



探索人体生长秘密

合肥市安庆路第三小学五(2)班 雷骄 指导教师:蒋涛涛

8月4日下午,太阳炙烤着大地,很热!但我的心比这天气还热!因为期待了很久的2024“健康中国我们行动——合肥站”系列公益活动之“关注少儿骨骼健康,为健康加‘骨’劲”趣味科普圆桌会在安利合肥体验馆开展。我作为星报小记者,非常荣幸地参加了这场活动。

在位于合肥天鹅湖畔的安利体验馆里,来自安徽医科大学第一附属医院的丁医生首先给我们科普了儿童骨骼健康方面的知识,对于如何补钙、促进生长等问题都进行了详细的解说。通过生动的讲座,不仅我们这些

孩子涨了知识,也让陪伴我们参加活动的爸爸妈妈们学到了很多。我因为积极参与现场互动问答,还获得了好几样小奖品,很是开心。

接下来,在安利美食工坊,国家注册营养师、国家健康管理师高老师又向我们介绍了日常饮食中的健康营养知识,比如什么是皇帝的早餐、大臣的午餐、乞丐的晚餐等。并且还让我们小记者现场和营养师一起制作了一顿营养早餐。

最后,为了帮助我们更加直观地了解一个下午所学

的知识,又进行了一场人体骨骼模型拼装大赛,前三名选手都可以获得“国家游泳队同款奖牌”。虽然最后我没有进入前三名,但仍然对获得前三名的小朋友表示了热烈的祝贺,也对这场活动留下深刻的记忆。

时间总是过得很快,不知不觉中,半天很快过去了。对于处在暑假中的我来说,这半天是相当充实也相当有收获的半天。我不仅体验到了活动的乐趣,也实实在在地学到了很多知识。很期待这样的活动能举办得更多一点!

为健康加“骨”劲

——参加星报小记者体验活动有感

安医大附小四(3)班 武隽馨 指导教师:余杰



8月4日下午,我作为星报小记者的一员,兴高采烈地来到了安利合肥体验馆,参加了由市场星报、安利合肥公司联合举办的“关注少儿骨骼健康,为健康加‘骨’劲”趣味公益活动。

活动中的每一个环节就如像是为我们打开的惊喜福袋。第一个环节是骨骼健康讲座,医生向我们科普了许多关于骨骼发育和长个子的知识。他告诉我们,脊柱是身体中重要的一部分,脊柱的问题对小朋友们的身体非常重要。比如

脊柱侧弯会导致身体扭曲,影响姿态,同时也容易引起近视。大家都听得很入神,有的小朋友听着听着就“噌”地坐直了,有的家长听到一半拍一拍自己的孩子小声提醒。我边听边想,自己也要注意一下呢,于是赶紧端正了坐姿。

听完了医生的精彩讲解,到了活动的第二个环节。这是一个关于营养早餐的介绍,安利营养师在介绍

的过程中不断和大家互动,有趣的话语引得我们哈哈大笑。在现场志愿者的带领下,小朋友们还一起制作了美味健康的蛋白粉香蕉奶昔。最后,我们还进行了骨骼模型拼装比赛,我竟然得了第一名,开心得像拿了奥运冠军一样!

这个下午我过得很充实,收获满满。想着医生、营养师对我们的嘱咐,我一定会在今后的学习和生活中端正坐姿、加强营养、坚持运动,拥有更加健康的体魄。

树的眼睛

合肥市明珠小学二(9)班 潘旻熙

指导教师:胡雪蕾

树也有眼睛,他的眼睛或大或小、形态逼真,他的身体高耸入云,连他的身体上也全是眼睛,就连小鸟也情不自禁地为他唱歌。

当我走到他跟前,他就用无数的眼睛盯着我,像是在用眼睛表达他的语言。

清晨,花儿笑眯眯地对树说:“今天天气真好,阳光晒着我暖洋洋的。”树眨巴着大大的眼睛,微笑着点点头说:“阳光晒着我也很温暖呢!”

夜晚,伙伴们都睡着了,树仍然眨着他那双明亮的大眼睛,望着天空中的星星,像是在说:“我还不睡呢,这景色多美呀!”

