

周末怎么过 萧报小记者团首发中医药主题一日研学

中医药学是我国优秀传统文化中灿烂夺目的瑰宝之一。它不仅阐述了深刻的生命科学,还蕴含了丰富的人文科学和哲学思想。8月28日,近30名同学在萧报小记者团的组织下,前往千年古镇楼塔参加中医药研学之旅活动。

致敬名医

楼英陵园位于百药山山麓青山环抱之中,树木苍翠,肃穆宁静。踏入此处,同学们跟随楼塔历史文化研究会的楼老师,走进“神医太公”楼英的陵园,聆听名医楼英的事迹。简介上的《医学纲目》、牌坊上的“真实心地”、墓碑上“惠天下”的题词,都让同学们感受到一代名医大家楼英的医术仁心和对后世的深远影响。拾级而上,大家弯腰致敬,这是一场无声的颂扬,是同学们对“孜孜一生惠天下,万字药典济世民”的楼英医师最深刻的敬意。

小小药剂师

中医用药,犹如将之用兵。在大多数人印象里,中药似乎都是极苦难咽的汤剂。翻开有100多年历史的《医学纲目》,同学们仿佛与悠久的历史中药历史展开了一场对话。他们化身小小“药剂师”,在中草药中识别出有防疫效果的中草药,按照配方,通过取药称重、分包装入等步骤,完成防疫中药的配置任务,亲手制作一份能够扶正固本、疏风御邪的中药包。通过此次中医药文化学习,同学们明白了中药配方融合了酸甜苦辣咸,五味不同,功效各异。

寻宝探源

纸上得来终觉浅,绝知此事要躬行。在有1600多年历史的百药山上,同学们融入大自然,学习常见的药材特性和辨识这些药材的方法,亲身体验中草药文化,从实践中获得真知。在辨识百草环节,路边不起眼的花花草草勾起了“小小神农”们对中医药无限的好奇与神往。他们摸一摸,闻一闻,现场识别中草药,有同学

说:“没想到这些路边的小花小草还能治病,真是太神奇啦!”

集叶成画

为叶写诗,变叶为饰。在没有相机的年代,很多植物学家都拥有一身绘画的本事,将遇到的本草栩栩如生地画在册子上面留存以便传播。同学们换了一种形式把中草药保留下来,他们拿着山上采摘的中草药叶子,发挥自己的创意,把它变成了一幅幅天马行空的画作。在绘画过程中,草本的植物学特征,如花朵、果实、根茎、叶形都一一印进他们的脑海中,无形地加深了他们对中草药的认识和理解。

漫漫文化历史进程中,中医药是中国古代劳动人民依靠自己的勤劳、勇敢、智慧,孕育的历久弥新的中华优秀传统文化,是中华民族独特的精神标识。本次活动让同学们感受到中医药的魅力,它一直守护着国人的健康,让人敬畏,也让人自豪,让人充满温暖。

同学们深入了解中药防疫,不但为防疫贡献了一份自己的力量,同时也联结了中医药情缘,他们在心中立下了要传承中医药文化的志向,为弘扬博大精深中医药文化贡献自己的力量。

随着“双减”政策的推行,小记者团作为一个校外素质教育平台,特别开设周末研学活动,整合第二课堂、场馆基地等校外资源,打造科普、非遗、体能、劳动等丰富多彩的主题,满足学生发展兴趣特长的需求,为全市更多学有余力的学生拓展学习空间,为孩子们个性化学习、社会实践创造条件。(文/陈期七 沈钰燕 摄/陈期七)

小记者 吕可莹 汇宇小学305班

我们开始制作中草药包了,有的小记者目不转睛地盯着秤上的重量,有的拿起笔记录,还有的抓着中药左瞧瞧右看看……我和大姐姐把决明子、夏枯草、陈皮、艾草一一过秤,小心翼翼地装袋,



识别草药



采草药



研药材



制作创意画

好像自己真的成了中医。

活动的高潮来了,我们要在百药山上挖草药。烈日炎炎下,我们爬山爬得气喘吁吁,带着图片,我们边挖边学。我瞪大眼睛,像探测仪一样在地上四处搜索,咦,这是什么呢?我上前一步,不由分说连根拔起,三步并成两步地跑去问老师,老师一看说:“这是苎麻,具有清热利尿、解毒等功效。”我如获至宝,将它小心翼翼地放入袋里。

最后,我们绘制的草药画也是天马行空、创意满满!大山里面无闲草,中草药就是大山送给我们的礼物。

小记者 范羿 朝晖小学501班

这次,我们小记者化身为“小小神农”,来到了楼英陵园参加中医药研学之旅的活动。陵园内树木茂盛,青山环绕。园内墓碑上有“惠天下”这3个字,给我们讲解的楼老师说这3个字是楼英

