

“关注双减落地系列报道”

课后延时服务是落实“双减”政策的重要举措，沧县各小学立足校园文化特色，不断创新形式，丰富内容——

多彩社团点亮课后服务

本报记者 赵玉洁 本报通讯员 吴相艳



刘屯小学的花式跳绳

小小竹节人 擂台相战酣

“来，黑虎掏心！”
“看我泰山压顶！”
“神龙摆尾，快接招！”
“大鹏展翅，避实就虚！”……

上周五课后服务时间，在沧县大褚村回族乡西河头小学一间教室里，两个“竹节人”在由两张书桌拼成的“擂台”上激战正酣。操控竹节人的两个孩子谁也不服输，嘴里喊着招式，斗得难解难分；围观助威的同学们也激动不已，喝彩声、欢笑声飞出教室，引得路过的老师都前来围观。

学完课文《竹节人》后，西河头小学六年级的学生利用课后服务社团活动时间，展开了一场“竹节人狂欢”。孩子们先从课文中提炼出竹节人的制作方

玩转手中绳 竞技乐无穷

“加油——加油——”校园中响起学生们的呼喊声，沧县杜生镇刘屯小学每周一次的“校园绳王赛”又开始了。单摇、双摇、花式……参赛选手各显其能，努力发挥出自己跳绳的最高水平。经过一番激烈角逐，最终五年级的张祖豪获得了“单摇绳王”称号。

张祖豪曾因身材问题被同学们起外号，自信心备受打击，还因此影响了学习成绩。班主任多次和他谈心，并把他推荐到学校的花式跳绳社团。在社团辅导老师的指点下，张祖豪每天刻苦训练，学会了不少跳法，也渐渐爱上了这项运动。更让张祖豪惊喜的是，经过一个学期的锻炼，他不仅瘦了十多公斤，而且成了“单摇绳王”，这令他自信心倍增。

那天，和张祖豪同样开心的还有六年级的刘荣源。经过三个星期的苦练，他自创的坐式花样跳绳被学校跳绳队正

武术进校园 传承“八极拳”

“嘿！哈！嘿！哈！”嘹亮的声音回荡在学校上空，作龙堂乡西官庄小学武术社团的成员正在集体习练武术操。孩子们个个精神抖擞，动作刚柔并济、虎虎生威。



西河头小学的“竹节人”擂台



西官庄小学的学生们习练霸王鞭

前不久，“东方红·百首红歌颂党恩”印人一家篆刻作品展在沧州美术馆开展。

在展览现场，一个小小的身影穿行其间，背着扩音器，专心地为前来参观的人们进行着讲解。

她，就是沧州市实验小学二年级5班的李若然，也是本次作品展的作者之一。

别样童年方寸间

本报记者 赵玉洁



从小爱印石 三岁学篆刻

李若然的爷爷奶奶和父母擅长篆刻，耳濡目染之下，李若然从小就对印石产生了浓厚的兴趣。

抓周时，李若然把印石和毛笔紧紧攥在手中。爷爷奶奶不禁感叹：“与20多年前她爸爸抓周的情形一模一样，时光也仿佛回到了过去。”

李若然把那些大小不一、形状各异的印石当作积木玩，还跟着爷爷一起整理，认识各种印石的材质。“鸡血石”是她喊出的第一种印石名称，那时她还不到三岁。

看着爷爷奶奶和爸爸妈妈时常在印石上刻刻画画，李若然也产生了浓厚的兴趣。两岁提笔，三岁弄刀，手不离印石，年幼的李若然开始跟随家人系统学习篆刻知识。别看今年刚刚8岁，却已有了四五年的篆刻经验。

忙时勤观展 闲来泥作伴

篆刻艺术与书法、国画的联系尤为紧密，三者可以说是相辅相成，有着互相促进的作用。

从蹒跚学步时起，李若然就被家人带着参观各种展览。她不仅是沧州市博物馆、群艺馆和一些美术馆的常客，还定期和父母一起参加沧州的文创市集，观赏学习不同种类的艺术工艺，展示自己的作品。她用一方泥巴制作的肖形印“小猪佩奇”，曾得到了众多赶集人的认可和赞扬。

李若然的篆刻启蒙是从泥巴开始的，因为年幼力道小，刻不动印石，爸爸就用泥巴做成印章的形状，晒干后供她练习。但是往往供不应求，三四天才晒好的泥块，李若然只用短短半天就刻完了。

每当这时，若然就会拿起小锤子和小桶，和爸爸一起制作“印石”。她先用锤子把干了的泥块儿敲碎，用水浸湿，然后摔打出自己喜欢的造型，再慢慢等泥晒干。每次总是干得专注而认真，没有一丝敷衍。

2020年新冠肺炎疫情肆虐，6岁的李若然通过电视与网络了解到疫情的危害与影响，看到全国人

民团结一心，同声援武汉；看到工人们不眠不休，七天完成医院的建设；更看到那深深嵌在脸上的隔离面罩下，一双双疲惫又坚定的眼眸。李若然用手中的刻刀，记录下心中的感动，先后完成了“武汉加油”“白衣天使”“风雨同行”“战疫”等6方作品。

