

让日常生活美起来



■ 市民夜校国画提高班

上海市民的美术生活即将迎来全面升级！备受追捧的上海市民艺术夜校，将在今年秋季班超额完成政府为民办实项目，拟设置600个点位，让更多市民能在家门口享受艺术的熏陶。

更令人振奋的是，为了满足不同人群的需求，上海市市民艺术夜校首次向白天延伸，正式推出上海市市民日校，标志着市民美育进入了“日夜兼程”的新阶段。

市民艺术夜校一直供不应求，许多在职白领、退休老人、全职妈妈等都因时间冲突而难以报名。市民日校的推出，正是为了解决这一痛点，让不同群体都能找到适合自己的学习时段。日校课程和师资都精选自夜校课程库，并且延续了500元/12次课的公益性收费模式，让高品质的艺术教育触手可及。

首批市民日校拟设立78个点位、238门课程，预计将招收近6000名学员。课程时间段设计得十分灵活，包括面向银龄人群和全职妈妈的“艺术早课”、针对在职白领的“午间一小时”以及更宽泛的“都市（下）午茶”时段。

课程内容更是包罗万象，既有传统的国风舞蹈、书法、乐器，也有紧跟潮流的手机摄影、iPad插画，甚至是实用的旅游日语和中式点心制作。针对老年群体，日校特别研发了许多创新课程，例如专攻英语零基础的“银发英语课堂”和帮助老年人重温青春记忆的“金曲年代·流行音乐演唱课”。

在夜校方面，秋季班同样亮点频出。夜校点位进一步拓展，拟开设600个点位、2300门课程，招收超过46000名学员。值得一提的是，夜校首次走出上海，芜湖市文化馆分校的加入，让市民有机会学习省级非物质文化遗产“四季春传统小吃制作技艺”。

此外，夜校还积极拓展教学场景，将课堂搬进了商圈、体育主题书店，甚至还首次在社区卫生服务中心开设了“曹医夜校：从养生到急救”课程，让艺术与健康深度融合。

课程内容也紧跟时代步伐，新增了与“体重管理年”行动相关的健康课程，如攀岩、击剑、瑜伽等；开设了众多人工智能（AI）基础与应用课程，帮助市民掌握新时代的生存技能；还推出了“家庭养猫全攻略”等萌宠课程，满足了养宠家庭的需求。夜校的考证班也升级为“考证积分就业导向班”，并新增了人工智能训练师、陪诊师等新兴职业课程，为学员提供了更广阔的职业发展机会。

除了日校和夜校，周末美育课堂也将同步升级，推出16个区、73个教学点、242门课程，致力于为青少年打造一个艺术与文化、体育、科技深度融合的“大文化”美育平台。这里不仅有亲子手绘游记、宋代点茶等亲子课程，还有少儿短视频创作、少儿国画等课程，旨在激发孩子们的创新思维和综合素养。

市民可以通过“上海发布”“乐游上海”等官方平台查询具体课程信息。市民艺术夜校、市民日校和周末美育课堂将分别在7月28日、29日和30日三天发布；三个项目分别在8月3日10时、8月4日12时和8月8日10时开启正式报名抢课，9月初开班。 本报记者 赵玥



■ 市民夜校双语太极拳班

本文图片 记者 王凯 摄

故地重游 这回不仅仅是“参与”了

上海大师赛专访斯诺克世锦赛冠军赵心童

“今天穿这个，会不会有点热？”迈入2025世界斯诺克·上海大师赛欢迎酒会的采访区前，赵心童小声道。尽管开着空调，但穿着咖色套装的新科斯诺克世锦赛冠军，还是感受到了申城夏季的威力。接过主持人的纸巾，擦着汗的小赵还有些不好意思。除了生理上的炎热，媒体和球迷的热情，也给赵心童的内心添了一把火，面对记者的提问，小赵分享了世锦赛夺冠后的点滴，也定下了此次上海之行的两个目标：力争拿到更好的成绩、和偶像奥沙利文相约吃顿饭。



■ 赵心童渴望夺冠

本报记者 李铭坤 摄

上起着非常重要的作用，算得上引领者，有很多值得我学习的地方。”说起“火箭”，小赵脸上带着崇拜的神色，“希望能在他的影响和鼓励下，打出更多好球，让更多观众看到精彩的斯诺克比赛。”

除了有望在赛场上和奥沙利文同场竞技，赵心童也计划着在场外多创造一些与偶像“亲密接触”的机会。“我们正商量趁着比赛的机会一起吃顿饭。”小赵说，此前他向奥沙利文发出邀约，不过因为两人都比较忙碌，因此没能成行，“希望这次能成吧”。

