

走出家门，让寒假收获成长

本报记者 尹婕文/图

“上冰雪”锤炼意志

2月20日，开学前一天，北京市民陈茵陪儿子在南山滑雪场滑了大半天，晚上回到家后一同观看了北京冬奥会闭幕式。“我们用这样的方式为寒假生活画上了一个完美的句号。”陈茵告诉记者，寒假里，孩子参加了一个为期5天的滑雪冬令营，掌握了基本的滑雪知识和技能。“更为重要的是，在这个过程中，孩子经历一次次的失败，最终能够在雪地上畅快滑行，享受到冰雪运动的乐趣，这对他而言，是一次难得的历练。”

这个寒假，走出家门“上冰雪”，成为许多孩子假期生活中的重要内容。四川省阿坝藏族羌族自治州部分学校组织学生开展冬令营进滑雪场活动，由教练提供专业教学培训，带领学生学习滑雪技能，体验冰雪运动的乐趣；甘肃省兰州新区开办滑雪冬令营，学生们在兰州新区冰雪运动员训练中心接受相关技能的培训，这是当地推动“冰雪运动进校园改革实验区”工作的一大举措，也是解决学生“假期去哪儿”问题的一次探索。

更多的学生在家长的带领下，自发走向滑雪场，学习体验曾经“冷门”、小众的冰雪运动。2月上旬的一个周末，上午9时，北京怀北国际滑雪场雪具大厅里已是人头攒动，多是举家出行的游客。现场一位办理雪具租赁的工作人员介绍，寒假以来，雪场每天都会接待许多前来学习滑雪的孩子。下午1时左右，游客张女士给孩子请一位教练，她告诉记者，此时雪场内已没有空闲的滑雪教练。

北京冬奥会的举办让冰雪运动掀起了更高的热潮，各地的滑雪场、滑雪场变成学生的冰雪乐园。学滑冰、学滑雪、打冰球、玩雪圈，孩子们畅享冰雪之乐。

优秀文化提升品位

2月15日，北京王府井书店内，家长和孩子们在老师的带领下体验汉服礼仪和非遗传品制作。通过穿着不同款式的汉服、解读中华典故、吟唱古诗词、了解古代礼仪知识，家长和孩子们更加深入地了解了中华经典典故和汉服礼仪文化；他们听香文化传承人迟爱平讲述中国香的历史文化、用途、种类、寓意、制作工艺，学习亲手制作香牌。“提高孩子的文化素养，增

日前，全国中小学相继开学。在“双减”之后的第一个寒假里，学生们有了更多时间走进大自然、参与社会实践活动。走出家门，去冰雪世界里体验冰雪运动的快乐、在文化旅游点感受传统文化魅力、到红色景点接受革命精神熏陶，丰富多彩的活动让学生们的这个假期更加生动、更有新意。



孩子们在北京古北水镇内驻足观看舞龙表演。



寒假期间，北京各大滑雪场吸引众多家长带孩子前往体验学习滑雪。图为游客在北京怀北国际滑雪场内滑雪。

强对传统文化的理解和认知”，成为参与此次活动的家长们一致的心愿。

2月16日，在雨水节气到来前，辽宁省沈阳市沈河区朝阳一校的学生和家长一起排练了展示“雨水”节气知识的短剧，这是“探寻古人的智慧——朝阳一校二十四节

气综合课程”的内容之一。将传统文化与学科课程融合，通过研学实践、才艺展示等方式，激发学生了解传统民俗文化的热情，是这一课程的研发初衷。

传统文化的富集地博物馆也成为寒假里学生们经常踏足的地方。

浙江省杭州市临安区於潜镇是一座千年古镇，这里以“世界首部农业科普画册”《耕织图》、天目窑为代表的宋韵文化内涵丰厚。这个寒假，当地中小学生在开启了一场传统文化主题研学游，他们走进於潜镇耕织图博物馆，了解《耕织图》，了解家乡的历史，对家乡的吴越文化有了更深的感悟。2月12日，江苏南通蓝印花布博物馆迎来了开学前最后一批南通师范学校第二附属小学学生，他们专为体验国家级非遗蓝印花布印染技艺而来。据了解，寒假期间，仅该校就有400多名小学生到该博物馆学习非遗知识、体验印花工艺。他们在这里制作印有自己姓名的蓝印花方巾，感受到了中国传统文化的魅力。

