

温暖的 Bao Bao

青春上善好活法

晴窗

这对85后夫妇，沉潜县城育国手

豹变

中青报·中青网见习记者 杨 雷
记者 金 卓

2025 高考拉开帷幕。万千学子步入考场，执笔为剑，为梦想而战。来自黑龙江省铁力市第一中学（以下简称“铁力一中”）的3名姑娘不会参加“战斗”了，她们已经实现了自己的梦想——通过排球特长，1人被吉林大学录取，两人被中南大学录取。

铁力一中体育馆，翻新后的地面铺上了更适合运动的塑胶。墙上隐约可见的裂痕仍记录着12年前那场0:25的惨败——球网对面，对手的欢呼声像一记重锤，砸碎了少女们的骄傲。

铁力一中女排主教练、黑龙江省高层次人才人才张兆华站在场边，看着如今跃起扣杀的队员，恍惚间又瞥见了2013年那群蹲在地上抽泣的身影。他曾向这群孩子承诺：“我会带大家拿下省冠军。”

没想到，这句承诺竟成了改写人生的“第二课堂”：多名同学通过排球特长上了大学，其中4名同学被复旦大学录取；出身农村家庭的孩子，在这里找到自信；女排国手王艺竹，从这里走向全国……排球划出的不仅是竞技的弧线，更是一道挣脱地域与命运枷锁的光。

5月24日，哈尔滨市人民体育馆，张兆华和女排队员们正进行赛前训练。他们即将迎来“奔跑吧·少年”2025年黑龙江省排球锦标赛（女子组）。张兆华有些急躁，连续批评了几名队员。

同为教练的李维站在场外，她是张兆华的妻子。“兆华那个性格就有点军人气质，做事挺认真，专业技术也挺强，就是容易急躁。他其实在每个孩子身上付出了很多心血，不然她们也走不到全国赛场甚至是名校。”

夫妻档组队

张兆华和李维都是85后，二人来自辽宁盖州——素有“排球之乡”的美誉。他俩从几岁就开始打排球，后来通过这项特长考入大学。张兆华考入吉林大学后保送本



14年来，张兆华和李维夫妇带领铁力一中排球队参加各类赛事90余次，荣获国际、国内大赛冠军50多项。有60多名队员被复旦大学、浙江大学等名校录取。

校读研。李维考入辽宁师范大学，毕业工作一段时间后考上了吉林大学研究生。

李维说，虽然她是通过排球特长生考上的大学，但上大学后，她选择了健美操专项，也想毕业后当个健美操老师。“但兆华一直想做排球方面的工作，他一直有个梦想，就是组建一支排球队。”

硕士毕业时，李维工作找得很顺利，马上要到一所高校当健美操老师。但张兆华心仪的学校没有要他。正当他对未来迷茫之时，同宿舍一个来自铁力的室友向他推荐了铁力一中，“说这里排球氛围特别好”。

“他们当时招聘的时候说想招一两个排球专业选手，在铁力排球赛上为教育系统争光。”张兆华向记者回忆起应聘时的场景。他一口答应对方，并提出了自己的要求，“我想组建一支排球队，你们得大力支持”。

“好，没问题！”铁力一中当时负责招聘的校长答应了这个要求。就这样，2011年9月，张兆华和李维来到铁力一中，10月组建了球队。

刚开始时，张兆华劲头很足，但李维有些坐不住了。“我一直想去长春当健美操老师，结果让我来中学当普通的体育老师，我经常想自己为什么要来这里。”

李维私下跟张兆华说：“要不咱们回去吧？”“不行，孩子们都招上来了，已经开始训练了，咱不能放弃。”张兆华后来开始做丈母娘的工作，“多方努力吧，我

俩在铁力一中稳了下来”。

一雪前耻

第一批小队员是张兆华和李维从周边几所中小学挑选的。张兆华坦言，最大的困难是符合要求的学生少。他们从小学五年级到初一，共挑了40多名男女队员。最后，只有十几个孩子留下了。其中就包括后来入选了中国女排集训队的名将王艺竹。

有的家长觉得打排球浪费学习时间，主动让孩子退队，还有一部分孩子是不适合走专业路线。对一些有天赋、主动退队的孩子，张兆华觉得很惋惜。

“我们和家长说，孩子如果走文化课考大学不一定能考上名校，但打球可能性很大，而且孩子本身喜欢打，还有天赋。”刚成立的排球队没有升学案例，家长并不听张兆华的。

铁力一中排球队成立后迎来的首个令张兆华印象深刻的大型比赛，是2013年的黑龙江省中学生运动会。小学和初中的孩子，要对战高中生。由于年龄和实力相差悬殊，她们第一局被对手打了个25:0。在排球界，这叫做对手“剃了光头”。