时间就这样一分一秒地过去了,树慢慢地睡着了……

探秘量子 追光前行

合肥市南门小学 2019级 10班 陈锦翌

指导教师:张艳

“上帝会掷骰子吗?”爱因斯坦的观点是上帝不会掷骰子。我曾经看过一本让我似懂非懂的科普读物《上帝掷骰子吗?》,满脑子挥之不去的都是关于会与不会的问题。

带着这个疑问,近日,我们南门小学2019级10班拾光集智队的队员们在辅导员张艳老师的带领下,有幸参观了中电信量子集团科技体验馆,开启了一场以“探秘量子 追光前行”为主题的科普学习。

我们满怀激动和期待来到量子体验馆,它坐落在“科里科气”的合肥,毗邻科大硅谷。四四方方的大楼,显得神秘又高级。四周绿荫环绕,紧挨着一池睡莲铺满的湖水,平添了一种清新风雅之感。

本次参观以探索科学巨匠的“追光”之路为故事动线,踏入这个充满科技感的世界,仿佛置身未来。首先映入眼帘的是一条可以贯通量子发展史的长隧道,它被冠以好听的名字“时空隧道”。“第一次量子革命”“第二次量子革命”“量子元年”“显微镜”“原子弹”“普朗克”“玻尔”“海森堡”等等这些直观的文字不断冲击我的眼球,我被深深震撼。在科学家叔叔的引领下,紧接着“探秘量子”“量子信息”“量子检测”“量子计算”“量子通信”等多个展项的参观,让我和小伙伴们一起见证了量子之“光”的蓬勃发展。

小伙伴们全神贯注地聆听,专注地记着笔记,没桌子不要紧,小伙伴们的后背便成了桌子,生怕漏记任何一个知识和细节。我们见识了赫兹实验的伟大、黑体辐射的神奇、双缝干涉的玄幻、量子纠缠的浪漫;我们时而惊叹、时而疑惑、时而沉思、时而顿悟;有的紧锁眉头、有的连连点头、有的持续发问……小伙伴们的参观热情如同这烈日骄阳,持续高涨!当这种热情化为一种动力,它就像一辆疾驰的列车,搭载着梦想驶向未来。

通过这次“探秘量子 追光前行”的科普学习,虽然我还是没有弄清楚上帝到底会不会掷骰子,但是我感受到量子的神秘。量子的成长史,像是一部艰难的探索史,感叹无数科学家们对量子科技作出的杰出贡献;对量子科学的发展有了更深刻的认识。同时,我也感到无比自豪,中国在量子科技领域处于世界领先水平,而合肥又是中国的领先城市之一。我一定要努力学习,扎实文化知识,拓展科学视野。长大后,为建设科技强国贡献自己的一份力量。

他,影响了我

合肥工业大学附属中学七(2)班 莫岑梓 指导教师:李晓莉

每天清晨,太阳还未绽开笑脸,邻居周爷爷就已经在自己的门窗店里忙碌起来。“嗞——”“嗞——”我总是会被刺耳的电焊声吵醒。

“周师傅真勤劳,年过花甲依旧精力充沛,身强体壮。”妈妈总是称赞道,周爷爷住在二楼,圆脸浓眉,皮肤黑黑的,声音粗哑。他虽然其貌不扬,却是一个十分热心的人。

一天早上,我和妈妈外出路过门窗店,被周爷爷叫住,他告诉我们在我们家的厨房下,新建了一个圆滚滚的马蜂窝,提醒妈妈开关窗户时要多加注意,我和妈妈大惊失色,回去抬头一望果真如此。

一路上,我和妈妈都在讨论如何处理这个马蜂窝。中午,我们外出回来,只见马蜂窝被打了下来,在地上摔成了碎片,只有零星的马蜂围绕着它们飞。我们一问才知,原来是周爷爷把消防员找来,把马蜂窝捅了下来。然后,他又用杀虫剂毒死了虫卵。

我们很是感谢周爷爷,周爷爷笑了:“没有什么,都是邻居,不要客气!”简单的话语里充满了温暖。

小区的居民很少,没有物业。两个月后,新装

的路灯损坏了二分之一,大家都极为烦恼。这时,周爷爷自告奋勇,承包了路灯维修业务。他自费买了十几个灯泡,搬出了一架木梯,灵活地爬上梯子。拆下破损的灯泡,换上新的灯泡,再从梯子上爬下来,移动到下一个损坏的路灯旁。周爷爷的修灯过程如行云流水,他身手敏捷,不带一丝停顿,在一个小时之内就把路灯全部修好了。

当太阳将自己最后一抹灿烂的余晖收走后,这个宁静的小区又被路灯雪白的光亮照得通明,邻居们看着路上洒满的灯光,心中涌起阵阵暖意。

周爷爷就是这样一个人:他会在清闲时用一把竹扫帚清理路面;在别人搬家时帮助搬运货物;在给邻居安装门窗时坚持只收一半的价钱……

渐渐地,小区里的居民也变得越来越热情。有人会因同情而收养小区的流浪猫;散步的居民会主动为车主开大门,家中的柿子树上的柿子熟了,也会和邻居一起分享;而我也因为清晨那一阵接一阵的电焊声,改掉了睡懒觉的坏习惯,并向周爷爷学习,坚持到运动场去锻炼身体。

周爷爷就像温暖的太阳,在平凡小事中散发着自己的光辉,并将光芒传递给他人。