红色旅游励志成长

这个寒假，全国各地的红色旅游迎来高峰期，学生群体成为游客主力。到红色景点、红色场馆了解历史、感悟精神，成为学生们假期里一项重要的社会“功课”。

寒假期间，由中国共产党青年团北京市西城区委员会主办的“青春红游记”党史红色文化体验项目第二季举行，通过华容道、情景互动等形式，全方位展现了西城区陶然亭慈悲庵、育才学校、徐悲鸿纪念馆、辅仁大学旧址、林白水故居、西城区红墙意识党性教育基地等6个红色点位背后的故事及蕴含的红色精神，与第一季串联形成了“播火之路”“红色学校”“故居寻踪”“爱国觉醒”“报业先锋”等5条红色探访线路，成为青少年进行红色文化之旅、感悟革命精神的重要指引。截至2月20日，该活动共吸引67万余人线上参与。

谢文礼是北京西城区一名五年级学生的家长，他告诉记者：“假期里，孩子认真地完成了‘青春红游记’的线上打卡，对这些红色点位有了初步了解，对他而言，这也是一次重要的精神洗礼。”谢文礼表示，他已和孩子约定，利用周末时间，逐一完成对这些红色点位的实地探访。

红色点位所在地也积极开展面向学生的寒假实践活动，为学生提供感悟红色文化的场所和讲解服务。寒假期间，山东省聊城市在平区振兴街道复兴社区组织小学生到社区党史馆开展学习体验活动，由社区志愿者为学生们讲解党的革命历史，引导学生知党史、感党恩、弘扬爱国主义精神。



米易是座阳光城

宋扬文图

对于一个在川西平原久住的人而言，米易开窗见山、大河穿城的城区特点确实让人耳目一新。更难得的是，米易之冬有四川盆地难得一见的冬日暖阳。米易的阳光堪称慷慨豪爽——不与渴望温暖的人们、果树捉迷藏，它们一登场就是金光万丈，且从不被乌云遮挡。除了下雨天，米易的天空总如一块空灵的蓝水晶。在米易，几乎难见阴天。要么下雨，要么朗日高照，干脆脆脆。米易仿佛是女娲补天时特意留给人间的一道温暖裂缝。

米易是四川省攀枝花市的一个农业县，县域不算大，人口也不多，出产的水果却冠绝全川，享誉全国。这些水果都是反季节而自然成熟的，简直称得上奇迹。说来奇怪，当成都平原正被苦寒的西北风扫荡，终日处于阴冷中时，阳光正慷慨地洒向攀西高原。如此得天独厚的自然优势，被米易的果农们发现并利用。于是，米易一大半的农民栽起了果树。天时地利加上米易人的勤劳能干，让水果产业成了米易响当当的名片。成都近郊的龙泉山也出产枇杷，不过，寒冬腊月里，当米易枇杷在成都热销之时，龙泉山的枇杷树仍在寒风中瑟瑟发抖，连花骨朵儿都还没冒出来哩。

不光枇杷，冬草莓、芒果、石榴……米易的果树似乎完全不按时令，春夏秋冬，各种水果轮番上市，即便同一种水果，也能四时皆兴。到米易旅行的人都给亲朋好友捎回一些米易水果为乐事，送上果品时，还不忘补一句话：“这是米易的！”足见人们对米易这个水果地理标识的认可。

