

快乐暑假  
健康成长

本报记者 夏正锋 陈红菊



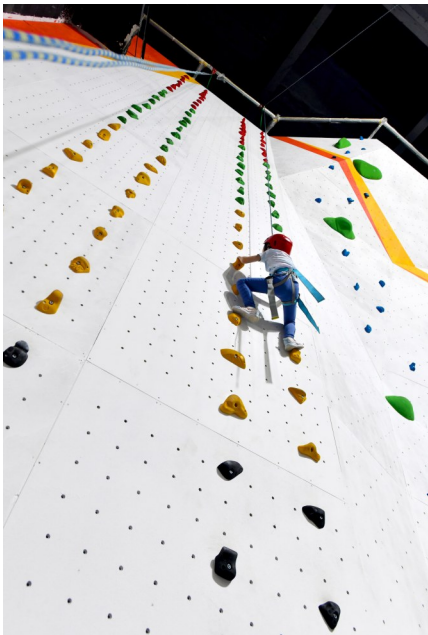
球场赛球技



书香伴童年



强身体体能



岩壁向上冲



踊跃学游泳

盛夏的咸宁，骄阳似火，却挡不住孩子们追逐快乐脚步。  
7月20日，咸宁全民健身中心各场馆内洋溢着欢声笑语，成为了暑期最具活力的“成长乐园”。  
三楼的篮球训练馆内，运球声、呐喊声此起彼伏。11岁的李羿辰正跟着教练练习三步上篮，汗水顺着脸颊滑落，他却咧着嘴笑着说：“每天练球两小时，比在家玩手机有意思多了！”场边，家长们举着手机记录孩子的身影，教练不时吹哨纠正孩子们的动作。  
走进一楼的游泳馆，一股清凉扑面而来。泳池边，身着五彩泳衣的“小旱鸭”们正在教练的指导下，练习手部动作。一旁的深水区，已经学会游泳的孩子们则像小鱼般穿

梭，蛙泳、自由泳轮番展示，安全员坐在高台上密切注视着水面，守护着这份夏日清凉。  
金泉湾路一处培训基地，平衡车赛道上，5岁的豆豆戴着头盔，在教练的鼓励下奋力蹬车，肉嘟嘟的脸上写满了专注。“趁着放假，让孩子练一下体能，上学后才更有精力去学习。”一旁，孩子的妈妈程女士说道。  
在体能训练区，绳梯、跳箱、敏捷圈整齐排列，教练带领孩子们做协调性训练。虽然满脸汗珠，但孩子们依然乐此不疲，欢声笑语不断。教练不时地给予鼓励，让孩子们在一次次尝试中逐渐提升自己的体能和协调性。  
咸宁深邦青少年俱乐部攀岩馆里，一群孩子正挑战自我，小手紧紧抓住岩点，脚下

交替攀爬，欢呼声、加油声不绝于耳。  
“不少孩子的家长特意让孩子来这里练胆量。”场馆负责人说道。  
咸安区汀泗桥镇聂家村村委会会议室里，来自湖北大学的志愿者们正在给孩子们辅导作业。他们耐心地解答孩子们提出的各种问题，从数学公式到语文阅读理解，志愿者们不仅传授知识，还鼓励孩子们培养独立思考的能力。孩子们则聚精会神地听着，眼睛里闪烁着求知的光芒。  
“爸妈白天比较忙，在这里不仅有人辅导作业，还能和小伙伴一起玩，还有各种手工课，太开心了！”10岁的尹梓妍一语道出了许多孩子的心声。



萌娃秀车技



传承皮影戏

记者手记

多彩实践 筑梦暑期

从篮球场的运球声到泳池的嬉水声，从平衡车赛道上的驰骋到岩壁的攀登，再到乡村课堂里的琅琅书声，这张丰富多彩的暑期“成长网”编织着孩子们的梦想与希望。在这个充满活力和创意的暑期，孩子们不再局限于书本知识，而是通过各种实践活动，拓宽视野，增强体质，培养团队协作精神和独立思考习惯。  
这背后，是场馆的开放、志愿者们的奉献、家长的陪伴与社会的共同守护。当兴趣的种子在运动中萌芽，当求知的渴望在交流中点亮，当勇气在挑战中增长，“快乐暑期，健康成长”便不再是一句口号，而是回荡在咸宁夏日里最真实的回响。