五洲少年拳脚为媒精武寻源

读懂藏在一招一式里的中华武术文化

桥·见新识

9月17日，参加第十九届“汉语桥”世界中学生中文比赛的五洲选手走进天津霍元甲学校，开展主题为“精武寻源·抱拳济和”的文化体验活动。在这里，少年们拳脚为媒，通过沉浸式体验，读懂了藏在一招一式里的中华武术文化。

在校门口热闹的舞狮迎宾环节，锣鼓声声雄狮起舞，五洲少年纷纷上前，争相与舞狮队员合影留念。来自泰国的蔡家文曾学过舞狮，在现场互动环节与天津霍元甲学校舞狮队员配合完成了“坐头”等经典动作，引得现场掌声阵阵。

“我们学校就有舞狮队，我也是舞狮队的一员，很高兴能在中国体验舞狮，我感觉这边会更加正宗。”蔡家文还分享训练小窍门，“我们训练要用最重的狮头，这样正式表演的时候才能够减少失误。”在他眼中，狮头分量有限，文化交流的使命更重：“我觉得狮头并不重，更重的是中泰之间的这座文化桥梁，我希望能为这座桥梁带来新的活力，也期待能把更多的中国传统文化带到泰国朋友身边，带到世界各地。”

随后，选手们分组前往太极、散打、拳法、器械四个体验站点，感受中国武术的独特魅力。大家跟着教练学习基础动作，感悟每个招式背后的哲理与智慧。

来自尼日利亚的麦雅岚在体验中国棍术后表示：“之前我以为这些动作很简单，真正体验之后才发现，做起来一点都不容易。”

澳大利亚选手丁凯曾经在家乡学习过功夫课程，这次终于接触到中国本土武术，“我特别开心能够体验真正的功夫。”

爱尔兰选手柯凯莉8岁便在都柏林的功夫俱乐部习武，这次在天津霍元甲学校沉浸式观摩各类武术展演，还跟着教练学习棍术，让她收获满满：“太精彩了，这种体验太棒了，我非常开心。”

体验结束，全体选手来到精武剧场，观看学校武术队的功夫表演后，来自五大洲的选手们还踊跃登台，展示学到的武术动作。来自加拿大的谭颖恩带着自己心爱的剑、三节棍和红缨枪走上舞台进行展示。来到天津霍元甲学校，她亲眼看见中国学生的武术训练场景，见识到多样的武术风格，圆了自己一直以来的心愿。

活动最后，主持人带领全体选手学习庄重的抱拳礼，左手为掌、右手为拳，领会“武中有礼，以武会友，以和为贵”的中华武术精神。从舞狮锣鼓到拳脚棍术，五洲少年在实操中感知中华武术内核，不只学会招式，更读懂武术背后包容、谦逊、自强的精神。

记者 李梅旭 见习记者 苗娜
摄影 记者 孙志强

向着全球五强 五洲少年快乐出发

第六届“汉语桥”世界小学生中文秀晋级赛决出五大洲冠军

桥·见才华

9月17日，第六届“汉语桥”世界小学生中文秀晋级赛举行。来自五大洲的15位小选手齐聚赛场，玩转“快乐游园会”“造物梦工厂”“桥桥通讯社”三大趣味环节，向着全球五强快乐出发。

本次赛事特邀世界汉语教学学会会长钟英华、中央广播电视总台少儿频道主持人鞠萍、北京外国语大学非洲学院外籍教师唐磊担任评委。

笑语启新篇 童心探阅中文万象

比赛伊始，主持人先和小选手聊起了关于“快乐”的话题。有人分享在“汉语桥”交到了许多新朋友，有人提起吃到了美味的中国菜，童言童语间，现场气氛一下子轻松起来。

“快乐游园会”采用客观选择题形式，每题的线索分三层依次放出，小选手们可根据线索作答。婉转悠扬的戏曲韵律、代代相传的节日习俗、源远流长的上古神话等中国文化知识，都巧妙融入节目线索中。小选手们认真思考，每当灵光闪现，便迫不及待地在答题器上作出选择。