一年四季有可口的瓜果，冬季里有暖人的日照，米易遂成逐阳而

居的老年人康养之首选地。近的如川西坝子的成都人，远的有来自冰天雪地的东北人，米易县城生活中着这样一群冬至暑假的“候鸟”。米易兼容并包，外地人众多，且呈迅速增长态势。这当然也要归功于米易县城有良好的市政设施。安宁河从攀西高原的峡谷中冲出来，流到稍微平坦的米易县城后，河床一宽，水就变得温柔了许多。沿河建有几座桥，人气最旺的，当属龙桥。龙桥不可行车，成拱形，步梯上下，专为市民休闲观景而造。

过桥去，就走上了河堤上的运动栈道。栈道旁，一路上都是垂杨柳或高大的攀枝花树，红艳艳的攀枝花只在攀枝花市能见到，此乃又一奇事。树若巨伞，遮出一半阴凉，人行栈道上，感觉高原夏日的太阳也不甚火辣。但依然有人惧怕米易的盛夏——三伏天，米易的气温将升至三十八九摄氏度。不过，真正在米易度过夏天的人才知晓，若不直接站到太阳下，米易也很凉爽，家中甚至不用开冷气。夏夜，安宁河的河风吹遍县城，暑气散得也快。人们三三两两走出家门，到河边吹风，赏月，赏灯，赏龙桥卧波……看来，偌大一个攀枝花市，每年的春节灯会都不择他处而固定落户米易县城，是有道理的。

米易城外有山。与重庆“山是一座城，城是一座山”的特质不同，米易县城被山脉所夹。晨光熹微时，远处的山巅有白雾缭绕；待到薄暮冥冥，西边的天空中，火烧云迟迟不散。米易当地人看见火烧云、彩虹、满天繁星，断不会像我等外地人大呼小叫。只因为，米易本来就称得上是个阳光城市。对他们而言，这些都是司空见惯之景。

图题：米易风光。

安徽桐城

唱响乡村旅游文化味

吴春富文/图

“……五唱那个桐城美，文化旅游齐奋进，文艺创作结硕果，旅游开发招来宾……”门歌《十唱桐城美》一人击鼓，一人敲锣，一人主唱，一人接唱，从“一”唱到“十”；“五”字模样像腰弓，蒿子粳米香味浓，山粉圆子都爱吃，还有丰糕香喷喷……”大鼓书《十字表桐城》一人一手打竹板，一手击鼓说唱，从“一字”唱到“十字”。2022年新春期间，安徽省桐城市孔城镇活用大鼓书、门歌等传统说唱形式，呈现乡村旅游中的本地文化元素，让乡村旅游更有文化味。

孔城镇是安徽省历史文化名镇，境内山水田园风光优美，民俗文化资源尤其非遗资源十分丰厚。近

年来，孔城镇挖掘民俗文化，让非遗融入乡村旅游中，突出乡村旅游的文化特色，吸引游客、留住游客，推动乡村旅游发展。当地邀请民间艺人上山，恢复了失传70年的“悠秋”、花轿等非遗道具及表演；组建乡村民俗文艺表演队伍，表演舞龙灯、舞狮子灯、十番锣鼓；抢救门歌与大鼓书等非遗，组织民间文艺人才根据时代节拍，撰写反映时代发展与乡村振兴的说唱新词，赋予民俗文化新生命。

如今，孔城镇处处有美景，村村有民俗文化表演队伍。游客在体验乡村生活的同时，能感受到当地乡村民俗文化。有游客表示：到孔

城乡村旅游，游有所值，游而忘返。孔城大鼓书艺人魏安银激动地表示：“有观众在安徽省电视台公共频道看到我的大鼓书说唱后，专门打电话给我，并表示要来桐城品尝美食！”近年来，孔城镇在美食文化上做文章，大鼓书《十字表桐城》把孔城乃至桐城的美食唱了个遍，让桐城美食声名远扬。孔城是鱼米之乡，美食以淮扬菜系为基础，品种有孔城米饺、孔城水碗、孔城米面等。

