



少年“侠客”陈紫欣： 靶场上的“黑珍珠”

记者 徐佩



陈紫欣 图片由受访者提供

9月8日的衢州,暑热未消。柯城区白云学校射击综合训练馆里,六七名少年手持反曲弓,正对着60米外的靶心,一遍遍重复着拉弓、瞄准、放箭的动作。14岁的陈紫欣站在队伍中间,皮肤是健康的小麦色,眼神专注得像一泓深水。

“省运会后我们放假两周,但每天也得练肌肉力量,手感和力量都不能丢。”趁着喝水的间隙,她轻声对记者说。此时的训练馆里没有风,少年们的额角都沁着细汗,但没有一个人放下手中的弓。

8月28日至9月2日,浙江省第十八届运动会射箭比赛在衢州体育中心顺利举行。全省各地市的252名青少年选手在此鏖战6日,衢州队斩获3银5铜。陈紫欣,便是女子乙组个人银牌的得主。

从小学四年级起,陈紫欣便与弓箭结下了不解之缘。那时候她才10岁,个头比复合弓高不了多少,纤细的手臂要拉开那张弓,得屏住呼吸用上全部的力气,箭矢离弦后却常常与靶心擦肩而过。那时候一周练4天,每天训练时间一个半小时。陈紫欣像一块海绵,吸收着教练讲的每一个动作要领,从不嫌训练枯燥,更不觉得累。五年级至今,4天训练变成了6天,固定的日程刻进她的生物钟里:周一到周五,下午3点10分下课后直奔训练馆,一直练到5点半暮色初临;周六更是全天候泡在靶场上。

如今,训练场上的陈紫欣像一株被风反复捶打却始终挺立的小树。60米外的靶心在她眼中凝成一个微不可察的点,她缓缓举弓,下颌微收,左臂如铁铸般纹丝不动,右臂匀速后拉,背阔肌在训练服下绷出紧实的轮廓。

今年省运会前,射箭队队员们在柯城九华训练基地集训了两个月。烈日当空,户外场地毫无遮挡。队友们都戴着帽子防晒,陈紫欣却总把它摘下来。“我不爱戴

帽子,”她笑得有些不好意思,“这两个月确实晒黑了。”于是,训练场上多了一个皮肤黝黑、目光锐利的女孩。

从十六分之一决赛一路打到最后的金牌战,陈紫欣在省运会上经历了五场对决。前四场连胜,唯独决赛惜败。但最令她难忘的,却是半决赛与队友余恺辰的交手。余恺辰是队内公认的高手,平时训练成绩优异,但那一天却出现失误,让她“侥幸”赢了。

每场比赛都只有三支箭的机会。每一箭都重若千钧。陈紫欣说,决赛时,她反而什么杂念都没有了,只是专注地按训练时的节奏去做——举弓、靠位、瞄准,响片“咔嗒”一响,箭已离弦。

在柯城区少年儿童体育运动学校射箭教练张栋眼中,这个文静的女孩有着远超年龄的韧性。“她不怕辛苦。”张栋说,未来他们将恢复周一到周五每天两个小时、周六全天训练的节奏,为明年的赛季积蓄力量。而陈紫欣自己,心里早已立下了一个清晰的目标——初中毕业前,打上一级运动员。

弓箭这项运动,外人看来是百步穿杨的潇洒,唯有亲历者才懂得,那是千万次拉弓、千万次脱靶、千万次日晒雨淋堆叠出来的稳定。陈紫欣说,她对于射箭的热爱从未消退,每次射箭,都感觉自己像武侠小说里的女侠。

省运会后,陈紫欣比赛的视频在网络上悄然走红。有网友给她取了个亲切的绰号——“黑珍珠”。看到这个称呼,她先是腼腆地抿了抿嘴,随后笑着回应:防晒霜她也会涂,只是一旦站上训练场,头顶烈日、脚下滚烫,从清晨到黄昏都在一遍遍拉弓放箭,汗水混着防晒乳淌下来,根本顾不上补涂。

“射箭的人不怕晒太阳。”她坦然地说,语气笃定得像一句誓言。

阳光少年说

路要一步一步走,箭要一支一支射,我相信日积月累的力量。与君共勉:热爱之事,不畏日晒雨淋,不畏枯燥重复,坚持走下去,终有一日,你也会成为自己心中那个披荆斩棘的“侠客”。



赓续薪火 逐光前行



本报讯(通讯员 崔怡 许晓佳 文/摄)9月7日上午,柯城区新世纪学校全体师生齐聚操场,举行“赓续长征薪火,日新逐光前行”2026学年第一学期开学典礼,为全校师生带来一堂生动的思政大课。

典礼上,退役老兵徐逸豪为全体师生带来了一场振奋人心的国旗下宣讲。徐逸豪以《我的“四渡赤水”》为题,分享了他在部队磨砺意志的峥嵘岁月,讲述了退役后面对学业困境时如何以军人般的韧劲迎难而上、屡败屡战最终考研上岸的奋斗故事。真实的经历、质朴的语言,深深打动了在场的每一位师生,操场上不时响起热烈的掌声。

随后,校大队委朗诵《新宝追星·英雄之路》,同学们用饱含深情的朗诵,回顾了长征路上的英雄事迹,表达了新世纪学子“追星向英雄”的坚定信念。

典礼最受瞩目的环节当数“踏红色足迹,承长征力量”重走长征路互动活动。二至六年级的红色讲解员依次登台,讲述红军战士从瑞金出发的信仰启程,到遵义会议的正确抉择;从巧渡金沙江的团结智慧,到飞夺泸定桥的英勇无畏,最终抵达吴起镇的胜利会师。一段段历史在童声中鲜活呈现,长征精神在讲述中薪火相传。

本次开学典礼将长征精神融入开学第一课,以沉浸式、互动式的教育形式,让红色种子在孩子们心中生根发芽。



童心巧手 感谢师恩



9月8日,柯城区花园街道花都社区联合昌和幼儿园观江印园区,开展“尊师重道承古韵,感恩知礼颂师情”主题教育活动。孩子们巧用寓意丰富的食材贴纸,制作特色贴画,向老师送上别样的节日祝福。

记者 季玲 通讯员 杨芳菲 摄



一盔一带 安全常在



近日,江山市贺村中心幼儿园开展了以“一盔一带,安全常在”为主题的交通安全教育活动。丰富多彩的活动,让交通安全的种子在孩子们心中生根发芽。

通讯员 郑慧倩 周敏 摄