赛后，队员们一个个低低头，士气低落。但张兆华没灰心。他一边安慰大家，一边开始苦练，即使大年三十都要练上半年。

2014年夏天，铁力一中承办了全国中学生排球锦标赛，首次参加该赛事的铁力一中女排获得第八名。在男子小年龄段比

赛中，球队获得亚军。

两年后，铁力一中再次承办全国中学生排球锦标赛，男排首次夺得小年龄段冠军，女排名列第四。

“一雪前耻”的张兆华在兴奋之余，综合考虑自身精力及管理情况，开始调整球队，将训练重心转向女排。同时，他还规定，队员一旦学习成绩下滑，必须暂停训练。“我经常吓唬她们，要不没招儿，不学文化课肯定不行。”

在张兆华的“吓唬”之下，一批批女排队员通过排球特长生考入理想大学。

被排球改变命运的高中生

家住伊春市汤旺县林场的王爽，2016年10月加入排球队，现在是复旦大学行政管理专业的大二学生。挑选队员时，张兆华一眼便看上了这个当时身高178厘米的女孩。

“当时教练问我对什么运动感兴趣，我记得2016年里约奥运会中国女排夺冠，脱口而出喜欢排球，其实我之前根本没打过。”王爽记得，她说完后，感觉教练眼睛一直在放光。

后来，她加入铁力一中女排，并顺利考入大学。家境不好的她，很庆幸加入球队。“这些年，我去了很多地方，长了不少见识。抗击打能力也越来越强，遇到问题就解决问题，不会退缩。”

王爽现在还记得当时收到大学录取通知书时的场景：“我给家里发了消息。我爸

买了2000响炮仗在家门口放了。我是我们家第一个大学生，也是我们家附近第一个考上名校的人。”

2023年毕业于中南大学广播电视学专业的李思琦，目前在深圳一所小学当语文老师，还兼着排球老师。她也凭借身高被张兆华一眼看中——176厘米的身高让她在初中生里格外显眼。

“排球改变了我的命运。”李思琦说，如果不是排球，她很难看到外面精彩的世界，“排球还让我学会了坚持，它改变了我的性格”。

刚参加工作时，一些学生家长得知她是体育特长生，不相信她能教好语文。

内心有些难受的她暗自下功夫，“既然家长不相信我，我就做给他们看。我努力关注每一个学生，提升自己的讲课水平”。后来，再也没有家长质疑她了，“这可能就是排球带给我的力量吧”。

铁力一中女排取得的成绩与当地政府的支持密不可分。张兆华介绍，现在的体育馆进行了3次改造升级，政府累计投入4700多万元。为了女排发展，铁力市专门出台了政策，每年拨付100万元发展基金。队员们不用花钱训练，享受免费食宿。

随着年龄越来越大，张兆华说，他现在面临着新挑战，“再过几年，我打不动了，怎么办？所以，我们在培养队员的同时，也在培养教练员，得让铁力一中女排事业传下去”。



人机协同
智慧生态活力榜

5.31-6.6

在人工智能浪潮下，中国青年报社正在构建可视化人机协同智慧生态系统，希望新老读者和全媒体用户加入我们。我们每周推出活动专题活力榜，在以中国青年报客户端为枢纽的全媒体平台精彩呈现。

智绘诗章——AI赋能经典传承计划



“智绘诗章——AI赋能经典传承计划”邀您共赴一场跨越时空的诗意盛筵。欢迎您以AI生成式工具为笔，从中小学课本中精选经典诗篇，结合诗篇描绘的美好意境、著名地标、历史事件、历史人物等，创作优秀的诗词朗诵、阐释视频产品，用声音诠释诗韵，用影像定格诗意，为经典注入新活力，书写传统文化与现代科技交融的崭新篇章！



2025新时代大美育青春校园歌曲大会



中国青年报社与北京广播电视台共同发起主办以“大美青春、强国有我”为主题的2025新时代大美育青春校园歌曲大会暨第十一届北京沙河高教园区文化交流月，全网征集展播评选十大原创校园歌曲，同时启动“青年音乐人扶持计划”，鼓励全国广大青年学子创作、演唱反映时代发展、民族团结、青春年华的优秀原创作品，唱响新时代青春之歌。



国知道

童声本无价

文化中国行

实习生 陈睿婷
中青报·中青网记者 张 艺

大幕拉开。由青年戏剧演员演绎的经典剧目在北京、天津、上海、武汉相继上演。毕业公演舞台上的聚光灯，照出了年轻人对传统戏剧的现代表达。从理论研究到舞台淬炼、从技艺传承到守正创新，面对“如何激活传统艺术的时代基因”这一核心课题，中国戏曲学院第七届中国京剧优秀青年演员研究生班（以下简称“青研班”）的学员们交卷了。