行医济世的核心精神。听了楼老师的介绍,我知道了楼英是中国医学史上一位里程碑式的人物,他所著的《医学纲目》比我们熟知的《本草纲目》还早呢。随后,我们来到了楼英纪念碑前,深深鞠躬致敬。之后我们又跟着老师前往教室去认识草药。楼老师给我们讲解如何抓药、称重,给我们科普了各种不同中药的功效。最后让我们分组,按照配方自己取药、包装。

吃完午饭,我们就要去百药山上挖草药了,山上有各式各样的草药,最常见的是车前草、牛膝草等。烈日当空,虽然大家都汗如雨下,可我们通过上午学到的知识,用看、闻等方法,找到很多草药。最后我们还用这些草药的叶子做成了一幅幅画。

这次活动让我感受颇深,不仅学到了很多中医知识,还让我了解到了中国的文化博大精深。

社会实践系列

小举动 大文明 文明规范停放非机动车 小记者在行动

每个生活在萧山的人都希望,城市能提供更好舒适的生活环境。8月28日傍晚,10余名萧报小记者参加了由萧山区文明办主办的“文明规范停放非机动车”活动。

在听芋圆老师讲完文明规范停放非机动车的要求和意义后,小记者立马在人民路地铁站、新世纪广场附近行动起来。他们“走街串巷”,这里找找有没有不在规定区域内停放的非机动车,那里看看有没有占用盲道的行为。一旦发现不文明停放的现象,小记者们就齐心协力挪一挪,还找老师家长帮忙扶一把,把不规范停放的非机动车搬到指定区域内。

夏夜凉风送爽,红色的小马甲们引起了晚归人们的注意,“原来是萧山日报小记者,他们正在把电瓶车摆放规定区域。”小记者们的文明巡访行动受到了市民们的肯定。趁热打铁,大家在新世纪广场宣读《文明规范停放非机动车倡议书》,寻找路人采访他们是否关注非机动车不文明停放的现象,倡导每一个人增强主人

翁意识,规范停好自己的非机动车,使城市更加文明有序,出行更加舒心通畅。

一个小记者的力量小,搬不动沉重的电瓶车,但在活动中,大家团结协作、互帮互助,从自身做起,投入文明活动,一起为我们的生活环境出力,做文明萧山的参与者、守护者、宣传者。(文/沈钰燕 摄/潘立毓)

小记者 李羽涵 朝晖小学405班

8月28日晚上,我参加了“文明规范停放非机动车”活动。我们刚随老师来到马路上,就看见一辆电瓶车斜斜地放着,占了两辆车的位子。我们几名同学走上前去,齐心协力把车扶正。

小试牛刀后,我们继续往前走。一路上,只要看见摆放不合理的电瓶车或自行车,我们都会努力去把车停放好。有的电瓶车比较大,同学们费了九牛二虎之力才把它挪到正确位置,真是太不容易了。

当然,光凭我们小记者的力量是不够的,我们还要劝导更多的人和我们一起努力。于是,我们进行了随机采访。

小记者 高昱濠 北干小学204班

我们先去采访了刷油漆的爷爷,爷爷在太阳底下,带着帽子干活。我问爷爷:“爷爷,您是否喜欢这份工作?”爷爷说很喜欢,我又问他:“爷爷您做这份工作有几年了?”爷爷说:“已经有10余年了。”我接着问爷爷:“这份工作辛苦吗?”爷爷回答说:“为城市做贡献,不辛苦。”听着爷爷的回答,看着爷爷流下来的汗,我肃然起敬,并且递上了准备好的饮料给刷油漆的爷爷,爷爷原本不想收,但是在我们的再三坚持下,爷爷接过了饮料并且对我们表示感谢。之后我们也采访了打扫卫生的奶奶和修建大厦外墙的叔叔们,得到了相同的回答,他们都很喜欢自己的工作,并且为我们的城市做贡献,他们觉得一切都是值得的。

通过这次采访,我明白了在这个城市总有一些默默无闻的人在为我们的城市做贡献,不辞辛苦!

小记者 黎珏 信息港小学204班

跟着其他小记者一起,我们采访了环卫工人,还有路边的修路工人,他们都是这个城市的建设者,都在烈日下挥汗如雨。所以,在我们结束采访之前,我们把

老师带我们来到人多的地铁口。到了采访环节,我还是有些紧张的,心跳也开始加速。但看到其他小记者勇敢地走上前,采访着路人。我也鼓起勇气,采访起一名正骑电瓶车的叔叔。采访中,得知叔叔对于文明停车的意识还是挺强的。采访结束,我长吁一口气,心里充满自豪:原来我还是能采访的呀!

