聚焦第十一届全省民族运动会

我州代表队斩获第十一届全省民族运动会龙舟项目三项一等奖

本报讯（记者 黎北平 见习记者 郭琳灿）7月28日下午，贵州省第十一届少数民族传统体育运动会龙舟项目火热开赛。全省各地参赛队伍齐聚下司赛区，劈波斩浪、同台竞逐。在激烈的小龙舟及标准龙舟200米直道竞速赛中，作为东道主的我州代表队凭借过硬实力与默契配合连战连捷，一举斩获三个项目一等奖，强势拿下赛事“开门红”，尽显黔东南儿女同舟共济、奋勇争先的精神风貌。

本次龙舟项目200米直道竞速赛强手如林，我州代表队全程状态拉满，实现“三轮夺冠”。在小龙舟男子200米直道竞速赛中，队员们桨频稳定、冲刺迅猛，以绝对优势摘得一等奖，贵州师范大学、安顺市、贵州医科大学代表队获二等奖。随后的小龙舟男女混合200米直道竞速赛中，全队默契发力、势如破竹，再下一城斩获一等奖，毕节市代表队获得二等奖。

在压轴登场的标准龙舟男女混合200米直道竞速赛中，赛场气氛被推向高潮。面对安顺市等强劲对手，我州代表队沉着应战，全程保持高效桨频，在江面上划出昂扬奋进的轨迹。最终，他们不负众望再度登顶，拿下第三个一等奖，安顺市代表队斩获该项目二等奖。队员们奋勇拼搏的姿态，赢得了现场观众的阵阵喝彩。

赛后，我州代表队队长龙继周难掩激动：“非常开心，没想到能荣获三个一等奖！这次赛事汇聚了全省顶尖队伍，大家实力都很强，我们全程都背负着不小的压力。这份成绩来之不易，后续全队将戒骄戒躁、再接再厉，继续以饱满的状态迎接后续赛事，展现黔东南民族体育健儿的风采。”

安顺市代表队队员龙凌云也对对手给予了高度评价：“黔东南代表队整体实力出众、竞技水平过硬，是我们值得学习的强劲对手。我们不会气馁，后续将及时调整状态、休整蓄力，全身心备战接下来的各项赛事，力争再创佳绩。”

随着龙舟项目的精彩角逐，本届省民运会的赛事热度持续攀升。各参赛队伍将继续全力以赴，在赛场上奋勇拼搏，向着更多荣誉发起冲击，让民族体育精神绽放更加耀眼的光彩。

贵州省第十一届少数民族传统体育运动会高脚竞速、板鞋竞速项目比赛精彩纷呈

本报讯（记者 聂蕾 吴鹏程）7月28日，贵州省第十一届少数民族传统体育运动会赛场气氛热烈，高脚竞速、板鞋竞速两大兼具民族特色与速度激情的项目在凯里民族体育场正式鸣枪开赛。来自全省各地的运动健儿们齐聚一堂，在传承民族文化的同时，展开了一场别开生面的体能与协作的较量。

当日赛程安排紧凑且精彩，涵盖了男子、女子高脚竞速100米的预赛与复赛，以及男子、女子板鞋竞速60米的预赛与复赛。此外，男子高脚竞速2×200米接力和男子板鞋竞速2×100米接力的预赛也同步展开。

高脚竞速，又称“高脚马”或“骑竹马”，源于土家族、苗族等少数民族的生活实践。在过去，人们常踩着高脚马涉水过田、代步出行，如今这项生活技能已演变为一项考验速度与技巧的竞技运动。

赛场上，运动员们双手各持一杆，双脚踩在杆上的踏蹬上，奔跑时如同骑着一匹无形的骏马，在赛道上飞驰。高脚竞速项目总裁判长丁健介绍，该项目主要考验运动员的爆发力和肌肉耐力，优秀的选手往往需要经过长期训练，练就强健的腿部力量，才能在高速奔跑中保持平衡与速度。

如果说高脚竞速是个人能力的展现，那么板鞋竞速则是团队协作的极致考验。板鞋竞速起源于明代，相传是壮族女英雄瓦氏夫人为了训练士兵的协同作战能力而创，后逐渐演变为民间娱乐和竞技项目。

比赛中，运动员三人一组，同穿一副长板鞋，步伐必须高度一致才能快速前进。发令枪一响，各组队员便齐声喊着统一口号调整步频，整齐划一向前冲刺；不少队伍因配合失误摔倒，队员们互相搀扶、快速起身继续完赛，充分诠释团结拼搏的体育精神。“板鞋竞速的核心在于团结协作，一个队伍通常需要磨合训练两个月以上，才能达到默契配合，否则极易在高速奔跑中摔倒。”丁健裁判长说道。

