



海龙阁饼业·2024茂名荔枝文化形象大使全国选拔赛总决赛选手采风集训次日探班 训练有状态 佳“荔”释天性

茂名日报社全媒体记者 宁钰燕

展青春风采,传荔乡美名。7月28日,海龙阁饼业·2024茂名荔枝文化形象大使全国选拔赛总决赛选手采风集训的第二天,选手们齐聚集训训练场地,开始总决赛开场舞、走秀等节目才艺培训,力争以最佳的表演状态为观众们带来一场精彩美妙的视听盛宴。

“三二三四,转——踢腿——”“转一圈,然后再用自己的脚碾回来……”上午10时的训练室内,十余名身材高挑、面容姣好的选手正在镜子前,跟随舞蹈老师认真学习总决赛的开场舞蹈。

据了解,本次总决赛开场选择的是歌曲《爱你》的舞蹈表演。“这首歌一方面非常活泼,另一方面也很符合我们选手青春靓丽的形象,我们希望用这个开场舞去点燃观众们的热情,带大家重返18岁。”负责开场舞教学的老师李晓丹介绍道。当天的主要训练重点,既要选手们迅速掌握舞蹈,也要训练选手们如何通过

肢体展现这个年龄段的青春风采,以及做好表情管理,更好与舞蹈融合。尽管天气炎热,舞蹈动作变化多样,选手们依旧坚持一丝不苟地做好每一个动作,排练现场充满着严谨而又活泼的气氛。“这一届佳丽在舞蹈肢体上还是非常优秀的,有不少是非舞蹈专业出身的选手,但她们学得很快,动作的接受能力很强。”李晓丹对当天的训练效果很是满意。

除了开场节目的舞蹈训练,走秀也是本次总决赛的特色之一。而台步作为走秀基本功,要求选手们挺而不僵、柔而不懈,最大限度地展现自我独特魅力,每位佳丽的一举一动、一颦一笑都将牵动台下观众们的快门。因此,这对不少走秀经验缺乏的选手来说是个挑战。站定点、控节奏、摆动作,选手们反复不断地来回训练,加深记忆。“走秀上会有点压力,但我觉得压力也是一种挑战。”选手高菁阳表示,只



选手接受集训。茂名日报社全媒体记者 刘付思明 摄

在小时候接触过走秀,现在重拾舞台的感觉,让她觉得机遇与挑战并存,让自己放手去做得更好。

一天的高强度训练同样让选手们收获满满。“今天训练虽然很累,但是让我更好地掌握穿高跟鞋表演的技巧,也进入

了状态。”“很期待总决赛的到来。”不少佳“荔”期待集训后得到提升的自己在总决赛的舞台上一展风采。

选手专访(四)

高菁阳:以作品和声音传播茂名荔枝文化

茂名日报社全媒体记者 文华春



祖籍重庆,在东莞长的高菁阳,是一位多才多艺的姑娘,现就读于广东海洋大学播音与主持艺术专业,曾荣获第五届全国“人艺杯”经典诵读大赛广东省特等奖、第八届广东高校网络媒体展示节活动三等奖、第十八届全国大学生文学作品大赛二等奖、第十九届全国大学生文学作品大赛三等奖。即将站上“海龙阁饼业·2024茂名荔枝文化形象大使全国选拔赛”总决赛舞台的她,在接受采访时表示,希望自己创作的文学作品,并通过自己的朗诵和舞蹈,传播茂名荔枝文化。

高菁阳说,自己从小就是个舞蹈爱好者,更是一个“爱说话”的孩子。舞台对于她来说不仅不会让她害怕,更对她有吸引力,因此自小到大一直希望通过舞台来展现自己。12岁那年,参加了北京舞蹈学院的小艺考,顺利地通过了初试、复试,就在三试开始的前夕,由于训练过程腰部受伤,加上又患重感冒,她不得不退出了考试。在后来的发展中,她觉得自己更加喜欢播音主持工作,认为有声语言才是世界上最好的语言,所以在填报高考志愿时,毅然选择了播音与主持艺术专业。

谈到为什么参加这次荔枝文化形象大使全国选拔赛,高菁阳说,因为她和家人都喜欢荔枝,她喜欢吃糯米糍,她妈妈喜欢吃桂味,爸爸和弟弟则喜欢其他品种。由于喜欢吃,自然就想了解更多的荔枝文化并希望参与到荔枝相关的活动,尤其是描写荔枝的诗文和故事,她大多都耳熟能详,在谈话中都是随口而出,比如“一骑红尘妃子笑,无人知是荔枝来”“日啖荔枝三百颗,不辞长作岭南人”等等。所以在朋友圈中看到“海龙阁饼业·2024茂名荔枝文化形象大使全国选拔赛”相关信息

时,第一时间就报名了。

高菁阳在初赛时选择舞蹈表演,后来觉得选手中很多“舞林高手”,竞争激烈,所以在半决赛和总决赛表演的节目,毅然决定融入自己的其他两项特长,即用自己创作描写茂名荔枝的诗歌,并配合自己的朗诵,再加上自己的舞蹈,希望通过这三者的结合,力争在总决赛中有更好的表现,能成为2024茂名荔枝文化形象大使,积极传播茂名的荔枝文化,为茂名荔枝的对外宣传发声!

