本报小记者团“周末行”每周都会给小记者们带来不一样的实践活动,去滑雪场滑雪、去眼科医院护眼,小记者们都把自己的心得与收获用文字记录下来,记叙他们的经历,见证他们的成长。本期《作文秀》择优刊发部分文章,展示部分小记者的风采。

作文秀

近视,你离我远一点

又是一个周六,黄三角早报小记者团周末行继续出发,这可是我第一次作为小记者团成员参加体验活动,我又激动又紧张。

我一大早就起床了,这一次我们来到了爱尔眼科医院。到达目的地后,走进会议室,我才知道我们是东营爱尔眼科医院护眼课堂的第一批小客人。一听要讲护眼知识,最后还可以有奖问答,我的两个小耳朵立马竖起来。因为不管在学校还是在家里,老师和妈妈虽总提醒我要爱护眼睛,我都没当回事,这次有奖问答,我一定要答对。

医生阿姨告诉我们,每天运动要不少于2个小时,每天看电视也不能超过40分钟,还要少吃甜品、饮料等,要是眼睛不舒服,就要看看远方的东西。听完医生阿姨的话,我在心里暗暗告诉自己,回家后一定要牢记这些做法,保护好眼睛。

听完讲课,我们还进行了验光、视力检测等,当我知道我的眼睛正在往近视发展的时候,我心里一紧,看来我一定要好好保护眼睛,只有这样,近视才会远离我而去。我心里的小魔仙又告诉我了:少吃甜品,多运动,远离电子产品,保护眼睛!

东营市实验学校 黄羿诺 指导老师 燕全欣

保护好眼睛

周六上午,小记者们要去东营爱尔眼科医院,我期待着活动快点开始……

到了眼科医院,一位阿姨告诉我们:“检查眼睛需要13项才算完整。”我正在想,13项检查都会有什么呢?还没等我想出个究竟,检查就正式开始了。

我们排着整齐的队伍,一个接一个,忽然觉得在医院检查也不是一件让人厌恶的事情,我们很多小记者在一起,你一言我一语交流着,等待的时间也似乎变短。

当我拿着检查单去验光时,一位穿白大褂的叔叔耐心地帮我们交检查单,还跟我们说一下平时的注意事项。在等待时,我就有空“闲逛”了,我还看见了几台检查眼睛的“游戏机”,我赶忙坐在一台机器的后面,仔细研究一番。正当我玩得津津有味时,穿白大褂的叔叔来了,他把领我到一架机器前,让我坐在凳子上,把额头紧靠仪器前面,下巴也被拖住,不到一会儿功夫就检查完了。

过了一会,一位阿姨拿起一个很像麦克风的检查仪器,这个仪器突然发出一道金色的亮光,照进了我的眼睛里。开始不是很适应,慢慢就适应了。检查终于结束,还好我的眼睛一切正常,没有妈妈担心的会有近视,要不然,我真的会后悔莫及。

参加完这次活动,我想了很多,在以后的日子里,我一定要好好爱护眼睛,写作业的时候要抬起头,看书时光线不能太暗,不要长时间看电视和电脑,还要经常做眼保健操。这样就不用戴眼镜,少了很多麻烦。

东营市实验学校 籍小宇 指导教师 耿丽

关爱眼睛,从现在做起

周六上午,我们小记者团一起来到了东营爱尔眼科医院,一起去给眼睛做保健。

首先,我们参加了爱尔护眼妈咪课堂,医生给我们讲了怎样防止眼睛近视、怎样控制眼镜度数增加、怎样保护眼睛等知识。医生告诉我们,近视是可以遗传的,如果家长双方都近视,孩子近视的几率就高达80%。我大吃一惊,因为我的爸爸妈妈都近视,我岂不是也要近视了?但医生告诉我们,如果好好爱护我们的眼睛,养成正确的用眼习惯,还是可以预防的。

讲课结束后,我们到眼科医院做了眼睛检查。医生给我们验光、测视力。经过医生的诊断,真的有不少小朋友的眼睛已经近视了。我爸爸也一直在警告我不能看电视了。我想提醒大家,一定要保护好眼睛,看电视不要超过40分钟,少玩电子产品,要少吃甜食,还要多参加户外运动。

让我们一起关爱眼睛,关爱心灵的窗户吧,让它能永远帮我们看到这美丽的世界。

东营市实验学校 刘宜霖 指导老师 武艳霞

滑雪场游记

我们黄三角早报小记者团要去滑雪啦!听到这个消息,我高兴的都跳起来了!我从来没有滑过一次雪呢……

周六,我早早地起床,准备好需要用的东西。老爸带着我到了集合点,等人到齐了,我们一路欢歌赶到度假村。

终于开始滑雪了。我们先玩了滑雪圈,在滑雪场的最顶端,我坐进滑雪圈里面,老爸用脚一蹬我就飞快地冲了下去,滑雪圈带着我东撞西摔,顺着滑道滑了下去,只觉得天旋地转、晕晕乎乎,我的小心脏紧张的都要飞了出去,我在直道上一冲到底。我的滑雪圈还没停稳就撞到了前面的人群,大家互撞,堆成一片,但玩得都很高兴。滑一次觉的不过瘾,我继续上上下下的玩了好几次,太开心了!