“好紧张呀！刚才我的心跳得好快。”顺利拿下多道考题的泰国选手詹兵兵说，“每年夏天，我的爸妈都会带我来中国旅行，在游玩中学到很多中国文化。这次参加‘汉语桥’比赛，我在快乐中收获了知识。”

妙想遇科技 齐心点亮造物星河

“造物梦工厂”环节，选手们静心聆听线索，精准复述中文长句。根据他们的描述，赛事AI伙伴“小桥”实时创作，一幅幅充满科技感的画面出现在大荧幕上。五洲选手们的奇思妙想竞相绽放，开启了一场天马行空的创意之旅。

来自大洋洲的三位选手，面对荧幕上的未来房子，尽显“小发明家”天马行空的想象力。来自澳大利亚的丁媛说：“未来的房子就像一朵白白的云，屋顶上面还有花园。”“里面还有很多机器人！”“住在里面舒适又幸福！”新西兰选手亚当、斐济选手黄凯琳分别说道。童言稚语间，孩子们共同描绘出属于他们的未来家园。

童声传新语 真情诉说跨国情谊

在“桥桥通讯社”环节，小选手们摇身一变，成为趣味新闻播报员，围绕不同的主题，分享着自己的故事。

热爱国风音律的亚美尼亚选手露西，用稚嫩却真诚的语言，诉说自己与古筝相伴的时光。

“我读过一个故事，古时郑和远渡重洋来到肯尼亚，为我们带来中国茶叶，我们送他一只长颈鹿带回中国。”来自肯尼亚的伊森讲述了一段中非友谊佳话，“我们和中国的友谊会一直延续下去吗？用我们的语言回答，是‘哈库拉玛塔塔’，中文就是‘没问题’！”

五强诞生 中文逐梦步履不停

经过三轮比拼，泰国选手詹兵兵、肯尼亚选手伊森、塞尔维亚选手苏菲、美国选手康彩蝶、澳大利亚选手丁媛分别成为五大洲冠军，晋级全球总决赛。

拿下美洲冠军后，来自美国的康彩蝶还有些意外。“我觉得选手们都很厉害，每个人都有可能获胜。直到真正拿到冠军，我还有点蒙。”对她来说，这一次晋级不是终点，“‘欲穷千里目，更上一层楼。’这首《登鹳雀楼》一直激励着我，要想变得更好，就要继续加油！”

接下来，第六届“汉语桥”世界小学生中文秀将迎来全球总决赛。新的舞台上，又会有哪些惊喜？敬请期待！

记者 侯蕾

天津市举办全民健康文明生活方式宣传月主题活动

科普护航慢病防控 全民共建健康生活

每年9月是全民健康文明生活方式宣传月，天津市卫生健康委员会9月19日在柳林公园举办本市全民健康文明生活方式宣传月现场宣传活动。

活动特别邀请了癌症、心脑血管、呼吸和代谢性疾病防治研究国家科技重大专项“我国重大慢病防治适宜技术推广机制、模式与示范”项目组的专家，现场分享了《面向个体健康行为促进的慢性病早期预防专家共识》，为我国成年居民提供了一套系统化、普适化的慢性病健康行为促进早期预防框架。

活动现场“健康科普好声音”科普展演大赛获奖团队带来作品《减肥直播间》，聚焦当下火热的运动直播热潮，演绎直播间里运动减肥的趣味故事，传递科学运动、健康减重的生活理念，引导大家养成积极向上的健康文明生活方式。活动最后，专业健身教练示范简单易学的健身动作，现场观众共同参与运动，将活动推向高潮，大家齐声喊出“主动健康，自我管理”的口号，为活动画上圆满句号。

据介绍，通过多年努力，本市全民健康生活方式行动成效明显。2025年本市居民健康素养水平已达到40.33%，连续13年增长；经常参加体育锻炼的人数比例已达到45%以上，运动已逐渐成为生活风尚；人均烹调盐、烹调油摄入量较2015年分别下降了11.7%和14.5%；居民每日蔬菜和水果摄入量分别上升了9.5%和21.3%。

记者 李梅旭