的市民围观赞赏。

这几天延安的温度又降了，但很难从这群朝气蓬勃的大学生中感到寒意。相反，能感受到每个人身上的热情如不灭的火焰。台上表演者尽情展现，台下观众也不会吝惜他们的掌声和呼喊。表演的好坏已经不重要了，每一个登台者的勇气和情感都值得被赞赏，这一群“热气腾腾”的大学生就如这冬天里的一把火，温暖他人也照耀自己。

(实习生 盛俊阁)