参赛宣言:向下扎根,向上生长!

吴歆桐:用行动争当宣传茂名荔枝文化的一分子

茂名日报社全媒体记者 和沛蓉



“我很荣幸能够参加此次比赛,与来自全国各地如此优秀的选手们同台并肩。一路走来也让我变得更自信更勇敢,接下来我将努力展示出最好的自己。”海龙阁饼业·2024茂名荔枝文化形象大使全国选拔赛总决赛选手吴歆桐,分享着进入总决赛的心情和感受。她的参赛宣言是:经历了便是成功。

今年21岁的吴歆桐,来自茂名,就读于广西艺术学院音乐表演(美声)专业。她有着自己兴趣爱好,喜欢传统文化,热爱唱歌、弹钢琴;她对生

活充满热情,乐于与他人分享交流,对世界充满了探索欲、求知欲,总在不断地学习和尝试。吴歆桐向记者分享了她的人生目标,希望能了解到更多的传统文化,结识更多志同道合的朋友,不断提升自己,实现个人价值。

“这次参赛正是一次提升自己的难得机会,也是一次受益匪浅的人生经历。”谈及参赛的目的,吴歆桐说,“茂名是我养我生长的故乡,我十分热爱这片热土。茂名荔枝文化底蕴源远流长、博大精深,我此次参赛就是为了从中更深入地了

解茂名荔枝的历史人文文化,并且用行动争当宣传茂名荔枝文化的一分子,向更多的人介绍我的家乡,为推广家乡荔枝文化添把火,加把劲。”

参赛以来,为了让自己有更好的表现,吴歆桐全力以赴,准备好每一场表演,从中也得到不少成长和收获。吴歆桐说:“让我印象深刻的事是,半决赛在海南海口举办,让我有机会到访海口这座城市。很开心能够以比赛的方式让我的人生阅历变得更加丰富,人生的旅程中又多行了一里路。”

此外,在吴歆桐看来,参加比赛是一个人成长的最快途径。“此次参赛最大的变化是,在个人专业技能唱歌上取得了新的突破,同时看到不同选手身上的才艺,使自己明白要有学无止境的心态,学会了如何变得更勇敢,如何成为更好的自己。”她表示,很感谢主办方提供了这个平台,接下来她会有学无止境的心态,认真对待总决赛表演,学习更多的知识和技能,呈现出更好的状态,为宣传茂名荔枝文化尽一份力。

参赛宣言:经历了便是成功。

奔跑吧,少年!

首期2024茂名日报社·阳光戎旅香江小兵军事夏令营反响热烈,深受好评,第二期继续接受报名

文/图 茂名日报社全媒体记者 张伟浩 叶瑞敏

本报讯 茂南区羊角镇绿段村委会花果世界,环境优美。为期10天的首期2024茂名日报社·阳光戎旅香江小兵军事夏令营于近日正式结营。在营地的10天里,近百名小朋友从最初的陌生不适应,到如今的依依不舍……

初至营地 陌生与勇气

7月19日,首期2024茂名日报社·阳光戎旅香江小兵军事夏令营开营,孩子们在家长的带领下,陆续踏进了阳光戎旅香江小兵军事夏令营。在教官的指引下,孩子们有序领取物资,并在家长的殷切嘱托下,带着对父母的不舍以及自信的勇气,踏入陌生的新环境,开启了10天的营地

逐渐熟悉 训练与成长

经过磨合,小学员们逐渐互相熟悉,开始互相嬉戏打闹。为培养卫生意识以及养成良好的个人习惯,小学员们学习了内务整理,从开始的不熟悉,到后来叠得棱角分明像一个个“豆腐块”。为了锻炼学员体质,培养他们吃苦耐劳的精神,学员们学习了队列训练,在不断地训练中,他们军姿越来越标准,犹如傲立挺拔的小白杨树,原本凌乱的队形逐渐统一有序。训练不止队列,还有急救训练,教官在模型上仔细为学员们讲解心肺复苏以及海姆立克救援法,并为其展示救援手法。其中,还开展了拓展活动如“发射迫击炮”“珠行万里”等,以及消防演练、安全技能学习和紧急逃生演练。

