

少年派

qzwbnsn@126.com,小朋友们也可以毛遂自荐哦!
你身边有哪些有趣、有爱、有料的阳光少年,欢迎拨打96811热线告诉我们,或者发送邮件到本版电子邮箱省十八运、省十二残运
少年风采

汪曦雨

阳光少年说

定下目标,就要坚持到底。每一份看似枯燥的重复,都在悄悄积蓄力量;每一次跌倒后的重新站起,都在把你推向更远的地方。别怕输,稳住心态,专注当下。愿你我都能瞄准自己的靶心,永不言弃。

“神枪手”汪曦雨:

屏息瞄准,正中未来的



记者 徐佩 文/摄

9月22日下午4点,在衢州灵鹫山射击中心,室外阳光正烈,室内却是一片寂静的“战场”。10米靶位前,一群少年端着步枪一字排开。他们身着厚重的射击服,右手稳稳端起,枪口齐刷刷指向远处靶心,像一排被定格的剪影,纹丝不动。

17岁的汪曦雨也在其中。她站在自己的靶位上,举枪、贴腮、瞄准、屏息,动作熟练而克制。枪响之后,她缓缓放下枪,轻轻呼出一口气,再重新举枪。护目镜后的眼睛,始终盯着10米外那枚小小的靶心。这是她每天下午的日常,也是她最熟悉的节奏。

就在不久前的浙江省第十八届运动会射击(步手枪项目)比赛上,衢州代表队“神枪手”们共夺得3金3银8铜。其中,17岁的柯城籍选手汪曦雨在女子甲组气步枪60发个人赛中夺冠,收获个人首枚省运会金牌。

“拿到金牌是我在省运会的终点,也是运动生涯的新起点,我会再接再厉,为柯城、衢州争光。”汪曦雨说这话时,语气平静,可熟悉她的人知道,这块金牌背后,是近8年如一日的刻苦训练。

汪曦雨是衢州二中高三学生。这个身份,意味着她每天要在课本与靶场之间切换,在函数、单词和枪声之间寻找平衡。

从小学五年级开始,汪曦雨就与步枪结下了不解之缘。每天下午课后,她都会准时出现在训练场,一练就是2个小时。举枪、瞄准、击发,一遍又一遍。

如今高三了,学业压力陡增。她依然会在每天下午第一节下课后,匆匆赶到白云学校,坐上校车,和队员们一起赶往灵鹫山射击中心。从3点半到5点半,训练时间雷打不动。两个小时里,她把所有注意力收束到呼吸之间,收束到指尖与扳机相触的那一瞬。近8年时间,风雨无阻。

“刚开始练习时,穿上重重的射击服,一口气站一个小时,得纹丝不动,膝盖很痛,脚很酸。”汪曦雨回忆,步枪看似只是扣动扳机,实则全身都在发力,“腰和腿都需要发力,最重要的技巧就是人稳定,心稳定,和呼吸频率都相关。”

起初,汪曦雨觉得这项运动“很无聊”,一直举枪、瞄准、发射,循环往复。可渐渐地,在日复一日的训练中,她找到了属于自己的节奏。“这么多年坚持下来,成绩慢慢提高,我觉得很有收获,有成就感,所以就慢慢喜欢上了。”

汪曦雨回忆,本次浙江省第十八届运动会是她参加的第二次省运会。2022

年,她13岁,第一次站上省运会比赛现场。“那次成绩不理想,没得奖。一部分是技术原因,另一部分是太紧张了。”汪曦雨坦言,那份遗憾曾让自己低落了一阵,但也成了蜕变的起点。回来后,她更注重心态的平稳,改变了训练时的细节,把平时举枪的每一个动作、每一个操作流程都细化。“在举枪的过程中,通过改变呼吸让人更稳定。”她说。

本届省运会女子甲组气步枪60发个人赛决赛,总共24发,单发最高10.9环。决赛开始后,汪曦雨的状态并不在最佳。前几发打完,她的排名并不靠前,甚至一度落后。柯城区少体校教练黄俊伟回忆,转折发生在倒数第六发左右,她的手感越来越顺,弹着点越来越集中,整个人像是慢慢沉进了自己的节奏里。场上还剩最后几发时,她已经进入自己的最佳状态——举枪,呼吸,瞄准,扣动扳机,每一个动作都干净利落。

最后一发结束,她打出了251环的好成绩,获得冠军。

“挺开心的,这个成绩是对我之前多年训练的肯定。”汪曦雨笑着说。

“汪曦雨是衢州市射击队队员,她肯吃苦,能耐得住性子,打枪时果断、干脆,敢打敢拼。”黄俊伟说这话时,语气里带着一种笃定。作为看着她一路走来的教练,黄俊伟感叹,气步枪这个项目,得站得住、静得下、稳得住,缺一不可都不远。而汪曦雨身上最难得的,恰恰是那份与年龄不太相称的沉得住气。他说:“希望汪曦雨通过自己的努力考上理想的大学,未来能站到更高水平的赛场上,为衢州争光,为国家争光。”

对于汪曦雨来说,省运会金牌是一个崭新的起点。10米之外,靶心还在那里,而她的目光,已经越过了这10米,望向更远的地方。

枪声暂歇,青春正盛。这个17岁的少女,正稳稳地端着枪,瞄准下一个目标。

趣味实践润童心

本报讯(通讯员 陈经纬 吴良林)“老师,泡泡里也藏着机械小秘密吗?”近日,开化县音坑镇中心学校操场上,漫天泡泡随风飞舞,孩子们的欢呼声此起彼伏。开化县“流动少年宫”走进该校,为全校学生带来传统文化、科创实践与趣味游戏相融合的体验活动。

校园里,分年级手工创作率先点燃热情。一年级孩子巧手组装中秋兔子灯,一盏盏萌趣灯笼点亮童真,也让他们在制作中领略中秋传统民俗;二、三年级学生体验传统漆扇工艺,大胆彩绘装饰,一把把独具个性的漆扇展现非遗手工之美;四、五年级学生拼装木质乘法计算器,在拆装搭建中触摸数学原理,让枯燥知识变得鲜活有趣;六年级学生组装木质机械狗,探索简单机械构造,解锁科创小奥秘。

操场上,全校集体趣味活动热闹上线。泡泡单车旁,漫天泡泡随风飞舞;智能连连乐前,孩子们专注观察、快速匹配,锻炼专注力与逻辑思维;蒙眼铲金币考验空间判断与同伴默契;空气炮体验区,孩子们围着老师追问:“看不见的空气,为什么有这么大力量?”活动现场,同学们手持专属体验卡,穿梭于各个摊位,完成一项体验就能收获一枚印章。集满印章后,大家有序排队领取积木公仔等奖品,脸上洋溢着收获的喜悦。

“学校把流动少年宫的课程引到孩子身边,让孩子在沉浸式体验中激发探索兴趣,收获成长与快乐。”学校相关负责人表示,学校将继续链接优质校外教育资源,丰富实践育人形式,让更多孩子在“玩中学、做中悟”中开阔眼界、启迪智慧、收获成长。



非遗零距离

非遗传承从校园抓起。近日,由衢州市文化馆(衢州市非物质文化遗产保护中心)主办、衢江区杜泽镇初中协办的“非遗零距离、校园添活力”活动在杜泽镇初中举行。邵永丰麻饼、龙游发糕、西安高腔、柯城剪纸等十余项非遗项目集中展示,让师生沉浸式感受传统文化魅力。

通讯员 杜忠德 摄