在沧海印社举办的“众志成城，共抗疫情”篆刻作品网络展活动中，李若然的作品全部入选参展。

此后，李若然创作的作品又先后参加了沧海印社成立35周年“金石书画作品展”和“颂党恩·报国情”命题篆刻作品展。

印人一家展 童心颂党恩

从小，奶奶讲的革命英雄故事伴随李若然成长。两岁时，她和爷爷奶奶学唱红色歌曲。4岁时，爷爷奶奶带着李若然，沿着爷爷当年入伍的足迹，北上呼伦贝尔大草原，深入大兴安岭林海雪原，直至漠河国境线。一路上，爷爷和战友们每到一地，都会给李若然讲述当年在高寒地区为祖国修建铁路的经历，回忆军营中的往事。

红色种子就这样在李若然幼小的心中生根、发芽。她曾告诉爷爷：“长大以后，我要加入少先队，加入共青团，还要成为一名光荣的共产党员。”

今年正值中国共产党成立100周年，当家人们商量着要以红歌为主题创作一系列篆刻作品时，李若然大声宣布，她和弟弟也要参与其中。

“东方红·百首红歌颂党恩”印人一家篆刻作品展上的作品由爷爷奶奶、爸爸妈妈以及李若然和弟弟集体创作，其中13幅出自李若然之手。她善古玺印式，印文多采用大篆、象形文字，单刀直入。《学习雷锋好榜样》《中国少年先锋队队歌》《妈妈教我一支歌》《红旗飘飘》等作品稚嫩中显灵动、拙朴中含技巧。一家人以经典红歌为素材，通过篆刻这一特殊的艺术形式表达着浓浓的家国情怀。



谈学论教

2018年9月1日，我满怀激动与憧憬，来到肃宁县第五中学，担任了初一6班的班主任。在我眼中，全班的55个孩子就像55个灵动的音符，每天都在我的管理五线谱里跳动着，每一个音符都在彰显乐谱的完整美妙。

“老班，下午军训汇演第一名非咱六班莫属，你下午可得穿精神点，这可是咱们第一张合影”“好的。”听到我爽快答应后，两个“马尾辫”手牵手进了教室。

“老班老班，广播里公布啦！这周的纪律评比我们又是第一，我去领红旗了，哈哈哈哈哈！”班长的眼睛早已笑成了一条缝。

正当我沉醉在这美妙与和谐中，一个不听话的音符打断了婉转的旋律。男厕所里的一扇隔断门被踹坏，肇事者是班里的小凡（化名）。一番批评教育，本以为他会有所收敛，不料3天后班上一个叫蓉蓉的小姑娘，扑到我怀里哭诉：小凡在她的试卷上画了一只猪，还说那是她的画像。当时我就给小凡下了最后“通牒”：“明天把你家长叫到学校来。”小凡一脸无所谓：“我没爸妈，家里就我姥爷，姥爷年龄大了，来不了。”听到这话，我有些惊愕。当即决定放学后去小凡家家访。

走进小凡家，年近且有些耳背的姥爷告诉我，小凡的爸爸妈妈在他还不到3岁时就离了婚，又各自去了外地打工，至今都没有回来看过他。姥爷靠支一个小烟摊儿养活着小凡。在家访回来的路上，我一直在思考，小凡恶作剧的目的到底是什么？

第二天早上，我一进办公室，就看到小凡站在那里，不由想：这小子又犯啥事了？“老师，你的头发和我妈妈的一样长。”还没等我回过神，小凡留下这句话就闪出了办公室。

两周后，在“遇见更好的自己”主题班会前，我让每位家长给自己的孩子写一封鼓励信。班会课上，我让小凡为同学们发放家长的信。发到最后，他发现没有自己的，默默地回到了座位上。这时，我悄悄走到他身边，把写好的信放到了他的桌上。“孩子，你好！我特别感谢你，能让我幸运地找到了那个和我有几分相似的人，而更加幸运的是，遇到了世界上独一无二的你。或许若干年以后，改变世界的那个人就是你。抬起头、向前走，请握住我的手，让我走进你的世界。老师不奢求能留在你的一生中，只希望陪你走过人生中这段不一样的路。”课间的时候，小凡凑到我耳边说：“老班，那些错都是我故意犯的，就是想让你多跟我说几句话。放心吧，以后我不会犯错了，相信我。”

果然，此后小凡就像变了一个人，每天上课认真听讲，课间帮忙打扫教室卫生、帮女同学搬桌椅。在拔河比赛前，他还细心地为参赛同学讲解动作要领和保护措施。

看到小凡的这些改变，我在想，我做了些什么呢？或许只是缘分让我遇见了一个孤单的生命，我有幸成为他生命中的过客，陪他去发现自我，重塑自我，教会了他知己爱己。小凡遇见了真正的自己，而我遇见了更好的自己。教育是生命的彼此成就。我愿做一缕微光，期待下一次的美好遇见。

（作者系肃宁县第五中学教师）

老班的「家长信」

张宁