“京剧教学是成品教学”，学一出戏就是学一套完整的文化密码。理论导师刘坚道出学习京剧的精髓。已经79岁的他曾参与过7届青研班的教学工作，从1996年第一届青研班开办至今，刘坚亲历近30年京剧教育变革，见证过无数学员从“模仿形”到“理解魂”的蜕变。

吉林省戏曲剧院京剧团的常峰赫将3年学习总结为“从演员到学员的回炉再造”。“29岁再当学生，像做梦一样。”在考入青研班之前，已经工作几年的常峰赫不可避免地遇见了表演生涯当中的“瓶颈期”，他坦言，舞台经验越丰富，越觉得艺海无涯，“带着实践困惑再回到学校学习，就会更



在“学”与“用”之间，寻找京剧的时代答案



第七届“青研班”演出后台。 陈睿婷/摄

加珍惜”。

在毕业公演的排练阶段，常峰赫受师父、中国京剧院一级演员于万增点拨，在声腔、表演等专业方面有了提升。“师父特意让我不要铆着劲儿”。常峰赫解释，有时演员在台上无法自控时“使了大劲”便是“拙劲”，不可取。

与本科阶段相比，青研班为学员提供了综合性更强的戏曲学习资源，这不仅是教学平台，更是行业资源的整合枢纽。中国戏曲学院艺术总监、京昆系主任、京剧名家于魁智是第七届“青研班”的班主任，常峰赫记得于魁智在班会上说，希望同学们能通过青研班这个平台“补短”。常峰赫深以为然，报名了许多不同流派的名家讲座，在上海昆曲名家岳美缇的教学中汲取经验，用当代视角重构传统方程式，积极运用于京剧小生的

表演实践。

除此之外，本届青研班首次全面推行“双导师制”，每位学员同时配备专业导师与理论导师。这种“文武并重”的模式，不仅让京剧教学跳出了“口传心授”的传统维度，也让学员在学戏的同时，能够深入理解背后的文化逻辑。

作为中国戏曲学院附中的青年教师，洪岩在青研班学戏的同时也在向下一代青年人传授戏曲知识，“半工半读”的经历让她将自己在青研班所学直接融入教学。

洪岩向记者介绍道，自己学戏尤其注重教师的教学方法，“和先生们学习守什么样的正、怎么守，再运用到自己的教学当中，将剧目一步一步传承下去”。

与文化课程不同的是，“学戏是通过学习不同的剧目来积累专业技能”，刘坚打了一个比方，“就相当于做完题再来理解题目背后的知识点”。从唱腔、身段到人物塑造，学生们完整学下来后，再通过一个又一个舞台与不断累积的人生经历，深入理解背后的文化内涵，“就像四岁的孩子背《三字经》，记在脑子里了，长大了也就懂了”。刘坚认为，学戏的过程是一个积累的过程，从打基础的剧目开始，一步一个脚印，才能将京剧这条路走得更踏实。

“因材施教”是洪岩在“学”与“教”的过程中摸索出来的方法论。她坚持根据学生自身条件有针对性地进行启发式教学或示范性教学，之后再逐步规范。

50余名学员中，有近半数来自地方院团，他们的成长轨迹勾勒出京剧传承的另一重意义——从“多个点”到“一个点”，再成为“一个面”。

不同地域的京剧演员共赴青研班，在学戏排戏的过程中交流碰撞，磨合不同院团的表演风格，在“搭班唱戏”的过程中增长见闻，学到“大团整体的精气神”，在洪岩看来，这是相当锻炼人的经历。

从曾经多年演出的合作演员、乐团配置中脱离出来，重新与新同伴们培养默契，对洪岩来说，这是走出舒适区的挑战。“把心气儿碰到一块儿去”，合伴奏、合助演，她切身感知到自己在其中的成长。

“守正不偏离创新，创新不丢掉根本。”洪岩说，所谓“学以致用”，不是将老戏唱得更像过去，而是让过去的智慧照亮前往未来的路。

当大幕落下，灯光渐暗，属于京剧的“下一个三十年”，或许已在他们的躬身实践中悄然启程。



中青报·中青网记者
张文凌
通讯员 牟 伟 章欣怡

5月中旬，云南德宏瑞丽江桥警犬训练基地，一份档案被永久封存。这份记录着协助侦破案件137起，抓获犯罪嫌疑人66人，查获各类毒品80余公斤的数据包，是一只退役警犬一生的轨迹——在边境缉毒战场服役8年，功勋犬“极君星”因多器官衰竭离世。这只功勋犬用它湿润的鼻尖书写了另一重维度的正义——无需开棺，已然破局。

