



# 关爱眼健康 光明进校园

周口经济开发区第一小学举办眼健康科普讲座

□通讯员 李玉霞

本报讯 6月6日是第26个全国爱眼日。6月3日下午,周口经济开发区第一小学联合周口爱尔眼科医院青少年儿童近视防控专家团队,开展了眼健康科普公益讲

座,为青少年视力健康保驾护航。

讲座开始,周口经济开发区第一小学校长牛红山围绕“共同呵护好孩子们的眼睛,给他们一个光明的未来”主题,向同学们提出“会用眼、护好眼”的殷切希望。接着,周口爱尔眼科医院主任医

师、副院长刘爱琴,根据自己临床经验和具体实例分析了造成近视的常见原因。“一拳一尺一寸”,让同学们快速记住了预防近视的秘诀,并注意正确的读写姿势、注重户外运动、不挑食等,养成用眼护眼的良好习惯。

## 西安之旅

小记者:董铠睿 证号:211036  
周口七一路二小三(5)班

寒假的一天,我们一家人来到了陕西省西安市,听说许多外国领导人都专门来这里访问,我一直非常向往这个地方。

西安在大唐时代被称作长安城,曾经有13个朝代的帝王把它作为都城。

第一站,我们来到了赛格国际购物中心。这里面有一个人工瀑布,你可不要小瞧它哟,它是全球最大的人工瀑布,看上去超级壮观!站在瀑布的后面,我感觉像是站在《西游记》中的水帘洞里。瀑布旁边还有一个亚洲最长的扶梯,坐着这个电梯,能从3楼直达6楼,被称作“飞天扶梯”。

出了赛格国际购物中心,我们来到了回民街。回民街是一条小吃街,有各种陕西特色小吃。我在这里吃到了香气扑鼻的肉夹馍、酸辣可口的凉皮和独具风味儿的羊肉泡馍,每一种都很好吃。

第二天,我们去看了秦始皇陵兵马俑。兵马俑分为一号坑、二号坑、三号坑和四号坑。进入一号坑大门,我就被眼前的景象震惊了:成千上万的兵马俑,整整齐齐地排列着。正所谓“千人千面”,这里的兵马俑的面部、形态、动作乃至帽子和发型都各不相同。我还知道了兵马俑的制作极其精细,他们的每一根儿头发都雕刻得像真的一样,让我们不禁连连赞叹古人的聪明才智。

西安是一个独具风格的地方,有机会我还会再来的!

(辅导老师:牛娟)

## 魔法宝盒

小记者:付利利 证号:210891  
周口示范区盛和小学三(5)班

星期二早晨,妈妈一大早就把我从梦中拉了出来。正当我迷迷糊糊时,妈妈告诉我,今天要去周口日报参加一个神秘的活动。听后,我立马来了精神,梳洗完,吃了早饭,我们就出发了。

刚到地方,我就迫不及待地飞奔过去,找到了合适的座位。不一会儿演讲老师就来了,只见她微笑着,神

秘地拿出了一个盒子放在讲台上。此时,我更好奇了,这难道就是妈妈说的神秘活动吗?可看起来也很普通嘛!正当我想着,老师突然开口说:“同学们,你们知道这盒子装的是什么吗?”大家听后,议论纷纷,有的说是一只毛茸茸的小鸡,有的说是可爱的小花猫,还有的说是小白兔……可老师说都不是,大家异口同声地问老师:“那到底是什么呢?”老师笑着说:“你们要想一想,写一写,咱们看谁写得好,让谁先看好吗?”我疑惑地望着窗外在想,老师为什么不直接告诉我们呢?不会是糊弄我们的吧!正当我满心疑惑时,同学们陆续写完了,有的已经上台看了,我心里更急了,我也要赶紧写,看看究竟是什么宝贝。

哈哈,终于轮到我上场了。当我小心翼翼地打开神秘的盒子时,看到的却是自己,原来是一面镜子,还以为是什么宝贝呢?老师好像猜到了我们的心思,笑着对我们说:“同学们,这就是最特别的盒子,因为里面就是你们自己,是独一无二的。”

听完老师的话,我深刻地体会到了老师的用心。

## 我爱读书

小记者:康雨诺 证号:212283  
周口六一路小学五(7)班

我爱读书,就像鱼儿爱大海。

在我还不认识字的时候,我是听着《猜猜我有多爱你》《我爸爸》《我妈妈》等绘本故事长大的。上了小学,认识了拼音和字以后,我自己阅读了《大个子老鼠小个子猫》,知道了对朋友要真诚友爱;我读了《昆虫记》,了解了很多昆虫的特点和习性;我读了《小狗钱钱》,让我懂得了怎样理财、怎样利用银行账户把自己的“鹅”养大。此外,我还非常喜欢阅读科学类书籍,如《大嚼科学》《尖端科学》《生命价值》,这些书让我了解了关于大气污染产生的原因,知道了仿生技术能让残疾人变得完整,让受伤的运动员重新返回赛场并取得胜利。

我爱读书,因为书就是老师,读书让我学到更多的知识;我爱读书,因为书就是我的朋友,读书让我感到快乐;我爱读书,因为书就像一艘船,带着我在知识的海洋中航行。

我爱读书,我爱畅游知识的海

(辅导老师:刘崭)

## 家乡变了样

小记者:王誉然 编号:210967  
周口七一路一小五(2)班

我的家乡在周口,近几年,它发生了翻天覆地的变化——天更蓝了、云更白了、水更清了。今天,我就带你到沙颍河畔来看看这里的变化吧!

沙颍河在周口小城的中间,它像一条绿色的丝带,蜿蜒曲折地穿过城市中心,河水清澈见底,阳光照在波光粼粼的河面上,闪着耀眼的光,仿佛有谁在水面上撒了一把碎银。不时会有一艘满载货物的轮船驶过,平静的河面就荡起了洁白的浪花。两岸更是风景如画。河堤上修了一条红色的小路,小路两旁是一排排、一行行郁郁葱葱的树,小鸟在枝头欢唱,仿佛在欢迎你的到来。

岸边是成片成片的花,有红的、黄的、白的、粉的,闭上眼,空气中都是醉人的花香。这些花儿争奇斗艳,引得蜜蜂、蝴蝶在上面翩翩起舞,真有种人在画中游的感觉。

妈妈对我说,原来河两岸是破旧低矮的房屋,还搭建了很多棚子。两岸工厂的大烟囱,像个专喷黑烟的恶魔,弄得整个天空都灰蒙蒙的,树木不再青翠,花儿不再娇艳。更有工厂向河里排放污水,那泛着白色泡沫的河水,散发出一股股刺鼻的味道,蚊子苍蝇满天飞,真是晴天一身土,雨天一身泥。

妈妈说,原来河上的桥都窄窄的,每逢上下班,堵车特别严重。你再看看现在,一座座雄伟壮观的大桥像一条条纽带连接着河的两岸。它们也成了周口的标志性建筑,成了人们的打卡圣地。

望着眼前的美景,我不由得大声说,周口变化真大啊!

(辅导老师:徐伟丽)

