



箬横中学 >>

三名跆拳道小将勇夺全国冠军



罗伟（右）在比赛中。（图片由学校提供）

记者 江潇扬 通讯员 江文辉

“我的下个目标就是敲开国家青年跆拳道队大门!”走进箬横中学,只见15岁的陈雨歌正专注地进行基本功训练。

近日,箬横中学捷报频传:在全国青少年跆拳道锦标赛系列赛事中,校内的省级跆拳道训练基地表现抢眼,共获得3金3银5铜11枚奖牌。斩获2025年全国青年跆拳道锦标赛冠军的陈雨歌、王钰颖、罗伟,凭借优异成绩入选2025年国家青年跆拳道队第一期集训运动员名单。

“每一场比赛都是成长的刻度”

陈雨歌年纪不大,但已在全国跆拳道界崭露头角。2023年,初出茅庐的陈雨歌在全国少年跆拳道锦标赛上,夺得女子组59公斤级银牌。此后,她势如破竹,接连拿下2024年全国青少年跆拳道锦标系列赛第一站、2024年全国少年跆拳道锦标赛、2025年全国青少年跆拳道锦标系列赛(南部)以及2025年浙江省青少年跆拳道锦标赛的冠军。

陈雨歌与跆拳道的缘分始于幼儿园。电视上跆拳道那些刚劲有力的动作瞬间点燃了她

的热情,她自此踏上追梦之路。小学五年级时,她被输送到台州市跆拳道训练基地,开启了专业训练之路。

“她很聪明,一点就通,能在赛场上自己破解技术难点,是天赋型选手。”在教练张红玉眼里,陈雨歌个子高高的,性格大大咧咧,身上总有使不完的劲。她训练很刻苦、认真,一遍又一遍重复动作,从来不喊苦不喊累。

“想要拿名次,肯定有所付出。”陈雨歌告诉记者,跆拳道是一门对抗性极强的运动,靠精准打击得分,对手常通过扫腿、进攻,因此疼痛成了她的“老伙计”。“虽然本能畏惧,但我一直提醒自己,得看清动作节奏,不能怕,要在对抗里找突破点。”只要站上赛场,不管对手攻势多猛,她都会直面挑战。

密集的赛事历练成为陈雨

歌提升实力的重要阶梯。“每轮赛事,我们都会通过视频复盘自己的实力,并研究对手的战术。参赛越多,越能精准衡量自己与对手之间的差距。”陈雨歌坦言,首次登上全国赛场曾紧张到手心冒汗,当时的目标仅是闯入前三,而如今每一次参赛都朝着冠军全力冲刺。

在2025年全国青年锦标赛决赛中,陈雨歌与2023年少年锦标赛中曾战胜自己的对手再度交锋。这一次,她毫无怯场之意,反而凭借多年积累的赛场经验更显从容。“每一场比赛都是成长的刻度,让我清晰地看见自己的进步轨迹。”

三名冠军 入选国家集训名单

与陈雨歌相比,王钰颖、罗伟在跆拳道赛场上属于“新秀”运动员。在今年5月底的2025年全国青少年跆拳道锦标系列赛(北部)中,她们一路披荆斩棘,分别获得女子46公斤级、女子63公斤级冠军。这是两人首次在全国赛事上获得

塘下小学 >>

萌娃“星”乐考 闯关趣无穷

本报讯(通讯员郭瑜梦文/图)6月20日上午,新河镇塘下小学操场化身热闹“闯关乐园”,该校一、二年级全体学生身着带有动画或动物元素的服装,手持“冒险卡”,在“语文王国”“数学星球”“综合乐园”三大模块中展开趣味乐考。

这场以“萌娃‘星’乐考闯关趣无穷”为主题的活动,以角色扮演与闯关游戏替代传统纸笔测试,让200余名小学生在欢乐中完成了学期能力测评。活动以“融知识性与趣味性、过程性与展示性”为宗旨,共设7个闯关项目。在“语文王国”,“识词小英雄”关卡要求一、二年级学生在10秒内认读5个词语,语文老师设计的词语卡覆盖课本核心词汇,以“全对得5星”标准考评识字能力;“朗诵小达人”环节中,学生抽取课文片段朗读,老师从发音标准、情感表达等维度评分,不少学生因声情并茂的朗读获“棒极了”评价。



“数学星球”关卡紧密联系生活场景。“数字小特工”环节中,一年级学生需看图说算式,老师设计的题目侧重图文转换能力;二年级学生则挑战30秒口算10道万以内加减法题,最具创意的“商店大掌柜”环节,一、二年级