1岁时，从公安部昆明警犬基地搜毒专业毕业的“极君星”，被分配到云南德宏边境管理支队服役。这只马里努阿犬聪明机警、精力旺盛、运动能力强，初到训练基地时，它眼神警惕，步履迟疑，观察着训导员周州的一举一动。周州用温热的掌心轻抚它的毛发，用轻柔的语气安抚它的不安。喂食、玩耍、奖励玩具、一声声叫“好孩子”，逐渐消融了“极君星”的戒备，在周州的脚步声中它安心入睡。

通过重复和奖励，“极君星”学会了在周州的口令下行动，在复杂的环境中保持专注力。扑咬训练中，它的牙齿深深嵌入周州手臂的护具，听到一声“松”的指令后瞬间收力；它看见周州一个手势便不顾危险冲向目标。无论是在基地的专项技能训练，还是模拟实战演练，周州都和“极君星”一起挥洒汗水，共同完成高强度任务。周州成为“极君星”的全世界，它的每一次示警，都凝结着千万次训练的肌肉记忆和对周州无条件的信任。每次成功后的击掌，每次失误后的轻拍，都是他们之间无声的对话。

周州与“极君星”长期训练与情感联结的默契配合，在2018年7月的一起贩毒案件中显示出来，这是“极君星”第一次参加实战。在山林里被追捕到的毒贩拒不交代藏毒位置，案件侦办陷入僵局。接到命令后，周州与“极君星”赶赴现场，原始森林里的腐叶与泥土的气息缠绕在“极君星”的鼻尖，它边走边嗅，耳朵不时地转动，两个多小时里，它没有放松一刻警惕。突然，它身体直绷，喉咙发出低沉的吼声，随后狂吠不止，卧下示警——这是发现异常气味的信号。侦查员们拨开一堆乱枝，一个包裹赫然出现，里面是用黄色和黑色胶带包裹的毒品。经称重，达23公斤。

另一次，侦查员发现嫌疑人的供述中有隐瞒，没有完全交代藏匿的毒品。周州带着“极君星”来到嫌疑人住所，当搜索到嫌疑人的卧室时，“极君星”的尾巴开始不停地摆动，在搜嗅到卧室衣帽架时，“极君星”用爪子轻轻地抓了几下衣帽架，眼睛一直盯着架子，周州明白了“极君星”的意思，他们将衣帽架拆卸下来，里面藏着冰毒，经称重，共30克。

2023年4月的一天，周州、“极君星”与战友们边境一线巡逻时，接联防联控通报，发现境外有人向境内抛投物品，巡逻队立即赶到现场查看。当搜索到路边一处草丛时，“极君星”停了下来，它的身体微微颤抖，鼻子用力地嗅着，随后做出示警动作。民警在草丛中搜查到了一个用纸包裹的物品，打开后，里面是鸦片。经称重，共550克。

每次执行任务时，“极君星”都冲锋在前，周州的呼吸节奏、眼神方向都是它的行动信号。它用身体挡在周州与危险之间，周州则用全部注意力预判每一个潜在威胁。无需言语，他们已能读懂彼此的“战场语言”。这样的高度默契，使“极君星”在2021年9月首届警犬实战大比武中表现出色，夺得缉毒科目第二名，被国家移民管理局评定为首批“功勋犬”。

2024年5月，服役8年的“极君星”退役了，周州为“极君星”举行了一场退役仪式。他带着“极君星”最后一次一起敬了礼，一起走了一遍训练场，一起巡了一次边，并以界碑描红，仪式上，小伙伴缉毒犬“云豹”将自己缉毒立功获得的“大鸡腿”送给了“极君星”。

退役后的“极君星”一直跟着周州在警犬基地生活，悠闲日晒太阳，和其他警犬一起玩耍。但这样的退休时光，却停在了2024年11月16日，长期承担高负荷缉毒、查缉任务的“极君星”永远离开了它深爱的周州。周州将它埋葬在警犬墓地，墓前放着它最爱的狗粮、牛奶、玩具。

当对“极君星”的档案进行封存时，周州泪如雨下。他仍然记得，他们在烈日下训练场晒脱了皮，在暴风雨中查缉毒品浑身冰冷，以及每次出任务时的守望相助。

他的指间，还留着那个爱在他膝头蹭口水的毛孩子的气味；他的耳边，是他教会那只幼犬的第一个指令：当年与它初遇时的那声“来”。



功勋犬“极君星”。

受访者供图

警犬虽无言 战友情难尽