据了解，本届运动会板鞋竞速项目参赛人数达188人，高脚竞速项目72人。高校学生成为参赛主力，同时也不乏30多岁的“老将”身影，他们中许多人曾是校园民传项目的佼佼者，如今已走上工作岗位，但依然坚持训练并带队参赛。“近年来，在省民宗委和省体育局的技术指导与经费支持下，省内多所高校高度重视民族传统体育项目的发展，部分学校甚至承担了五六个民传项目的训练任务。这不仅提升了竞技水平，更让民族传统体育文化在校园里得到了活态传承与发扬。”丁健说。

从代步竹竿到“竹马飞人”，从练兵长板到同心竞速，高脚竞速与板鞋竞速不仅承载着各民族的生活智慧与历史记忆，更在新时代的赛场上焕发出蓬勃生机。赛事首日比拼便看点十足、竞逐火热，7月28日至31日，各族运动健儿将持续亮相凯里民族体育场，在这里轮番上演速度拼搏与同心协作的精彩对决。

图为比赛现场

第十一届全省民族运动会陀螺、押加赛事火热开赛

本报讯（记者 王心 见习记者 杨思怡）陀螺飞旋展灵动技艺，押加角力显奋进风采。7月28日，贵州省第十一届少数民族传统体育运动会陀螺、押加两项特色赛事在凯里学院正式开赛。全省各地运动健儿齐聚赛场，同台竞技、切磋交流，尽情展现少数民族传统体育项目的独特魅力与昂扬风貌。

比赛首日，趣味性与技巧性兼具的陀螺项目率先开赛。按照赛事规则，参赛选手在指定区域完成陀螺旋放、精准击打，通过打停、旋胜、旋平、旋负四类竞技情况累计积分，以精准手法和稳定心态一较高下。赛场之上，选手们凝神聚力、动作利落，旋转的陀螺稳稳对峙，每一次精准击打都引得现场阵阵喝彩。

首次站上赛场的毕节代表队选手陈德静，经过一个月的集中备赛，顺利拿下首场胜利，收获满满信心。

“今天赢了，心里特别开心。这是我第一次参加比赛，不仅深深体会到了传统体育项目的乐趣，也感受到了浓厚的赛场氛围。接下来的比赛，我会稳中求进，全力争取更好成绩。”陈德静说。

据了解，本届民运会陀螺赛事参赛规模再创新高，共吸引全省10支代表队参赛，各代表队分别选派男女运动员各30名，参赛总人数创下历届赛事新高。赛事设置单打、团体三对三比拼，分攻防对位展开竞技，仅陀螺之间有效碰撞方可计分，对选手的技巧、精准度有着极高要求。

陀螺项目编排长吴建勤表示，逐年递增的参赛队伍与参赛人数，充分印证了少数民族传统陀螺运动深厚的群众基础。传统体育项目持续升温，爱好者队伍不断壮大，既是民族文化传承的生动体现，也为项目专业化、常态化发展积蓄了力量。她希望参赛队员以赛促练、补齐短板，在后续训练中精进技艺，力争在全国赛事中发挥出更好的水平。

陀螺赛事精彩不断，素有“大象拔河”之称的押加力量赛事接续开赛。作为极具民族特色的力量型运动，本届押加赛事根据选手体重，划分55公斤级至95公斤级六个竞赛级别，采用三局两胜制。比赛中，选手将拉力带套于脖颈，四肢着地、背对对手，奋力向前发力，率先将中线吊坠拉过界线即为获胜。

首场出战55公斤级赛事的贵州民族大学代表队选手杨通宇，顶住赛场压力稳定发挥，拿下首轮胜利。他坦言，首场比赛心态紧张，能够收获胜利实属苦尽甘来，中途的一次失利让他领悟到，集中精力、专注发力，是赛场取胜的关键。

本次押加赛场新人辈出、老将坚守，不少常年深耕赛场的资深运动员依旧保持着极佳的竞技状态，以热爱坚守赛场，尽显民族体育的传承力量。

押加项目副裁判长杨光祥介绍，本届赛事汇聚了大批资深参赛选手，不少38岁左右的老将依旧坚持参赛、奋勇拼搏，充分展现了民族传统体育的魅力与活力。他期待全体参赛选手全力以赴、发挥所长，不断突破技术水平，为观众呈现更多高质量、高水准的精彩对决。

以赛传文脉，竞技聚同心。灵动陀螺转出民族活力，力量押加赛出拼搏风采。此次两项特色民族赛事的开展，不仅丰富了第十一届全省民族运动会的赛程内容，更搭建起各民族交往交流交融的优质平台，让古老的少数民族传统体育文化在新时代赛场焕发新生、绽放光彩。接下来，各项赛事将持续火热进行，各民族健儿将继续奋勇拼搏，书写更多赛场精彩。