再返上海滩 重在心态

“距离上次来上海比赛已经有些年头了，所以这次重回申城，内心挺澎湃的。”说起自己与上海缘分，赵心童给出了这样的答案。

事实上，小赵上一次在上海参加的也是上海大师赛，2017年资格赛次轮，他2比5不敌威尔逊，早早出局。“上次是重在参与，这次肯定不是那种心态了。”赵心童毫不避讳自己的目标，“今年要努力奔着冠军而去。”从2017年到2025年，赵心童的头衔变了，上海大师赛的场地变了，不变的是他那份对斯诺克的热爱，“我希望在参加的每一站比赛中，都能展现出自己最好的一面。”赵心童透露，自己时常在I人（内向型）和E人（外向型）之间切换，“斯诺克选手看着都很冷静，其实内心也难免激动，就像这次回到上海比赛的我。”

根据赛程安排，赵心童在本届上海大师赛的首场比赛，将在7月30日晚间开打，那也将是他在世锦赛后的正式比赛首秀。展望即将开始的新征程，世锦赛冠军笑着说：“还是一场一场来，不断调整状态，也不用想太多。希望自己和所有的参赛选手，都能打出好的表现，在这里留下美好的回忆。”

扫码看
赵心童采访

问鼎世锦赛 纯属意外

今年5月在斯诺克圣地——克鲁斯堡剧院的那次神奇旅程，让赵心童这个名字家喻户晓，也让这位斯诺克球手的人生，翻开了全新一页。两个多月过去，回想起世锦赛的经历，小赵仍有些难以置信，他在采访中不断重复着一句话：“说真的，我从来没想过能夺冠，这就是个意外。”

赵心童透露，当时给自己定的目标也不高，“就想一场一场打着看看”。然而随着比赛的深入，他发现梦中的那座冠军奖杯，似乎离自己越来越近。“即便打到决赛，我也没想过捧杯的事情，只是努力打好每一杆。”赵心童真诚地表示，即使若干年后，他还是会用“纯属意外”来形容那届世锦赛的夺冠历程。

世锦赛后，赵心童成了备受关注的明星选手，不过他强调，还是会坚持自己的节奏，“我的目标依然是

力争赢下更多比赛”。小赵坦言，斯诺克是一个不断调整自我、和过去的自己较量的过程，“于我而言，和备战世锦赛时一样专注自我，不要想太多，应该是再创佳绩的基础”。

偶像送赞誉 宠若惊

带着新科世锦赛冠军的头衔，赵心童是本届斯诺克上海大师赛最受关注的选手之一，在欢迎酒会上，小赵也收到了一份惊喜——来自偶像奥沙利文的夸奖。

在赵心童进入采访间前，奥沙利文也在此侃侃而谈。说起自己的“冠军小迷弟”，“火箭”直言：“他能成为斯诺克界的罗杰·费德勒，成为引领行业的传奇。”当记者把这个评价转述给赵心童时，世锦赛冠军笑着摆摆手说道：“感谢奥沙利文给我这么高的评价，不过我觉得有点过誉了。”赵心童向来冷静的脸上，有了些被偶像夸赞后的害羞。“奥沙利文在我的斯诺克道路

斯诺克上海大师赛首轮陷苦战

换了发型的 斯佳辉“冷启动”



■ 斯佳辉期待“从头开始” 李铭坤 摄

2025世界斯诺克·上海大师赛昨日开打，多位中国选手率先亮相，其中，曾打进世锦赛八强的斯佳辉备受关注。此番亮相申城，这位中国名将换了个新发型，期待如上赛季结束时所说的那样“忘记过去，从头开始”。不过在上海的首战，斯佳辉就被从外卡赛突围的王信伯拖入苦战，这场在9时30分开打的赛事，因为比赛时间超过预期，在战罢9局后暂时鸣金收兵，晚间再度开打，至22时才分出胜负，最终小斯6比4惊险过关，成了这一天最早开赛，却最晚“收工”的胜利者。

赛事欢迎晚宴上，斯佳辉也是被频繁提及的名字，目前世界排名第一的特鲁姆普在预测本次赛事的夺冠热门时特意提到：“我认为斯佳辉是个危险的对手，他的技术很好，心理也越发成熟，等他积累更多经验后，会是十分有竞争力的存在。”

或许是对手的夸奖带来了意料之外的压力，又或许是不太适应跻身夺冠热门的感觉，昨日为上海大师赛“打头阵”的斯佳辉，表现得有些慌张，不仅引以为傲的犀利进攻不见踪影，控球和走位精准性也不如往常。上半场4局战罢，世界

排名第15位的斯佳辉1比3处于劣势。眼见局势不妙，斯佳辉对自己的发挥也十分不满，多次站在球台边思考，想要找到让状态复苏的办法。好在经过短暂调整，经验更加丰富的小斯找回一点感觉，加上对手送上的失误大礼，他才如履薄冰般挽回劣势，最终惊险胜出。

打进锁定胜局的进球后，几乎整场比赛都紧锁双眉的斯佳辉，终于展露出一丝笑容。这场意想不到的苦战，算得上小斯在上海大师赛上的“冷启动”，而对这位夺冠热门的考验，才刚刚开始。

本报记者 陆玮鑫