

我市健身气功队获省级比赛双冠军



本报讯(牡丹晚报全媒体记者 孟欣) 12月22日,牡丹晚报全媒体记者从菏泽市体育局健身气功协会获悉,在刚刚结束的山东省健身气功站点联赛总决赛中,巨野县映象金山健身气功站点代表队(左图)以优异成绩成为总决赛中唯一夺得两项冠军的队伍。

据悉,11月25日,2020年山东省健身气功站点联赛西部赛区线下比赛拉开帷幕,菏泽市健身气功协会经过早期积极筹备,选派巨野县映象金山健身气功站点代表队和东明县万福公园健身气功站点代表队参赛,

两支代表队在时间短、任务重、人员难于集中的不利情况下,大家团结一心,刻苦训练,精益求精。在西部赛区比赛中,巨野县代表队最终夺得易筋经和八段锦两个集体项目第一名,进入山东省健身气功站点联赛总决赛,东明县代表队也取得大舞集体项目第二名的骄人战绩。

在刚刚结束的总决赛中,来自山东省东、西部赛区的5个集体项目第一名代表队会师总决赛,展开强强对决,巨野代表队凭借雄厚的实力笑到最后,成为总决赛中唯一夺得两项冠军的队伍。

据了解,巨野县健身气功协会自2016年成立以来,一直把健身气功作为全民健身的龙头项目来抓,以点带面,以城区向乡镇扩展渗透,先后举办健身气功骨干培训班近20期,并选派教练员到每个乡镇指导,目前有近百个行政村的村民在习练健身气功。菏泽市健身气功协会积极引导广大市民参与健身气功培训、比赛、交流、展示等活动,今后将进一步加大推广健身气功的力度,加快落实“六进”活动,让健身气功在全民健身活动中发挥更加积极的引领作用。

以艺育人,多彩课堂受追捧

牡丹区22中将传统文化请进课堂

□牡丹晚报全媒体记者 青松

1月21日下午,阵阵清幽婉转的葫芦丝声从牡丹区22中华英路校区61、62班教室里传来,学生们跟着朋凯音乐学校的张朋凯学乐理知识、学吹葫芦丝,享受着这个小小的民族乐器带来的快乐。

这样的葫芦丝课,每周都有一次。

多年从事乐器演奏的张朋凯,在葫芦丝进课堂方面经验丰富。他认为,葫芦丝是云南少数民族乐器,进课堂能让孩子从小培养一种民族音乐意识,更好地了解、发扬民族文化,弘扬民族精神。

让孩子们掌握基本技能、站立的姿态、指法的按孔以及基本的识谱、乐理知识……对每一堂课,张朋凯都认真备课、认真教学。

“不希望每一位同学都成为



张朋凯为孩子们讲授葫芦丝知识

演奏家,只希望孩子们通过学习乐器开发左右脑,提高学习的积极性,在学习累了的时候活动活动手指、放松心情、陶冶情操。”谈起葫芦丝进课堂,张朋凯说。

在牡丹区22中华英路校区,走进课堂的还有茶艺一具有浓厚民族特色的中国文化。

“茶文化是中国传统文化的精髓,体现了古人‘廉、美、和、静’

的价值观和人生态度。外地的茶艺进课堂活动开展得红红火火,可以让孩子们从小接受中国传统文化的熏陶,可以修身养性,我从早就有这种想法。”主讲茶艺的菏泽市牡丹茶艺职业培训学校校长马思告诉牡丹晚报全媒体记者。

在课堂上,马思及其团队介绍了茶的分类、每种茶的功效、泡茶需要注意什么等茶艺知识,并



马思与孩子们分享茶艺

演示了泡茶的全过程,其娴熟的手法、优雅的姿态让孩子们目不转睛。

传统文化进课堂,在牡丹区22中课程安排上叫校本课程,是新课改下新开设的一门全新的课程,是该校的一大特色。该校根据学生身心发展特点,从实际出发开展了包括“艺术素养、身心素养、生活技能、科学素养、人文素

