

## 2019苏鲁豫皖小记者发展协作会研学高峰论坛在山东省菏泽市鄄城县举办 分享研学经验 谋求合作共赢

本报讯（记者 杨东辉 孙震）5月21日至23日，2019苏鲁豫皖小记者发展协作会研学高峰论坛在山东省菏泽市鄄城县水浒好汉城举办。本次高峰论坛由苏鲁豫皖小记者发展协作会主办，《牡丹晚报》、宋江武校、鄄城水浒好汉城、水浒好汉城研学基地宋江湖承办。来自江苏、山东、河南、安徽四省近30家地市报的相关负责人齐聚鄄城，分享研学经验，谋求合作共赢。

5月22日，2019苏鲁豫皖小记者发展协作会研学高峰论坛开幕式在鄄城县水浒好汉城举行。苏鲁豫皖小记者协作会山东分会会长、《威海晚报》少

儿研学中心主任张克果主持开幕式。菏泽市委宣传部副调研员陈新振，苏鲁豫皖小记者发展协作会副会长、扬州报业传媒集团教育融媒中心副总监蒯萍，菏泽日报社副总编辑，菏泽牡丹传媒有限公司董事长潘若松，宋江武校校长、水浒集团董事长樊庆斌分别致辞。鄄城县委常委、宣传部部长伊超杰宣布研学论坛开幕。菏泽市文化旅游局、菏泽市教育局、鄄城县文化旅游局等部门领导出席开幕式。此次高峰论坛旨在打通地域、行业的限制，充分整合资源，深耕研学游市场，推动媒体转型升级，共享优质资源，实现抱团发展。

安阳日报社小记者中心主任李涵、聊城报业聊城教育副总经理赵景立等分别上台作经验分享。开幕式后，与会人员赴水浒好汉城研学基地宋江湖进行研学资源考察，并围绕“小记者研学及研学产品开发”展开交流。与会人员畅所欲言，就各自在小记者工作中的新思路、新举措，以及在抱团发展中摸索出的行之有效的 ([ 进行分享交流。与会媒体相关负责人一致认为，苏鲁豫皖地市报小记者发展协作会搭建了覆盖四省的小记者研学旅游合作发展平台，引领各地市报在产品开发、品牌推广、各地特色研学线路推

介等方面开展合作，并共享研学发展经验，实现报业小记者的大联动。鄄城素有“水浒文化之源”“全国武术之乡”的美誉，是水浒故事的发祥地，宋江、晁盖、吴用等水浒英雄的故里，素有“梁山一百单八将、七十二将在鄄城”之说，水浒文化旅游资源丰富。水浒好汉城是国家4A级旅游景区，集武术修学、传统武术绝技表演和水浒风情展示于一体，是游客感受水浒文化、领略水浒好汉忠肝义胆的理想之地。由《牡丹晚报》与水浒旅游发展有限公司联合打造的“水浒少年”研学系列产品深受各地媒体同仁的欢迎。

## 游小南湖公园 学写游记作文

本报讯（记者 张玲玲）5月26日上午，漯河日报社小记者俱乐部的小记者们来到美丽的小南湖湿地公园，一边欣赏美景，一边学习游记作文的写作方法和技巧。

“游记作文的开头一定要交代清楚时间、地点、人物等要素，然后按照游览景点的方位、顺序来写，依次将所看到的景物记录下来。比如咱们现在所在

的公园，可以说沿着石板小路往前走，看到几座桥，站在桥上往下看……一般来说，观察景物有三种方法……”当天上午，在游览小南湖公园过程中，韩月琴老师边走边向大家讲解游记作文的写作要点，并结合眼前景物传授写作方法。

掌握好写作方法和技巧后，如何让文章更形象、更生动呢？这就需要加入

一定的成语和修辞方法。烟雾缭绕、碧波荡漾、湖面如镜……在韩老师的启发下，小记者们经过一番思索后，争先恐后地说出与眼前景物相关的成语。

“眼前的湖水平静的像一面镜子。”在韩老师的启发下，小记者杨蕊鑫回答道。“然后呢？大家可以加入从湖水里看到的内容，像假山、房子、树木、小桥，这些景物构成了一幅美

丽的画卷。这样写下来，是不是就形象多了。”听完韩老师的讲解，小记者们不住地点头称是。

一场“游记课”下来，小记者个个满头大汗，一些小记者的衣服甚至都被汗水浸透了，但大家没有丝毫抱怨。“这些写作技巧很实用，以后不管去哪里游玩，游记作文我都能写了。”小记者武子懿说。

## 漯河日报社征集小记者研学基地

漯河日报社小记者俱乐部由漯河日报社和市教育局联合发起成立，每年通过200多（场）次丰富多彩的活动，使小记者在了解家乡风土人情、发展变迁、传统产业的同时，综合素质得到全面提升。小记者俱乐部赢得了学校和家长的认