学生分别在20元、100元预算内完成购物计算,数学老师设置的超市物品价格题,让学生在“算找零”“凑整消费”中体验数学应用,展现算术能力。

“综合乐园”聚焦体艺与实践素养。“运动欢乐场”里,一年级学生需吹动水中乒

乓球越过3个空碗,二年级学生则将杯底乒乓球翻转装入纸杯,体育老师以完成数量评定星级;“旋律星光厅”中,学生自选学过的歌曲独唱或合唱,音乐老师以“唱动听”“唱完整”区分星级;“丹青假面坊”内充满创意,学生提前自制动画或动物面具,美术老师根据设计感与精美度评分,“哪吒”“小兔子”等面具成为现场亮点。

本次乐考采用星级评价体系,每关最高5颗星,满星35颗。学校按总星数设立“乐考小状元”“乐考小进士”“乐考小举人”“乐考小秀才”四级奖项。班主任王老师说,乐考让害羞的学生也能大胆展示。“平时不敢开口的孩子在‘旋律星光厅’都唱了歌,这种评价更能激发自信。”

“我们希望让评价回归‘以学生为中心’,让学习从纸笔走向体验。”学校相关负责人表示,未来将持续优化乐考形式,推动更多学科融入趣味测评。

校园创享会播撒文学种子

本报讯(记者叶华翰)近日,一场以“文学的种子”为主题的校园文学创享会在市职业技术学校仰山哨读坊举行。

此次活动由市作家协会和市职业技术学校携手主办,为学生们带来了一场充满文学魅力的盛宴。活动现场,浙江省作家协会会员、温岭籍作家张明辉以自己的散文集《湖山寂静》为蓝本,向学生们娓娓道来创作过程中灵感的来源,以及文字背后那些鲜为人知的故事。张明辉着重强调了真实情感表达和生活感悟在文学创作中的重要性。他鼓励学生们多阅读名家名作,在经典中汲取养分;利用闲暇时间去旅行,拓宽视野、增长见识;同时要学会观察日常生活,用心去发现身边的美好,如此才能更加透彻地领悟文字的力量。

“这次活动让我收获颇丰。在

今后的写作中,我要将内心感受与大自然风景巧妙结合在一起,通过笔墨将感想分享给读者。”学生杨乐天说。学生郭珈含也深有感触:“他的诗歌流露着真情实感,让我明白写好一篇文章需要有一双善于发现美的眼睛。”

该校老师常青表示,邀请张明辉来学校举办活动,初衷是搭建一个自由分享、深度交流的阅读平台。看到大家因一本书热烈讨论,思想碰撞出火花,这让他倍感欣慰。学校今后将继续开展此类活动,让阅读的光芒照亮更多学生。

近年来,温岭作家的创作热情高涨,许多人出版了小说、诗歌、散文等各类作品集。张明辉表示,他和众多作家都非常乐意走进校园,与学生们互动交流,激发学生对文学的兴趣。

长屿中学 >>

踩爆压力球 凝聚心力量

本报讯(通讯员王卓杭)为帮助学子有效应对压力,营造积极互助的备考氛围,长屿中学近日组织了一场别开生面的心理团辅活动——“踩爆压力球,凝聚心力量”。九年级全体学生以班级为单位,在操场上体验了一次酣畅淋漓的压力释放之旅。

活动在轻松的热身与老师温暖的开场中启动。同学们在各班班主任的引导下,将无形的压力“吹”进彩色气球,并用记号笔在气球上郑重写下近期困扰自己的关键词或符号——课业、考试、期望……一个个“压力气球”诞生。

“5! 4! 3! 2! 1! 踩爆它!”

随着班主任充满力量的倒计时口令,操场上响起此起彼伏的“嘭嘭”声。同学们闭眼、后倾、奋

力下踩,象征压力的气球应声而破。爆破声响彻操场,也仿佛击碎了心头的重负,一张张年轻的脸庞绽放出如释重负的笑容。

随后的分享环节中,同学们畅谈感受:“写下压力时很沉重,踩爆那一刻超痛快!”“全班一起爆破的声音,像鞭炮齐鸣,感觉大家并肩作战!”“原来压力是可以‘看得见’‘踩得碎’的!”

“正视压力、合理宣泄是健康的,运动、倾诉、艺术表达都是好方法。更重要的是,备考路上从不是孤军奋战,同学们都是彼此坚实的后盾。”老师适时引导道。

活动尾声,同学们自觉清理碎片,带着释放后的轻松与集体的温暖离场。

百丈小学 >>

班主任节 共谱爱的乐章

本报讯(记者叶华翰)近日,百丈小学迎来了第三届班主任节。全校师生齐聚一堂,共同为这专属班主任的节日欢庆。

在操场上,游戏活动正火热进行着,欢声笑语此起彼伏。其中,套圈游戏吸引了众人的目光。与传统套圈不同的是,此次套圈的对象竟是学生们亲手饲养的鸡、鸭、鹅。平日里,这些小动物在学生的悉心照料下茁壮成长,如今成为节日里的“明星嘉宾”。班主任们摩拳擦掌,纷纷大显身手:有的轻松套中目标,赢得阵阵喝彩;有的稍有偏差,引得周围一片欢笑。

