

奥运会是一场体育盛宴 每个瞬间都是一幅生动画卷

晨风：2024年巴黎奥运会，无疑也是一场全球瞩目的体育盛宴。在观看过程中，我深受震撼，感受颇多。

主持人：你感受到了什么？

晨风：在比赛过程中，见证了众多运动员的卓越表现。他们为了梦想和荣誉，在赛场上奋力拼搏，展现了挑战自我、超越极限的精神。

主持人：他们不仅是为了个人的荣誉而战，更是为了国家的尊严和民族的荣耀而战。

晨风：赛场上的每一个瞬间都仿佛是一幅生动的画卷，镌刻在我的记忆深处。

主持人：每一位运动员，无论成绩如何，都是英雄，他们用自己的行动诠释着梦想的力量。

晨风：是的。黄雨婷以0.1环之差与冠军擦肩，获得银牌。但网友们纷纷送上祝福，体现出大家越来越成熟理性的金牌观、成绩观。

主持人：夺金固然可喜，但放手一搏、全力以赴、超越自我，即便结果不

尽如人意，这份努力同样具有含金量，值得致敬。

晨风：他们都想站上最高领奖台为国争光，这种渴望比任何人都强烈，但比赛是残酷的，终究有输赢、有排名。输赢只是比赛的组成部分，并不代表全部。正如国际奥委会前主席罗格曾提出，更人性的奥林匹克格言：让人的价值、人的尊严和人的力量，在奥运会上得到体现和高扬。不只关注金牌，对每一位奋力拼搏的运动员，都值得我们送上最热烈的掌声。

主持人：每当运动员参加奥运会，有的拿到一枚又一枚金牌、银牌、铜牌，有的甚至没有任何奖项，但能够代表国家参赛，已经相当厉害了。

晨风：嗯。张雨霏在100米蝶泳中的奋力拼搏，虽遗憾摘铜，但她眼中的坚毅和赛后的泪水让我看到了运动员对胜利的执着追求和对自我的严格要求。中国射箭女团在与韩国队的对决中负憾摘银，但她们展现出的团队协作精神和精湛技艺令人赞叹。滑板女子街式赛崔宸曦创造了中国最佳战绩，她的勇敢和创新让世界看到了中国年轻一代运动员的活力与潜力。

这些赛事，让我对奥林匹克精神有了更深的理解。

主持人：你是怎么理解奥林匹克精神的？

晨风：它不仅仅是追求金牌的荣耀，更是在挑战自我、超越极限的过程中，展现出人类的坚韧、勇气和团结。我期待着在接下来的比赛中，运动员们能够继续书写属于他们的辉煌篇章，也期待着奥林匹克精神在巴黎的赛场上继续绽放光芒。

主持人：在这样一场关注度高的比赛中，他们始终能够秉持自我，绝不言弃、奋力拼搏，这带给我们的鼓舞早已远远超过奖牌的分量。

晨风：对。比赛仍在继续，我们期待更多中国选手赛出水平、争取更好成绩。但是面对一时失利，选手们也不必过于纠结，享受比赛、超越自我才是奥林匹克运动的意义所在。

我也希望家长们，不要只重视文化课，而不重视体育课。不少孩子怕体育训练的累和苦，而不愿意锻炼，喜欢宅在室内玩游戏、睡觉等，希望我们更加重视体育运动，这样才能够真正培养出朝气蓬勃的青年学子。

暑假已过半孩子开始松懈 家长有点烦恼

溪流无声：一眨眼，暑假已经过半，本想与孩子共度一段充实的暑期生活，但现实却是制订计划容易，执行起来难。

主持人：制订的计划没有达到预期？

溪流无声：暑期刚开始时，儿子虽然有点放飞自我，但受学校规律作息的惯性影响，还是会认真写暑假作业，现在，明显感觉他开始松懈下来，拖延症等各种小毛病也出来了。尤其是上周全家旅游回来以后，儿子更是表现得惰性十足，每天规定的暑假作业拖拖拉拉，不按时完成，把学习抛到一边。

