

## 2023年度优秀小记者表彰： 东湖学校1人获颁荣誉证书

□记者 王建党

本报讯 3月26日上午,卫东区东湖学校2023年度优秀小记者表彰仪式上午大课间时在该校举行,该校小记者李小双获颁2023年度“优秀小记者”证书。

2023年,该校共有6名小记者发表作品、获得稿费,他们是陈宇琪、李小双、连若美、杨岚柯、张晶晶、张艺

一。表彰会上,他们一一上台,领取了稿费和作品发表通知书。

小记者代表李小双说:“当上小记者后,我更加喜欢读书、写作、绘画了,我也常常跟着小记者们一起参加活动。一元观影活动我就很喜欢。看完电影《热烈》后,我明白了一个道理:不管什么事,只要坚持,就一定会成功的。得知自己获奖的时候,我非常自豪,觉得自己写稿挣来了稿费,非常有

意义。今后我会更加努力,积极投稿,积极参加活动。”

表彰会上,该校校长秦育晓说,小记者一定要树立热爱家乡的情感,时刻关注家乡的发展和变化,用自己的笔尖来描绘家乡的美丽和富饶,用自己的文字来反映家乡的文明和进步。小记者要努力培养自己观察问题、分析问题、思考问题和解决问题的能力,写出自己的新体验、新发现、新思考、新感悟。

## 一班一品味 育人润无声 公明路小学举行 班级文化建设评比

本报讯 3月26日上午,市城乡一体化示范区公明路小学举行了班级文化建设评比活动。

为丰富校园文化生活,营造良好和谐的学习气氛,使学生有一个舒适、温馨的学习环境和展示个性特长的空间,该校各班学生在班主任的带领下,精心策划、自主设置了具有班级特色的专栏,让教室内的每一个角落都彰显教育特色,突显班级文化。

“这是三(1)班学生的绘画作品,都是他们日常创作的,有人物、景物等。”“这是二(3)班学生的硬笔书法,堂堂正正做人,端端正正写字,这个班做得非常好!”……当天上午,学生们的绘画、书法作品整齐地贴在教室的外墙上,该校校长艾彦丽带领由老师组成的评委组对各班的班级文化进行了评分。

“一面墙壁,一幅画卷;一个班级,一种氛围;一所学校,一种文化。文化发声,德育无痕。缔造最美教室,展示班级风采,让每一面墙壁说话,让每一间教室育人。此次活动的开展,培养了学生的创新意识和动手能力,彰显了班级文化特色,营造了浓厚、和谐的校园文化氛围,为学校增添了一道亮丽的风景线,有力地推动了文明向阳的校园文化建设。”艾彦丽说。

(王红梅)

## 学习爱眼知识 增强护眼意识 爱眼科普活动走进雷锋小学教育集团

本报讯 今年3月是第八个全国近视防控宣传教育月,为进一步培养学生的眼睛健康管理意识,3月27日上午,由平顶山日报社小记者团联合平顶山眼科医院举行的“爱眼知识进校园”活动走进卫东区雷锋小学教育集团雷锋校区,为该校60余名学生带去了爱眼科普知识,并为他们发放了小学生防控近视手册。

活动中,平顶山眼科医院的高级验光师朱亚楠为学生们带来了一堂内容丰富、深入浅出的眼科知识讲座。朱亚楠详细阐述了近视的前兆、成因以及预防措施,让学生们深刻认识到近视的危害,并意识到护眼的重要性。此外,朱老师还分享了一系列实用的日常护眼小技巧,如合理安排用眼时间、增加户外活动、保持良好的用眼姿势等,引导学生们在日常生活中养成良好的用眼习惯。

“通过这次讲座,学生们不仅增强了护眼意识,还学到了许多宝贵



朱亚楠为学生普及爱眼知识

的护眼知识和方法。我们期待未来能有更多此类眼健康知识讲座进入校园,为学生们的眼健康提供更多

的保障,让他们在健康的环境中茁壮成长。”该校区政教主任张子涵说。

(王伟文/图)

## 拼装眼球模型 了解眼睛奥秘 爱眼宣讲小记者专场活动邀你参加

□记者 邢晓蕊

本报讯 拼装眼球模型,了解眼睛奥秘。本周六(3月30日)下午,平顶山日报社小记者团和河南省级科普教育基地——汇视视觉健康科普馆共同开展爱眼宣讲小记者专场活动。

拼装眼球模型,对于小记者来说还是一件新鲜事。本次活动,可让你学着拼装眼球模型,并且在动手实践中了解眼睛的构造,学习近视防控知

识,快来参加吧!