可，漯河日报社小记者已经遍布我市各中小学校。

漯河日报社小记者俱乐部目前有《漯河日报》、《漯河日报·小记者刊》、《漯河晚报·小记者专版》、漯河日报小记者网、漯河日报小记者官方微信、漯河发布六个宣传平

台。

漯河日报社小记者俱乐部在2018年的基础上，现面向漯河市、河南省乃至全国征集2019年度“漯河日报社小记者研学基地”。

**征集对象：**景区、书店、影城、休闲场所、美食餐饮、民生服

务、文化艺术、科学教育、卫生医疗、交通运输、品牌连锁机构、农家庄园等。

**联系地址：**漯河日报社小记者部（市区嵩山东支路新闻大厦601室）

**洽谈热线：**0395-3134517 17639595777 杨主任

## 难忘毕业季 美丽家乡行

——经济技术开发区小学毕业季研学之旅侧记



参观南街村植物园。

本报记者 范子恒 摄

■本报记者 姚肖

又是一年毕业季。转眼间，六年的小学时光已接近尾声，想起同窗的点点滴滴，多少欢笑，多少泪水，此时此刻都镌刻为成长的印记；师生情、父母恩，在暖暖的爱意中，孩子们茁壮成长，此时此刻，他们拥抱在一起，互述衷肠。

5月25日，经济技术开发区小学举行毕业季研学活动。活动彰显“爱祖国、爱家乡”的研学主题，让学生在实践增长知识，开阔眼界，提高素质，培养爱国情怀，取得了较好的效果。

### 点亮亲情 感恩父母

5月25日上午7点30分，经济技术开发区小学广阔的操场上，一场别开生面的毕业典礼拉开了序幕。漯河日报社全媒体平台现场直播，本报记者用镜头和文字记录下每一个精彩片段。

“每一个孩子的出生都给家庭带来

了无限欢乐。孩子是父母生命的延续，父母用心呵护我们健康成长……”在轻柔的音乐声中，孩子们和父母面对面而坐，倾心交谈。回忆起孩子成长过程中的点点滴滴，父母留下了幸福的泪水，孩子们也更加理解了父母的一片苦心。

“孩子，你老是抱怨我爱你弟弟多一些，其实我对你们的爱是一样的，你们都是我心中最珍贵的宝贝。虽然爸爸因为工作原因经常不在家，但他辛辛苦苦赚钱养家，他真的很爱你们。孩子，希望你一直都记得，爸爸妈妈永远爱你！”六一班贾飞燕的妈妈握着女儿的手含泪说道，母女俩紧紧拥抱在一起。

“世界上有一种情，超越了亲情、友情，那就是老师对我们无微不至的关怀之情，对我们的细心教导之情……”老师如慈母一般，教育我们如何做人，给予我们知识的力量。在毕业典礼的最后，孩子们向陪伴他们六年的老师们赠送鲜花，表达感激之情。

六三班班主任牛娜深情地对她的学



参观黄龙湿地公园。

本报记者 范子恒 摄

生们说：“今天，我欣喜地看到，我用心培养的小苗已经长大，男孩子更加健壮，女孩子亭亭玉立，我如老农般开心、满足。海阔凭鱼跃，天高任鸟飞。愿你们以知识为帆，以毅力为浆，向着更远、更广阔的天地航行。”

上午9点30分，毕业典礼落下了帷幕。与此同时，一段难忘的毕业之旅随即展开。

### 研学之旅 意义深远

上午10点，在漯河日报社的精心组织下，参加完毕业典礼的孩子们整装待发，一起乘坐大巴车前往临颖县南街村、黄龙湿地公园开启一段难忘的研学之旅。

在大约一个小时的旅途中，孩子们欢欣雀跃。这场毕业之旅，他们期待已久。上午11点，孩子们到达目的地。在南街村东方红广场，孩子们在毛主席像前拍照留念，开启了踏寻红色足迹、传

承红色精神的研学历程。

简单地吃过午饭之后，孩子们首先来到南街村热带植物园游览。行走在植物园里，孩子们仿佛置身在风景如画的热带森林，他们近距离了解每一种热带植物的生长习性和形态特征，不时啧啧称奇。随后，孩子们来到红色革命教育区，参观了延安窑洞、毛泽东故居。

下午4点，孩子们又来到省级湿地公园——位于临颖县的黄龙湿地公园参观游览。在美丽的大自然中，孩子们边走边唱，不时拍照留念。

下午6点，略显疲惫的孩子们安全回到了学校，这段难忘的毕业之旅画上了圆满的句号。

“古人云：读万卷书，行万里路。作为家长，我非常希望学校多组织一些类似的研学活动，不仅能培养孩子的集体意识、自理能力，还能近距离感受大自然的美好，有助于培养孩子坚强乐观的性格。”六一班薛艺菲的家长告诉记者。