在发展乡村旅游时，孔城还注重利用地域文化的知名度吸引游客，以说唱及其他文艺表演形式让游客了解地域文化，进一步提升地域文化的影响力，提升乡村旅游的文化魅力。

孔城境内既有美丽的自然风光，如白兔湖以及有“小九华”之称的藻青山等，也有丰厚的桐城文化。“听了大鼓书，我们对桐城山水、文化有一种想深入了解的渴求。”一位现场听过大鼓书说唱的游客说。“‘六’字三点一横，父子宰相留芳名，六尺巷里传美德，礼让精神到如今。”《十字表桐城》的“第六字”这样唱道。桐城文化包括厚重的桐城派文化与绚丽多彩的桐城山水文化等，桐城派鼻祖戴名世的故里在孔城镇，桐城派中后期散文家刘开的故居遗址位于老街八甲，桐城派作家戴均衡创办的桐乡书院仍在。



孔城镇民俗文化表演。



汉江四桥观鸟

李永明

租赁船只在汉江蹲守了四天四夜，终于拍到琵琶鸭迁徙的珍贵镜头。

野鸭拍打着翅膀在水面上时起时落，鱼儿也耐不住寂寞，不时探出水面吐出一个个圆圆的水泡，一睹外边世界的喧闹。几只苇鸟蹲在四桥岸边一根高高的芦苇上，突然，其中一只扎入水底，不一会儿又从远处的河面探出身来。一只黑脚长嘴白羽的鹭鸶，立在清清的水边，临水自照，也许是在欣赏自己美丽的身影吧。

最引人注目的是那一群赤麻鸭，它们的长相很有特色：淡棕黄色的颈、喉和前颈，赤黄褐色的胸部、背部及两肩，下背稍淡，腰羽棕褐色，尾上覆羽为黑色，翅上覆羽为白色。它们成天在湖面上游来游去，时而潜入水中，时而浮出水面，成年赤麻鸭游弋在幼鸟周围，悉心呵护着它们。

据资料记载，赤麻鸭属迁徙性鸟类，目前世界总的种群数量约3万只，在我国越冬种群数量为2800多只，已被列入《世界自然保护联盟》国际鸟类

红皮书名录。如此名贵的鸟类出现在汉江四桥附近，是安康人的幸事。

去年秋冬时节，安康摄影爱好者在汉江黄洋河交汇处拍摄到一种从未见过的鸟，通过查鸟谱图才知道这是琵琶鸭。琵琶鸭通常栖息于淡水湖畔，亦成群活动于江河、湖泊、水库、海湾和沿海滩涂盐场等水域。它的脚趾间有蹼，但很少潜水，游泳时尾露出水面，擅长在水中觅食、戏水。此鸟喜欢干净，常在水中陆地上梳理羽毛精心打扮，睡觉或休息时互相照看。它们以植物为主食，也吃无脊椎动物和甲壳动物。林业管理部门有关专家通过查对确认，琵琶鸭在汉江安康流域出现尚属首次。琵琶鸭被列入《世界自然保护联盟》濒危物种红色名录，同时列入国家林业局2000年发布的《国家保护的有益或重要经济、科学研究价值的陆生野生动物名录》。

近年来，随着国家加大秦岭生态保护和长江流域十年禁捕等政策的有效实施，安康政府不断加大汉江水域的开发保护，严厉打击破坏水域生态环境的违法行为，做到管护与开发同步。汉江沿线政府每年拿出一定的资金对汉江进行综合整治，突出水清岸美人富的生态要求，使汉江生态环境逐年变美变靓，河湖的综合功能得到修补完善，汉江水量日渐充沛，沿河两岸生态环境逐年改善，吸引了大量的雁鸭类、鹤鹑类等涉禽、游禽迁徙至汉江四桥越冬，汉江四桥成了冬候鸟的乐园。

绿水青山就是金山银山，汉江良好的水域生态为鸟类提供了适宜的繁衍栖息环境，鸟儿们也给了汉江平添了无尽的活力和勃勃生机，它们重拾对人类的信赖。清波潺潺、人鸟相伴的场景，绘就了汉江四桥最美的生态画卷。

图题：白鹭捕食。薛勤学摄