

今日上海
小雨 3~7℃
东北风 1级

2022年1月27日
星期四
辛丑年十二月廿五
今日8版

新闻热线:61173737
网址:www.whya.com.cn
共青团上海市委员会主管主办

青年报

服务大都会最活跃人群
YOUTH DAILY

习近平向英国48家集团俱乐部
“破冰者”2022新春庆祝活动致贺电

赋予中英友好 新的时代内涵

据新华社电

“双减”后首个寒假冬奥作业成“爆款”

上海小囡共享冰雪嘉年华

03

日前,本市中小学陆续放假,“双减”后首个寒假相遇冬奥,如何过一个有趣、有料、有意义的寒假?记者获悉,各中小学都给孩子们布置了丰富多彩的冬奥主题的作业、研学活动等,包括观看冬奥开幕式和比赛、练习花滑广播操、体验冰雪运动……让孩子们关注冬奥、参与运动的同时,学到丰富的知识。

迎冬奥,展风采——灵动少年寒假体育锻炼计划

一、自学全国第一套花样滑冰广播操

寒假期间,请同学们在家自学全国第一套花样滑冰广播操,开学后我们将进行花样滑冰广播操挑战赛,选出优秀示范员并发放奖励。

二、观冬奥

寒假期间,大家一起来记录一下奥运健儿为国争光的瞬间吧!(三题任选一题)

1. 我喜欢的运动员是_____
2. 我喜欢的运动项目是_____
3. 我观冬奥的感受是_____

三、寒假天天练

	周一	周二	周三	周四	周五	周六	周日
1.	原地蹲跳起: 20次/组*3组	1. 跳绳: 1分钟/组*3组	1. 蛙跳: 20次/组*3组	1. 跳绳: 1分钟/组*3组	1. 原地高抬腿: 25次/组*3组	1. 开合跳: 30次/组*3组	1. 跳绳: 1分钟/组*3组
2.	坐位体前屈: 1分钟/组*3组	2. 平板支撑: 30秒/组*3组	2. 平板支撑: 30秒/组*3组	2. 原地蹲跳起: 20次/组*3组	2. 坐位体前屈: 1分钟/组*3组	2. 左右横跳: 20个/组*3组	2. 蛙跳: 20次/组*3组

闸北第二中心小学为学生们设计的假期体育锻炼日历。

一刷一世界
一叶冬奥情

上海爷叔用叶雕为北京冬奥加油

08

上海文明的气质 上海购物的诚意

南京路步行街可“席地而坐”的背后

购物天堂,是什么样子?起码,是干净整洁的。干净整洁到什么程度?一个目标是——席地而坐。黄浦区在“一带一路一环”——外滩金融集聚带、南京路步行街、环人民广场共2.2平方公里区域启动建设“城区管理精细化示范区”,对标国际一流,追求最高标准、最好水平。可“席地而坐”的精细化保洁标准也从1.0版迭代到3.0版。一份厚达50页的精细化作业手册,应运而生,成了不折不扣的“作业标准”。如今,每天来自五湖四海的游客,流动在“中华商业第一街”上,人们看见的,是明净的城市容颜,还有“购物天堂”追求卓越服务的诚意。

05

让童年经典回忆火速“出圈”

95后UP主 演绎百年校服

拍摄中国校服百年变迁,穿梭时空重拾岁月中的青春记忆;演绎《红楼梦》女子群像视频,致敬中国传统经典……95后B站百大UP主朵朵花林(网名)在视频中,考究地演绎校服百年变迁和古代妆发,力图还原和再次演绎,她的视频让中国校服和中国风火“出圈”。

04