DENG XIA 灯下漫笔 MAN BI

如果游戏也有KPI 孩子还会痴迷吗？

○关育兵

“暑假眼看就要过半了，可儿子整天就知道玩手机，作业根本没写几页！”杭州叶女士的吐槽，在这个暑假引发了无数家长的共鸣。

更令人深思的是，她将希望寄托于“新班主任赶紧来家访，帮我管管他”——一次家访，真的能管住一个暑假的手机吗？当家长的管教频频失效，需要追问的不仅是“怎么管”，更是“孩子为什么这么难管”。（7月27日红星新闻）

孩子沉迷手机的实质是什么？表面看是娱乐，深层看是逃避，更本质地说，是对“有目标、有任务、有枯燥训练”的系统性的恐惧与不耐。

学习之所以让人觉得“无趣”，是因为获取知识的过程充满了目标、任务和反复训练——背单词要达标，做题要全对，考试要排名。每一次学习都伴随着“你必须做到什么”的压力。而手机世界恰恰相反：刷视频没有KPI，看网页不需要写读后感。没有目标、没有任务、没有考核、没有排名——这才是手机最致命的吸引力。它提供了一个完全“安全”的精神避难所，让孩子逃离了现实中无处不在的目标压力。

当然，游戏并非完全没有目标——通关、升级、获胜都是目标。但游戏的目标与学习的目标有本质区别：游戏输了可以重来，不丢人；学习失败了要扣分、要排名、要被评价。孩子恐惧的不是“目标”本身，而是“目标失败后的后果”。每一次考试、每一次作业，都像一场不能输的赌局，而手机世界里的每一次失败都可以“再来一局”，没有老师打分，没有家长叹气。

更隐蔽的是，手机游戏还提供了另一种学校给不了的东西——即时的同伴认同。在游戏中，你的队友需要你，你的等级证明你，你的皮肤展示你。这种“被看见”“被需要”的体验，恰恰是许多孩子在课堂和家庭中缺失的。当他们无法从“做对一道题”中获得成就感时，就会转向“打赢一局游戏”来填补。

孩子沉迷手机，本质上不是在享受自由，而是在逃避压力。而我们真正要做的，不是把手机从他们手中夺走，而是让现实世界变得同样值得停留——那里有可及的目标、有温度的反馈、有允许犯错的空间。当学习不再意味着恐惧，手机自然就不再是唯一的避难所。

凯里学院第二十二期银饰技艺守正创新研修班举行开班仪式

本报讯（通讯员 蒋圆媛）7月26日，由文化和旅游部、教育部、人力资源和社会保障部组织实施的“中国非物质文化遗产传承人研修培训计划”（以下简称“研培计划”）凯里学院第二十二期银饰技艺守正创新研修班，在凯里学院美术与设计学院举行开班仪式。

凯里学院跻身全国非遗传承人研修培训计划首批主办高校行列，十余年来深耕本土民族文化资源，持续培育非遗人才、助推非遗产业发展。

据悉，本期研修班由贵州省文化和旅游厅管理，凯里学院主办，美术与设计学院与非遗中心承办，贵州省工艺美术协会银饰专业委员会协办，以“银饰技艺守正创新”为主题，聚焦技艺守正、设计创新与市场转化，结业后将举办专题成果展，向社会公开展示研培成效，以期为全省传统银饰技艺创造性转化、创新性发展提供可落地、可推广的黔东南实践方案，助力贵州非遗出圈出彩、赋能地方文旅与乡村振兴。

三穗县良上镇：

“零投入”订单农业助农增收

本报讯（通讯员 吴勇谋）眼下，三穗县良上镇良上村香糯玉米种植示范基地迎来第一季采收期，一株株玉米秆上挂满饱满的玉米棒，村民们穿梭其间，熟练地掰下、装袋、搬运，欢声笑语回荡在山野田间。采收刚一结束，旋耕机又下田翻耕整地，村民们紧随其后播种施肥，为第二季玉米栽种忙碌开来，一块地一年两熟的探索在这里落地见效。

“在家门口摘玉米，一个小时10块钱，一天能挣100来块钱，还不耽误家里的活。”正在采收的村民万冬秀满脸喜悦。采收旺季，基地每天可吸纳10余名村民就近务工，让群众顾家挣钱两不误。

“今年我们村试种香糯玉米15亩，村上统一供种、供肥、供药，全程技术指导，企业保底收购，农户只管出工，零投入、零风险。”良上村驻村第一书记张峰介绍道。通过“宽窄行”标准化种植，首季玉米平均亩产鲜穗约2500斤，比普通玉米亩产1100斤多收1400斤，亩产值增加约1000元。第一季3月播种，6月收获，紧接着7月播种第二季，10月采收，两季无缝衔接，土地一年无闲，综合效益大幅提升。