第三届全国爱眼日“睛鹰杯”爱眼宣讲员大赛已经开通平顶山日报社小记者团专属参赛通道,本周参与活动的小记者可以在汇视视觉健康科普馆参与特别专场活动。

小记者组队完成眼球模型拼装,在动手操作中探索眼睛的奥秘,学习科普知识,了解视觉健康知识,掌握科学护眼的方法,养成健康用眼习惯;学习做一名近视防控宣讲员,通过耳朵听、动手做、用

嘴讲的方式,综合提升小记者的动手能力、演讲能力及逻辑思维能力等。

活动时间:3月30日下午3:00—4:30

活动地点:汇视视觉健康科普馆(劳动路与矿工路交叉口东南)

活动要求:小记者需佩戴红领巾,穿学校校服。

想参加活动的小记者,可关注“鹰城小记者”微信公众号,线上报名即可。

## 春风化雨润桃李 丹心筑梦展芳华 市九中举办第八届班主任节

□记者 田秀忠

本报讯 为营造尊重、理解、热爱、感恩班主任的和谐氛围,激发班主任的工作热情,提升班主任的工作艺术,提高学校德育工作成效,3月25日下午,市第九中学全体班主任和学生代表齐聚阶梯教室,举行了“春风化雨润桃李 丹心筑梦展芳华”第八届班主任节庆典。

在活动中,学生代表彭潇萱对各位班主任表达了最真挚的感谢与祝

福。教师代表李晓蕾表示,她深切地体会到了学校对班主任的重视与关爱。李家豪老师为大家精心准备的歌曲《父亲》更是将活动推向了高潮,现场爆发出热烈的掌声。

市九中校长闫晓飞向各位班主任致以诚挚的祝福与感谢。他认为班主任节是一种纪念,是一种祝福,也是一种期待,要把赞美、感激和鲜花献给班主任,并向全体学生倡议尊重、感恩班主任。闫晓飞为每位班主任老师递上感谢和祝福的鲜花并分别与三个年级

的班主任合影留念。

在本次班主任节期间,学校还举行了其他精彩而又充满温情的项目。班主任沙龙暨经验分享为班主任们提供碰撞思维、反思提升的平台,点亮了每一位班主任的思想与智慧;班主任才艺展示让大家看到才艺背后蕴含着的有趣灵魂;“三行情诗”活动,一字一句诉说着学生对班主任的喜爱与感恩,见证师生间朴素而又深切的情谊;手抄报和征文比赛言语间道不尽对班主任陪伴的感激。

## 这些谣言不要信

谣言1:吃素就不会得脂肪肝

真相:长期吃素、营养不良、过度减肥的人,也可能得脂肪肝。脂肪的代谢需要载脂蛋白作为“交通工具”。当蛋白质摄入不足时,体内没有足够的载脂蛋白,肝脏无法向外运输多余的脂肪,这些脂肪堆积在肝脏就会导致脂肪肝。

谣言2:孩子生病后打针比吃药好得快

真相:不是所有情况都需要打针。多数口服药物在肝脏的首关消除作用下,起效相对比较平缓,耐药性和不良反应的风险会降低,而注射药物直接进入人体,不良反应风险增加。通常在不适合口服给药的情况下,才会选择注射方式给药。

谣言3:吃了橘子后做新冠病毒抗原或核酸检测会呈阳性

真相:吃橘子难以影响检测结果。抗原检测时取样部位是鼻腔黏膜,此处不会接触到食物。而新冠病毒核酸检测通过扩增新冠病毒的核酸来判定结果,该过程中要经过洗脱、纯化,杂质对检测结果的影响微乎其微。

(田秀忠 整理)