



一招一式，练出精气神

河北省高碑店市军城中学连续10年组织学生课间操时间练习军体拳

■孟保民 本报记者 刘松峰 特约记者 赵大永

“军体拳，预备！第一式，弓步冲拳——”6月8日，课间操时间，河北省高碑店市军城中学校园内喊声清脆。学生们精神抖擞、整齐列队，在军体拳教练的指挥口令下，统一迈步、转身、挥拳，一招一式尽显蓬勃朝气。

“练习军体拳是学校‘每天阳光体育运动一小时’规定内容，也是学校开展国防教育的重要形式，这项活动我们已经坚持了10年。”校长肖华告诉记者，阳光体育运动是在全国范围内开展的一项学生体育锻炼活动，学校可在这一时段内安排广播体操、眼保健操等，也可自主设计课间操方案。

军城中学毗邻军营，与全国军民共建发祥地崔中旺村、高碑店市双拥工作展览馆、军民共建主题公园邻近。优良的军民共建传统和浓厚的双拥文化氛围，为该校开展军地共育活动提供有利条件。

2012年，军城中学邀请驻军部队官兵担任军事体育教员。他们结合青少年身体发育特点，以军队第一套军体拳为基础，为学生量身打造了一套少年军体拳。自此，练习军体拳成为该校特色体育活动和军训重点内容。为保证训练质量，市人武部每年开学季与学校对接教官需求，协调安排驻军部队官兵、优秀民兵骨干到学校教授军体拳。学校还采取以老带新办



法，从高年级优秀中学生中遴选领队。

2016年，该校军体拳表演方队参加市运动会开幕式表演，受到社会各界广泛好评。2018年，该校被教育部评为“中小学国防教育示范学校”。今年，学校通过教育部、中央军委政治工作部“中小学国防教育示范学校”复核。

阳光少年，虎虎生威。记者在现场看到，这套少年军体拳共分16式，动作要领与军队第一套军体拳略有不同。军城中学体育老师侯永良介绍，

“少年军体拳对一些复杂动作进行简化，更加突出强身健体功能，一些口令也进行了修改，便于学生理解。每次课间操，学生打两遍分解动作和两遍连贯动作，锻炼活动强度适中、军味浓厚，有助于培养学生坚毅自信的意志品质。”

“从上初一开始，我就学会了军体拳，感觉打起来特别威武。”八年级二班学生祁靖玮说，学校每年会举行军体拳比赛，是学校特有的“体育盛会”，她和同学们都以能获得名次为傲。“打

军体拳让我们增强体质、磨炼意志、增进团结，我会一直坚持下去。”

“入学两年来，我家孩子的体质变好，性格也开朗了许多。这与学校教学育人的方式有很大关系。学打军体拳是体育课，也是德育课，我很支持这个做法。”九年级二班学生何塞的家长对记者说，“燕赵大地，英雄辈出。孩子理应从小崇军尚武。作为家长，我不仅期盼孩子能学好文化课，也希望他从小就有阳刚之气，长大后成为负责任、有担当的男子汉。”

“军城中学是一所普通乡镇初级中学，但教学理念先进。该校以学生发展为本，把学生健康成长作为办学宗旨，在教学改革中曾引发‘军城中学现象’，吸引中国好课堂教学管理高级研修班进入学校调研。该校学生紧张活泼、团结友爱的精神状态让人称赞。”高碑店市教育和体育局副局长王旭辉表示。

据了解，该校还联合军地有关部门开展多样化国防教育活动，邀请部队官兵到学校讲授国防知识，组织学生到军民共建主题公园、驻军部队史馆参观学习，引导学生爱军的价值取向。

上图：6月8日，军城中学学生在课间操时间练习军体拳。刘繁清摄



本报讯 袁野、记者蔡永连报道：“梅雨季节，天气潮湿，白蚁增多，要加强不可移动革命文物保护工作。”6月6日，安徽省金寨县文物局组织专业施工力量对立夏节起义首发地、豫东南道委、道区苏维埃政府旧址等7处革命文物保护单位实施病虫害监测和防治工作。