当学员们来到湛江军事文化博览园后,马上被园区里的飞机和大炮吸引住了,在讲解员的带领下,他们了解了“89式120毫米自

行反坦克炮”“轰-6轰炸机”等军事武器装备,令学员们眼界大开。

营地果树林立,非常适合CS丛林野战。学员们身着迷彩服,手持“冲锋枪”,分为两队,展开战斗。学员们利用果树,利用地形,相互合作,相互扶持,在战斗中学习,在战斗中成长。在自助野炊活动中,学员们携手合作,齐齐动手做饭。“你去摘菜,你去削皮,你去切番茄,我来煎鱼炒菜……”一个小队分工明确,有条不紊,香喷喷的饭菜很快就做好啦。另一小队因分工不明确,不熟厨事,导致弄了很久也没做好饭菜,已经做好饭菜的学员们纷纷来帮忙,齐心协力做好饭菜。

临近结营 感激与不舍

在入营之前,学员的父母便有了一个“秘密”任务,那就是写一封信,在入营的时候交给教官保管。这封信里面记载的是父母对孩子想说的真心的话。感恩晚会开始,伴随着缓缓音乐声,孩子们看着信件的内容,泪水盈眶,随



“魔鬼训练”之仰卧起坐。

即滑下,再抬头,已是泪流满面。他们感激父母,感恩父母。

结营仪式接近尾声,学员们在家长面前展示了这10天的训练成果,军姿、队列、军体拳等等,家长眼里满是欣赏与爱。营地总教官大声说道:“奔跑吧,少年!愿你们从此天高海阔,乘风破浪!”

有学员表示,在营地学到了很多,其中最大的感触就是父

弘扬中医药文化 引导群众健康生活 广中医学子到电白区观珠镇开展“三下乡”社会实践活动



村民体验AI舌诊。

记者 严志强 通讯员 香婷婷

本报讯 近日,广州中医药大学“三下乡”社会实践队——“康协小家”分队到电白区观珠镇开展“铸中医之魂,谱创新篇章”中医药文化宣传活动,传播沉香中医药知识并进行了中医健康脑科学科普。

在观珠镇沉香文化广场,“康协小家”的队员们围绕“中医健康——沉香文化科普”共设置了6个展位,涵盖中医药产品科普体验、耳穴保健知识科普、亚健康知识科普、当季养生知识科普、沉香灸与沉香中医药产品知识科普、木楼导引健康操教学等。此外,“康协小家”分队还前往观珠镇沙垌村开展了脑科学——中医药文化宣传活动。

在两场活动中,“康协小家”分队的队员们除进行科普宣传外,还生动地展示了木楼导引健康操的动作,通过宣传手册介绍木楼导引健康操的起源、功效以及各个动作的具体步骤和要领,呼吁群众“动起来”。接地气、有活力的科普活动让居民群众增长了知识,大家纷纷点赞。

青春助力“百千万” 新华学子展才干

通讯员 翁燕 张振宇 李雨轩

本报讯 广州新华学院岭南古韵“百千万工程突击队”由人文地理与城乡规划、风景园林等七个专业的15名学生组成。2023年,他们入选了“百千万工程突击队”省级重点团队,也是“三下乡”省级优秀团队。日前,他们走进国家非遗“跳花棚”的发源地——化州市进行实地考察。经14天深入调查,团队获得了数十本国家非遗“跳花棚”相关书籍材料,收集整理当地村民、相关部门关于非遗“跳花棚”和乡村振兴发展情况的建议和反馈。

期间,在充分了解当地文化传承发展与村落发展诉求后,针对非遗人才培养、村落景观改善、柠檬农产品品牌欠缺及销路瓶颈等问题,突击队以当地国家级非物质文化遗产“跳花棚”为核心成功打造出以“跳花棚”为原型设计的“橘橘红红”立体故事绘本并开创新课“高校+社区”研育人新课堂;打造“跳花棚”主题非遗文化墙和村民生活墙;设计“花棚柠檬水”产品包装和开发“非遗+电商”小程序;拍摄“非遗+乡村振兴”系列宣传精品和开展“花棚柠檬水”社区义卖等活动,以“文化创意+数字治理+新媒体”赋能乡村振兴故事。

电白岭门镇夏蓝村新时代文明实践站 开展辅导留守儿童学习志愿活动



通讯员 杨玉薇

本报讯 为加强对留守儿童的关怀,丰富留守儿童的暑期生活,护航他们健康成长,日前,电白区岭门镇夏蓝村新时代文明实践站开展辅导留守儿童学习志愿活动。

活动中,志愿者们充当“代理家长”,认真查看孩子们的作业,并针对他们在写作业时所遇到的问题进行耐心讲解(如图)。他们用自己的所学知识和满腔热情,为孩子们答疑解惑,激发他们的学习兴趣。

在这个过程中,孩子们不仅收获了知识,更感受到了关爱与温暖。志愿者们的陪伴与鼓励,让他们感受到了家的温馨,也让他们对未来充满了希望和憧憬。实践站志愿者辅导留守儿童写作业的活动,不仅是一项公益事业,更是一次心灵的洗礼,充满了爱与责任的力量。下一步夏蓝村新时代文明实践站将继续关注留守儿童的成长需求,不断创新服务形式和内容,为他们创造更好的学习环境。



扫码报名