## 观看戏剧表演 感受传统文化

《我的娘 我的根》剧情感动小记者

本报讯（记者 陶小敏）5月26日晚上7点30分，人民会堂内众多市民齐聚一堂，共同欣赏由新疆生产建设兵团八师石河子市艺术剧院豫剧团带来的《我的娘 我的根》豫剧现代戏表演。观众中，有一群小可爱的身影格外引人注目，他们就是漯河日报社小记者俱乐部的小记者们。当天晚上，来自漯河日报社小记者俱乐部的30名小记者和他们的家长一起，到人民会堂感受传统戏剧的魅力。

《我的娘 我的根》是一部大型豫剧现代戏。该剧以老军垦铁秀英、曹德法的情感故事为主线，讲述了老兵团入少时远离故土、为建设祖国边疆奉献青春的奋斗历程，并最终在年迈时以兵团为第二故乡、落叶归根的故事。剧中场景以兵团人熟悉的军垦文化广场、兵团人家小院为背景，人物也都是普通的兵团人，他们面对命运的考验，不是怨天尤人，而是勇敢承担，用乐观的态度交出人生的答卷。

整场戏剧充满新疆元素和兵

团味道，在严肃的主题中不乏诙谐幽默，演员们的河南话说得也十分地道。现场不少小记者发出疑惑，“为什么新疆人的河南话说得这么好？”小记者张哲轩看得很认真，他的问题也得到了爸爸的解答。“过去河南有很多人援建新疆，整个石河子市现在还有很多人的乡音就是河南话。”“那个时候新疆的条件好艰苦啊！佩服他们！”小记者王奕博一脸认真地说。小记者们发现，现场不少观众都被剧中援疆人的无悔支边经历所感动，并流下感动的泪水。不少小记者也表示，被剧中人物为祖国奉献青春的精神所感动。

“过去就是喜欢看动画片，没想到这个戏剧他看进去了，说以后还想看。”小记者陈旭的妈妈表示，看到孩子与戏剧产生了情感的共鸣，她认为传统文化尤其是多形式的优秀传统文化，对儿童的成长都是很有裨益的。她对本次活动表示肯定，并希望以后类似的好活动能越来越多。



5月26日上午，漯河日报社小记者俱乐部的小记者们来到市城市展示馆，了解漯河的发展和历史变迁。 本报记者 张玲玲 摄

## 动起来，告别亚健康



### 个人简介

减脂、增肌、塑形……每一个健身爱好者对健身都有各自的理解和追求。然而，在致尚国际健身MOCO店会籍经理何莉莉看来，健身已成为当代人的一种生活方式，被越来越多的人所重视。正因如此，长期保持健身习惯的她才会在朋友介绍下于2015年9月成为致尚国际健身的一员，也因此有机会影响更多人加入健身行列。

■文/图 本报记者 杨旭

夏季高温天气，许多朋友贪恋空调房的舒适而尽可能选择足不出户，可越是这样越是感到神疲身乏，身体似乎总有些地方不对劲。是谁偷走了我们的活力？5月25日，记者走进位于市区嫩江路的致尚国际健身MOCO店，向该店会籍经理何莉莉寻求答案。

“作为会籍经理，每天都会接触大量的客户，其中许多人就有类似的情况。他们还很年轻，身体也没有疾病，但就是会感到无精打采，晚上失眠多梦，白天昏昏欲睡，严重一些的会有颈肩长期不舒服、稍一活动就气喘出虚汗等状况。”何莉莉告诉记者，这其实就是我们常说的亚健康。

对于这样的顾客，何莉莉一般会建议他们坚持每周2到3

次的运动。开始的时候可以选一些不太剧烈的项目，比如瑜伽。但是，每次运动要保证一定的量，比如运动1到2个小时才能起到作用。“这样的运动量可以起到促进血液循环、加强新陈代谢的作用，一般一个月下来就能感觉到收获。”何莉莉说。

那么，是否一定要选择在健身房进行锻炼呢？当然不是。我们身边越来越多的公共区域已经安装有健身器材，大家尽可能选择就近的地点、合适的方式进行锻炼。“健身贵在坚持。现在抖音上有许多健身操，如果能坚持在家做，也能起到很好的健身效果。”何莉莉说，健身房只能给你一个更加舒适、安全和科学的锻炼环境，但能够做出改变的还是你自己。



致尚国际健身



致尚国际健身

连锁品牌 值得信赖

400-1603-919

品质 | 健身 | 致尚 | 更专业