主持人：不同于假期开始时的新鲜、兴奋，此时大多数孩子已经逐渐适应了放松的生活状态，容易产生松懈心理。

溪流无声：是啊。做作业不积极、凡事依赖父母，妥妥的“小皇帝”。作息紊乱等不良习惯给孩子带来的副作用就是一旦我们没有顺着他的意愿，他就乱发脾气，总有十句八句话等着反驳我们。现在，我们都不知道该怎么和他沟通了。

主持人：家长也不要太失望或生气，以鼓励的言语与孩子沟通，或许更有效。

溪流无声：以前假期开始后，孩子的学习、生活状态会发生一些改变，因此这个暑假我根据实际情况，制订了一个暑期计划。刚开始还会好好执行，没想到孩子现在有一套理论，说放假在家有的是时间，今天不做，可以明天再做。

主持人：想要让孩子明白暑假计划的真正意义，光讲道理是没用的，还需要让他明白为什么要制订计划，让他确立为自己完成任务和目标的想法。此外，计划里每天的安排不要太满、太多。这个计划应包括作息时间、学习任务、娱乐活动等，既要有规律，也要有弹性。

和朋友去看电影 连续被呼噜声打扰

归零：有点郁闷。

主持人：发生什么事了？

归零：前几天，我跟一个朋友去看电影，电影看的人不是很多，我们坐在6排的中间位置。

主持人：这位置不错。

归零：

电影开始后，一切都挺正常，我和小伙伴也看得津津有味。但是20多分钟后，坐在我前排的一个男子开始打呼噜，声音一浪高过一浪，严重影响了我们看电影。

主持人：你们提醒过他吗？

归零：我们忍了近10分钟，他还没有转醒的迹象。我朋友轻轻拍了

拍他肩膀，他终于醒了，不再打呼噜了。就在我们以为可以安心看电影时，那男子又开始打呼噜了。我朋友又去提醒他，他回过头，狠狠地瞪了我们一眼。

主持人：后来怎么样了？

归零：不幸中的万幸，他觉得电影不好看，就提前退场了。我们长长地舒了一口气。

说说大小事
聊聊烦心事
侃侃新鲜事

138600110

我和朋友 去赶集 抚半生漂泊迹

永不放弃：前几天，我被一朋友拉去赶集后，体验了一回集市热闹。

主持人：什么感受？

永不放弃：走进集市，接地气的吆喝叫卖声、琳琅满目的新鲜蔬菜瓜果、乡亲们朴实的迎来送往，这里满是生活的气息，满是烟火气。摊主大部分是村民，他们的淳朴、热情与勤俭，在集市上奇妙而自然地交融起来，散发出特殊的市井之气。

主持人：赶集作为一种传统的购物和社交方式，在一些人的生活中仍然占有重要的地位。

永不放弃：有健谈的摊主，看到有顾客弯腰流露出购买兴趣，就与顾客自来熟地攀谈：菜是今天早上在田里摘的，很新鲜。这几个冬瓜刚刚才从家里送过来，要不要切一块啊？

主持人：赶集就如同一锅大杂烩，汇聚了来自十里八村的乡土特色。

永不放弃：闲暇时候，逛一下集市，仿佛给紧绷的神经做了一场按摩，惬意得很，也勾起了我最熟悉的记忆。

主持人：不论时间如何流转，社会如何发展，赶集是多年后回想起来仍旧意犹未尽的记忆。

永不放弃：是啊。以前去一趟集市也没有现在这么方便。每次采购便是为了接下来四五天家中餐桌的储备。所以集日一到，家家户户都会去购买物品。街窄、人多，从街头到街尾，常需在人群中一路挤过去，各种吆喝声、讨价还价声，人声鼎沸，此起彼伏，热闹非凡。

主持人：集市远比商场和网购更有烟火气。卖力吆喝、讨价还价来回拉扯、畅快品尝食物，这就是生活，也是人生百态的缩影。

永不放弃：在集市上，你可以找到各种地道的小吃，这些食物不仅美味，而且价格亲民，深受赶集者的喜爱，也是最简单温暖的生活。大家有时间可以去集市上走走，提一袋人间烟火气，抚半生漂泊迹。