金寨县是中国革命的重要策源地、人民军队的重要发源地之一，是红四方面军的主要发源地、红25军的诞生地、鄂豫皖革命根据地的核心区。根据第三次全国不可移动文物普查数据显示，该县共登记不可移动文物367处，重点文物保护单位280处。2020年，金寨县革命烈士陵园入选中华民族文化基因库红色基因库首批试点单位。

为把红色资源利用好、红色传统发扬好、红色基因传承好，该县积极探索创新革命文物保护工作，建立领导机构、出台政策法规、完善制度机制、创新技术手段，形成了较为完善的红色资源保护管理体系。

金寨县文物局副局长张静辉告诉记者，该县较早成立了以县委、县政府主要领导为双组长的红色旅游发展工作领导小组，将红色资源保护利用工作列入党委和政府重点工作。2020年5月26日，该县在全省率先成立红色文物管理中心。今年2月17日，金寨县文物局正式成立，进一步加强对革命文物保护工作的统一管理。

今年年初，《安徽省红色资源保护和传承条例》正式施行，要求重点做好见证鄂豫皖苏区、刘邓大军千里跃进大别山等伟大历史事件的革命旧址、遗址、文物保护单位，公布的首批不可移动革命文物目录中，金寨县不可移动文物占全省总数的28%以上。

金寨县红色文物管理中心副主任黄世招介绍，为抓好末端落实，他们立足实情定政策，印发《关于进一步规范全县红色资源利用建设和展陈管理的通知》《关于加强革命历史纪念设施、遗址和爱国主义教育基地工作的实施意见》，修订完善县内3处国家级、10处省级、17处市级和100余处县级文物保护单位、维修和环境整治方案，建立13处“三防”（消防、安防、防雷）工程；编制《金寨县革命旧址文物保护规划》，建立

军地协作机制，统筹做好红色资源的调查认证、保护管理工作。古寺祠堂，绿树掩映。夏日的金寨县汤家汇镇古朴秀美。革命战争年代，该镇曾是鄂豫皖革命根据地中心区域，现存革命遗址遗迹多达61处。近年来，该镇加大红色资源保护开发力度，着力打造安徽省知名红色小镇，每年吸引游客近10万人次。

该镇文物管护员张行炳说，随着该镇红色文化旅游项目投资增多，30多处濒危革命遗址得到抢救性维护，许多重要革命文物实现数字化采集、保护和展示。

上图：文物保护人员在立夏节起义首发地防治白蚁。江亚男摄

守护革命红 老区今更美

安徽省金寨县完善红色资源保护管理体系

军地协作机制，统筹做好红色资源的调查认证、保护管理工作。

古寺祠堂，绿树掩映。夏日的金寨县汤家汇镇古朴秀美。革命战争年代，该镇曾是鄂豫皖革命根据地中心区域，现存革命遗址遗迹多达61处。近年来，该镇加大红色资源保护开发力度，着力打造安徽省知名红色小镇，每年吸引游客近10万人次。

该镇文物管护员张行炳说，随着该镇红色文化旅游项目投资增多，30多处濒危革命遗址得到抢救性维护，许多重要革命文物实现数字化采集、保护和展示。

上图：文物保护人员在立夏节起义首发地防治白蚁。江亚男摄

山东省军区临沂离职干部休养所

收藏战争回忆 致敬革命老兵

本报讯 徐运田、冯岚报道：“那时入党动机很简单，就是想打走鬼子，让穷苦老百姓翻身得解放……”近日，山东省军区临沂离职干部休养所与驻地主流媒体推出“献礼建军95周年·我的战争回忆”活动。面对摄像机镜头，老干部李群深情讲述入党经历。