在能量接力游戏环节,全校学生围成三个大圈,圈中央摆着琳琅满目的美食。随着一声号令,接力游戏正式拉开帷幕。学生们如同离弦之箭,展开紧张而激烈的接力比拼。不一会儿,原本摆满美食的场地就被“抢购一空”,大家脸上洋溢的笑容比那些美食还要甜蜜。

第三届班主任节不仅为班主任们送上了最真挚的祝福与敬意,也让学生们在游戏与互动中,增进了与老师之间的感情,感受到校园生活的丰富多彩。

松门镇幼儿园 >>

小手搓冰粉 夏日传温情

本报讯(通讯员潘伟伟)6月23日,松门镇幼儿园内一场充满童趣与温情的活动,为炎炎夏日注入丝丝清凉。小朋友们在老师指导下制作冰粉,并将这份甜蜜分享给坚守岗位的一线工作人员,用稚嫩的双手传递纯真的敬意。

活动现场,小朋友们变身“小小美食家”,在老师的帮助下将冰粉籽装入纱布袋,认真揉搓。小朋友们好奇地观察着清水逐渐变得浓稠的过程,时不时发出“哇”的惊叹声。经过一番努力,晶莹剔透的冰粉成形,小朋友们还兴奋地为冰粉添加红糖、水果丁、花生碎等配料,五彩斑斓的冰粉碗里盛满了童真与期待。

随后,小朋友们排着整齐的

队伍,手捧精心制作的冰粉,来到在烈日下辛勤工作的保安叔叔、厨房工作人员、保洁阿姨身边,仰着小脸,用清脆的声音说:“叔叔阿姨,你们辛苦啦,快来尝尝我们做的冰粉!”一线工作人员惊喜地接过冰粉,脸上绽放出灿烂的笑容,连连向小朋友们道谢。“没想到能吃到孩子们亲手做的冰粉,心里特别暖。”一位保安笑着说。

该幼儿园相关负责人表示,此次活动不仅是为了让孩子们体验劳动的乐趣,更是希望通过制作和分享,让孩子们懂得感恩与付出,体会一线工作人员的辛苦,培养他们尊重劳动、关爱他人的美好品德。

清盘促销通知

台州市华远房地产开发有限公司开发的悦合晓苑(温岭市太平街道田洋村),2025年6月18日已全面进入清盘阶段,为促进销售,现有剩余地下活动室2间(编号010008,面积76.03㎡;编号020005,面积90.34㎡),原备案价450000元/间,现以50000元/间出售,如需购买请联系:18905862191。

台州市华远房地产开发有限公司
2025年6月25日

讣告

温岭市经济和信息化局退休干部、台州东亚国际旅行社有限公司原董事长陈心鹤同志于2025年6月24日11时去世,享年94岁。陈心鹤同志告别仪式定于2025年6月26日(农历六月初二)上午8时30分在温岭市殡仪馆弘德馆举行,望陈心鹤同志生前亲朋好友届时参加。

台州东亚国际旅行社有限公司
2025年6月25日

石塘镇中心幼儿园 >>

一起看日出 解锁“最野毕业礼”

本报讯(通讯员江淑娴)近日,石塘镇中心幼儿园大班的孩子们迎来了一场别具一格的毕业活动——相约石塘绿道共赏日出。这场充满仪式感的活动,不仅是对幼儿园生活的美好告别,更在孩子们心中种下了探索与成长的种子。

活动筹备阶段,孩子们化身“小小策划师”,通过查阅绘本、上网搜索、向家长和老师请教等方式,深入了解日出

的时间、天气状况以及最佳观赏地点。经过热烈讨论和精心规划,大家一致决定前往石塘绿道开启这场追日之旅。在这个过程中,孩子们展现出了强烈的好奇心和出色的自主探究能力。

凌晨4时,夜色还未完全褪去,孩子们便在家长的陪同下精神抖擞地抵达目的地。平日里需要家长反复催促起床的孩子们,此次却无须提醒,闹

钟一响就迅速起床,满心期待着与小伙伴们一同见证太阳升起的神奇时刻。一位家长感慨道:“平时上学每天叫不醒,这次不用叫,闹钟一响就自己起床,孩子对这次活动真的太期待了!”

随着东方泛起鱼肚白,孩子们屏息凝神,目不转睛地望着天际。当第一缕阳光冲破云层,洒向大地时,欢呼声此起彼伏:“太阳出来啦!”“好漂亮

啊!”稚嫩的惊叹声回荡在绿道上空。孩子们用画笔记录下这难忘的瞬间,用欢笑和拥抱表达着内心的喜悦与感动。

“相信这段独特的经历,将成为孩子们童年记忆中最珍贵的宝藏,激励着他们勇敢迈向人生的新阶段。”该幼儿园相关负责人表示,此次“相约看日出”毕业活动,不仅让孩子们感受到大自然的壮美,更培养了他们的团队协作能力和对生活的热爱。