玩累了滑雪圈,我和老爸又到滑雪道换上了滑板和防护装备开始滑雪,雪场人员用索道把我们带到了滑雪场的最上端,我站到上面往下一看,哇!好高、好远呀!我看到在下面滑雪的人像一个个小黑点,离我那么远。我不由得紧张起来,老爸笑着对我说:“不用紧张,这跟你平时玩轮滑的动作差不多,注意腿和腰的动作,调整好雪板的角度,握好雪仗慢慢往下滑就行。”老爸帮我调整好姿势,我慢慢往下滑,雪板越来越快,它发出“沙沙”声音,我耳边带着风,但我双腿紧紧地绷着,眼睛紧盯着前方,双臂夹着雪仗,此时我感觉我变成了一只小鸟在天空中快乐的飞翔!一路冲到了雪坡下面平坦的地方,“耶,我成功了。”我不由得大喊了一声。

不知不觉集合的哨声响了,要回东营了。不过有机会我还会再来滑雪的!

东营区英才小学 吴东敖
指导老师 马文娟

信息台

胜利八分场小学
民警进校园拍案说法

近日,胜利八分场小学邀请胜东派出所的金警官为师生举行了一场以“学法、守法”为主题的法制安全教育报告会。

在会上,金警官从一个个生动鲜活、触目惊心的青少年犯罪案例入手,以案释法,以法论事,深刻剖析了青少年走上违法犯罪道路的根源,深入浅出的介绍了有关法律知识,增强了师生对知法、守法重要性的认识。同时,金警官还给同学们传授了一些遇到危险应如何采取自我保护措施,怎样趋利避害等有利于学生身心健康、安全的方法。金警官的精彩讲解赢得了师生的阵阵掌声。

通过开展这次法制安全教育报告会,进一步增强了师生的法制安全意识和明辨是非的能力。学校以此次法制教育活动为契机,要求同学们学法律,重安全,严于律己,在保护自身安全的同时,时刻警惕身边的安全隐患,争做知法、守法、用法的小公民。

本报记者 李沙娜 通讯员 侯光荣

胜利锦华小学
校园英语节拉开序幕

为了充分激发学生学习英语的兴趣,提高学生的英语书写水平,东营市胜利锦华小学举行校园英语节英语书写大赛,于本周拉开序幕。

据了解,本次英语节得到了三至五年级同学们的支持,以极大的热情参与了此次英语书写大赛。比赛过程中,学生们一丝不苟、认真书写,充分展现了自己的书写天赋,他们的作品书写漂亮美观,内容充实完整,彰显出英语书法艺术之美!

英语书写大赛是校园英语节的重要组成部分,这一活动充分展示了我校学生的英语书写水平,丰富了学生的校园生活,极大拓展了学生的视野。英语书写大赛给学生们提供了一个展示自我的舞台,激发了他们学习英语的兴趣,同时也促使同学们对英语的规范书写更加重视。

本报记者 李沙娜 通讯员 闫金磊

胜利第十三中学
师生感悟新年,拥抱梦想

28日,在2016年元旦来临之际,东营市胜利第十三中学举办“我们的节日——元旦”主题活动,全体学生2700人参加了活动。

活动形式丰富多彩,有主题演讲、主题班会、黑板报展、歌曲合唱等等。《你好,2016!》主题演讲,阐述了2016年给予我们大好的机会,让我们一起感悟新年、感悟春天,感悟一切可以为之坚强、为之努力、为之期许的美好,并用这份美好,拂去旧日的尘埃,迎来崭新的未来!

歌曲合唱《梦想天空分外蓝》,告诉师生们在追梦的过程中,会有困难,失败,挫折,不能因为一点小小的苦难,就放弃来之不易的梦想,应该与磨难作斗争,锻炼坚强的意志,从失败中找寻经验,找回最初的梦想;“生命是个舞台,不用排练,尽情表演,感动的片段百看不厌。”无论何时,都要以一颗感恩的心面对他人的帮助,心存善念,帮助他人。

据了解,活动的举办丰富了校园文化生活,让广大师生以轻松愉快的心情迎接2016新年的到来,号召大家在新的一年里作出更大成绩。

本报记者 李沙娜 通讯员 孙吉海