该所干事孙振翔介绍，此项活动以军休干部为主要采访对象，深入挖掘他们在新民主主义革命时期、社会主义革命和建设时期的光辉事迹，通过视频、文字、图片等形式，记录和展示老兵风采。

离休干部牛继广今年已经92岁，他对参加解放战争和抗美援朝战争的经历记忆犹新。他不仅向活动策划组详细讲述当年的战斗故事，还展示许多珍贵老物件。孙振翔说，该所老干部中年龄最大的102岁，最小的88岁。尽管

年事已高、精力有限，但他们参与活动的热情非常高。

据了解，活动于3月下旬启动。目前，策划组成员已采访10位老干部。他们从老人及其家人的讲述中，采撷到许多动人故事，一些口述材料获得军事专家认证，被当地军事机关军史办、史馆作为史料收录。

“每一名老兵都是一部‘活历史’，他们的事迹值得我们认真学习。”当地媒体编辑王颖清说，红色资源是宝贵精神财富，全社会都应承担起挖掘和抢救红色资源的责任。

该所所长崔峰介绍，他们还借助当地国防教育网、校园媒介平台，多维度、跨平台宣扬老兵战斗故事，推动红色文化宣传与国防教育有机融合，激励干部群众传承红色基因、支持国防建设。

很快赢得口碑。如今，他的豆腐不仅在当地热卖，还销售到邻县和市里。“老兵豆腐”的名声越来越响。

“豆腐做好了。”张利民说。当他掀开豆腐盘上的厚棉纱，一大块热气腾腾的豆腐露出“真容”，质地白嫩，香气四溢。

张利民告诉笔者，一年多来，人武部工作人员一直和他保持联系，还定期回访，到他的豆腐坊里看一看，问问有什么困难。他对工作组有了更多了解。“他们除了帮助我创业，还帮我其他老兵解决难题，给家属找工作、帮老兵就医治病等等。”

“我当了8年兵，感觉给国家作的贡献有限。在我最困难的时候，组织送来关怀和温暖。如果有一天国家需要我，我一定会毫不犹豫地冲上去。”张利民说。

本版责任编辑 朱宏博 陶春晓



近日，江苏省泰州市军地联合组织防汛抢险演练，提高军地应急救援力量一体联动、协同配合能力。图为无人机分队和冲锋舟分队开展立体救援场景。

辽宁省法库县为退役军人解决“急难愁盼”问题

“老兵豆腐”火了

■李冬生 金治国

磨黄豆，烧水煮豆浆，点卤……6月6日，天刚泛亮，辽宁省法库县退役军人张利民就起床制作豆腐。豆腐坊里灯光泛黄，将他脸上的汗珠照得晶莹闪亮。豆腐定型时，他才抽出空来和笔者聊起他从事这一行的来龙去脉。

去年，张利民给孩子治病花了不少钱。本来家庭经济尚可，这一下他背上了很大的经济负担。当年3月，县人武部和退役军人事务局开启常态化为退役军人解决“急难愁盼”问题活动。人武

部部长李鹏带工作组走访老兵时，了解到张利民的情况。工作组在为他解决生活难题的同时，还想方设法帮他获得一技之长，更好撑起整个家庭。

“李部长问我想干什么工作，我说不怕苦不怕累，能有一份在家门口的工作就行，因为孩子需要人照顾。”在和工作组交流时，张利民无意间讲到了自己小时候跟父亲学做豆腐的事。工作组一听，感觉是个方向，如今手工食品很受欢迎，如果张利民能学会制作手工豆腐，不

失为一条创业路子。

人武部联系全县有名的豆腐坊，收张利民为学员，学习制作手工豆腐。张利民有一定基础，很快掌握了制作技巧。一个多月后，人武部帮他购置了制作豆腐的工具，他利用自家场地开起豆腐坊。“扶上马”还要“送一程”。人武部还帮他拓展销路，协调10多家政府机关、学校、企业食堂采购他制作的手工豆腐。

由于手艺精、信誉好，张利民的产品