良上村推行的“集体托底、农户零投入”模式，由村“两委”和驻村工作队主动对接企业，种子、肥料、农药等由村集体统一免费提供，从整地、定植到田间管理均有技术员全程指导，玉米收获后由合作企业上门保底收购、统一销售。真正实现了“风险村上扛，收益农户得”，让群众吃下“定心丸”。

今年，良上镇共发展香糯玉米20亩，其中良上村集中连片种植15亩。下一步，该镇将总结两季种植经验，持续发挥“村集体+企业+农户”纽带作用，探索“玉米+”套种模式，扩大订单农业覆盖面，让小地块持续产出“稳收粮”，不断鼓起群众“钱袋子”。

镇远县金堡镇：

650亩夏茶采收如火如荼

本报讯（通讯员 孔盼 田应鹏）盛夏时节，镇远县金堡镇辽家坳村生态茶园绿意盎然，鲜嫩茶芽郁郁葱葱，当地迎来夏季茶叶集中采收高峰期，田间地头处处呈现出丰收忙碌的景象。

近年来，辽家坳村立足优良生态资源，大力发展绿色茶产业，目前茶园种植面积达650亩，茶叶长势优良，产业发展基础扎实、效益稳定。为持续壮大特色产业、助力乡村振兴，该村通过盘活闲置土地、规范化管护茶园，持续推动茶产业提质增效，打造本土特色农业产业品牌。

金堡镇党委副书记、镇长胡隆江说：“我们金堡镇种植的茶有650亩，茶的品种是601、福鼎白茶，采用人工加机械采收，每天能采收3000斤左右，从清明节开始一直可以采收到国庆节前，一年带动周边务工人员600人次，茶叶供应到羊场镇茶叶加工基地，销往福建沿海等地。”

茶叶采收期间，基地常态化吸纳本地村民就近务工，让群众实现“家门口就业、稳增收致富”，有效解决农村闲置劳动力就业难题。新鲜茶叶采摘完成后，由收购商统一收购、集中外销，产销链条畅通，切实将生态资源转化为经济收益。

“我们已经在茶场务工一个多月了，老板每天给一百多元工钱，还免费提供午餐。出来就近务工主要想补贴家里开支，攒些钱用来缴纳孙子的学费。平日里老板待人厚道，大家干活心里也踏实。”务工村民周章平说。

家门口的绿色产业，撑起了群众的增收希望。务工村民纷纷表示，茶园务工时间灵活、收入稳定，极大地改善了家庭生活条件。下一步，金堡镇将持续深耕茶产业发展，不断完善种养、采收、销售全产业链，持续释放产业富民效能，以特色农业提质增效，为乡村振兴注入持久动力。

张礼权：

一位酿酒工的逆袭之路

○ 黔东南州融媒体中心记者 余天英

近日，2026年贵州技能大赛——全省白酒行业职工职业技能大赛在习水县落幕。贵州青酒酒厂有限公司的酿酒工张礼权作为黔东南州的代表，凭借扎实的技艺和稳定的发挥，在白酒酿造（上甑摘酒）赛项中脱颖而出，荣获一等奖。

在比赛现场，甑前温度超过40摄氏度。张礼权手持竹篼，一篼接一篼地将酒醅均匀撒入甑内。“轻、松、匀、薄、准、平”——六个字的操作要领，他重复了整整45分钟。摘酒环节，“看花摘酒、掐头去尾”，何时摘、摘多少，全凭眼力与手感。这份功夫没有捷径，全靠日复一日的磨炼。

张礼权于2022年进入贵州青酒，先后在303班组、207班组从事酿酒工作。入厂之初，公司为他制定了系统的培养计划：外出学习1个月、跟班实操2个月，从铺层厚薄到看汽时机，车间主任手把手传授技艺。在酿酒车间，这种“老带新、传帮带”的传统代代相承。

每天凌晨4点起床、4点半到岗，一轮上甑半小时，一个班组一天完成12甑。甑前常年40多度，夏天更是闷热难熬。张礼权就是在这样的环境里，一甑一甑地坚持了下来。

2023年和2025年，他两次参加厂内技能比赛，都只拿到鼓励奖。“说不失落是假的，我一直憋着一股劲：别人能拿奖，我为什么不能？”今年5月，他入选贵州青酒代表队。备赛期间，白天正常上班，下班后用手机一遍遍刷题，理论实操两手抓。

比赛中途，他听到场边有人喊加油，咬牙坚持完成了全部动作。在闭幕式上，当听到自己名字的那一刻，他第一时间把好消息告诉了家人。

“感谢公司培养，感谢前辈们的传帮带。我会继续扎根酿造岗位，把甑上好、把酒摘好，像前辈带我一样去帮助其他同事。”从鼓励奖到一等奖，张礼权用三年时间完成了一场技与心的修炼。正如他所坚守的信念——匠心没有捷径，唯有“一甑一甑”地踏实前行。

奋进新征程 建功新时代
——全面推进乡村振兴