养”五大类40门课程,尤其是结合菏泽的地理资源,发掘牡丹文化,开发了特有的牡丹校本课程—牡丹课程。这个系列课程包括牡丹绘画、牡丹书法、牡丹戏曲、牡丹剪纸、牡丹沙画、牡丹地方历史等,丰富多彩的牡丹文化课程不仅提高了孩子们的审美能力、艺术素养,还培养了孩子们热爱家乡、回报家乡的美好情感。

女士组

032号
1986年10月生,籍贯曹县,身高160cm,汉族,体重55kg,本科学历,在菏泽国企工作,有房,年经济收入约10万元,离异带8岁女孩,爱读书,性格随和,热衷家庭教育分享。
欲寻40岁左右,身高170cm以上,性格温和,无不良嗜好,爱读书,有责任感,工作、收入稳定,大专以上学历以上,有房有车的单身男士为伴。

033号
1987年3月生,身高166cm,汉族,体重60kg,大专学历,性格文静,爱运动,注重养生,年收入约7万元,离异有一女孩。
欲寻32-38岁,性格稳重,身高175cm以上,做生意或有稳定工作,大专以上学历以上,市区有房、身体健康的未婚或离异无孩男士为伴。

034号
1983年6月生,身高160cm,体重75kg,汉族,本科学历,在国企工作,乐观向上,兴趣广泛,年经济收入约6万元,未婚,为人友善,待人诚恳,家里无负担。
欲寻36-40岁,身高172cm以上,专科学历以上,年收入6万元以上,有正式工作,人品好,无不良嗜好的男士为伴。

男士组

031号
1990年1月生,籍贯巨野,身高165cm,汉族,体重65kg,本科学历,在菏泽国企工作,性格内向,认真,年经济收入约8万元。
欲寻28-35岁,负责踏实,身高175cm以上,本科学历及以上,收入相当,有房,身体健康的未婚男士为伴。

035号
1992年10月生,籍贯鄄城,身高164cm,体重52kg,汉族,硕士研究生,菏泽国企职工,年经济收入约8万元,活泼开朗,心地善良,坚强乐观,爱说爱笑爱运动。
欲寻30岁以下,身高176cm以上,乐观、开朗、活泼,有固定工作,本科学历及以上,收入稳定,有房有车或有购房能力,身材匀称的未婚男士为伴。

031号
1996年10生,籍贯曹县,身高174cm,汉族,体重65kg,本科学历,在银行工作,性格开朗,有住房,年收入约10万元。
欲寻24岁左右,身高155cm,体重55kg左右,大专或本科学历,开朗、体贴,忠于感情,乐于沟通,通情达理的未婚女士为伴。

032号
1991年5月生,籍贯鄄城,身高174cm,体重72kg,汉族,本科学历,教师,性格开朗,有住房,年收入约5万元。
欲寻25-30岁,身高160cm及以上,体重60kg以内,本科学历,性格开朗的未婚女士为伴。

034号
1986年11月生,身高175cm,体重85kg,汉族,大专学历,开朗自信,积极向上,有住房,年收入约25万元。
欲寻26-33岁,善良有素质,身高162cm,大专以上学历,体重匀称的未婚女士为伴。

033号
1991年10月生,籍贯成武,身高170cm,体重65kg,汉族,大专学历,开朗活泼,有住房,年收入约10万元。
欲寻25-33岁,文静,身高、学历、工作、体重不限,能够安稳过日子的淑女为伴。

你的另一半就在这里

牡丹晚报单身俱乐部相亲角欢迎您

牡丹晚报高端单身俱乐部成立于2013年,主要是秉承全心全意服务菏泽百姓的办报宗旨,为菏泽单身男女朋友搭建一个相互认识交流的平台,并通过举办相亲会等公益活动,让因平时工作忙、圈子小的朋友有更多更广的渠道,尽快找到自己心仪的对象。
截至目前,俱乐部已举办各种相亲会20多场,通过相亲会、相亲栏目让362个单身人士建立幸福家庭。

每期十名
你的那一位总会出现

咨询热线: 5921688 18905308202