这次活动结束时,虽然有点累,但是我还是很开心,因为这次我们小记者为这座城市变得更美做了一件有意义的事。

小记者 廖一琳 高桥金帆实验学校402班

8月28日晚上,芋圆姐姐带我们小记者学习了关于非机动车停放的知识,了解了非机动车应该如何规范停放。然后她带着我们走上街头,对不规范停放的电动车、自行车进行摆放。

我们在体育路路边发现有辆电动车停在了盲道上,“盲道是盲人走的路,要是盲人撞到了电动车,可就麻烦了。”芋圆老师向我们解释。于是我们几名小记者使



摆放电动车

出九牛二虎之力,一起把这辆电动车挪到了非机动车停车区域内。

我们穿过体育路走到新世纪广场,在一楼消防通道里竟然停着一辆电动车。消防通道停车,危险可是加倍的,不能方便了自己,给他人制造麻烦。我们几名小记者再次齐心协力,把电动车移到它该停放区域。除了动手挪车,我们还对骑车的人们发出了倡议。规范停车,人人有责,文明之行,始于足下。让我们大家一起做城市文明的引领者、践行者、守护者,共同营造平安、和谐的道路交通环境。



采访环卫工人

者刘丽颖,请问您方便接受我的采访吗?”环卫阿姨说:“可以啊!”“您工作多久了?”“已经有两年多了”,阿姨回答道。“那您喜欢这份工作吗?”我又问。“喜欢。”阿姨说。采访结束后,我把酸梅汁递了过去,“这是我们的一点心意,请您收下!”阿姨有些不好意思,我说:“这只是一点心意,你们在这大太阳底下工作也怪辛苦的,就收下吧!”环卫阿姨便收下了。随着我们和环卫阿姨的告别声,我们回到了教室中。

当我坐在空调房里,再想想他们,多么不容易啊!就是有了这些可爱的人,在炎热的环境下坚守这些工作,我们才能过上如此幸福美好的生活。

小记者特色活动

小记者“走进”云南



动手制作东巴纸

8月28日,小记者们“走进”云南,学习东巴纸的制作过程,感受东巴文化的魅力。云南东巴纸历史悠久,以天然树皮为原料,手工精心加工而成。小记者们认真听讲,了解东巴纸的来源和制作过程,还学习了东巴象形文字,他们看到有趣的象形文字,都记在了自己的笔记本上。了解完东巴纸后,小记者们迫不及待地想要动手制作。

每个人都有序地排队,看着老师打好的纸浆,小记者们都挽起袖子,拿起造纸工具,放入水盆中,将纸浆均匀平整地摊在造纸工具上。制作完成后,还需要把纸张拿到太阳下去晒,等到晒干,一张完整的东巴纸才算制作完成。

活动结束后,小记者们都小心翼翼地拿着自己的东巴纸回家,本次活动让他们知道了东巴纸是一种十分具有特色的民族手工纸,让小记者对美丽的云南有了更深的了解。(文/陆梦姣 摄/尉佳豪)

小记者 邱俊皓 育才小学101班

在老师的讲解下,我们小记者就悄悄地“走进”云南啦!我们细心地聆听老师讲述云南当地的特色。首先了解的是民族舞蹈,我们看了很多舞蹈的照片,真是美极了!然后是云南的山水,比我们这里的山水壮观多了。接着是云南的食物,有米线、鲜花饼……看着老师播放的照片,好多同学都咽着口水呢!

我们还了解了云南的民族文化,让我印象最深刻的是跟着老师学习怎样制造东巴纸,我认真地学习造纸的每一个步骤。最后,我和同学们都双手捧着东巴纸,开开心心地回家了。这次活动真有意义,让我觉得很有成就感。

一粒黄豆的奇妙之旅



研磨豆浆

8月21日,30名小记者来到萧报学堂,体验一粒黄豆的奇妙之旅,动手研磨豆浆。

小记者跟着老师了解了黄豆的知识,知道了一粒小小的黄豆蕴藏着特别丰富的营养,它还可以变身成为多种美食,豆浆油条里的豆浆有它,炒菜拌面的豆瓣酱也有它。这次活动,小记者们跟着老师学习用石磨来研磨豆浆。女生负责加豆子和水,男生则用力转动石磨,不一会儿,白白的豆浆顺着石磨流下来,看到豆浆出现后小记者们都受到了鼓舞,组员们更快速地转动石磨,在他们默契合作下,一粒粒的黄豆很快就变成了营养丰富的豆浆。现在我们喝到的豆浆都是豆浆机快速打出来的,自己动手研磨对小记者们来说更有趣。

小记者们在研磨豆浆的过程中感受到了劳动的快乐,也知道了小小豆子的奇妙之处,意义非凡。(文/陆梦姣 摄/洪磊)

小记者 陈茗玥 贺知章学校104班

上了这节课我才知道,原来豆子到了磨盘里,才变成了一碗豆浆。你们知道豆浆是怎么做的吗?让我来告诉你们吧!我们要先把黄豆泡在水里,再准备一盆清水、一个小杯子和一个干净的脸盆,最重要的工具当然是磨盘。先把豆子放到石磨里的小洞洞中,我们不停地研磨,再加入清水,一会儿豆浆就出来了,我们惊喜极了,以为能直接喝呢,可是老师说:“这个是生的,需要过滤后煮熟才能喝。”小豆子变成了豆浆,但是它的旅行还没有结束呢!它要在我们身体里开始它的第二次旅行啦!这粒小豆子可真是一位旅行家呀!

