

识药香 习岐黄 徐报小记者探秘中医智慧

本报讯(记者 刘梦晴 李翱 摄影报道)为感受中华传统医学的独特魅力,近距离接触中医文化,3月28日,徐报小记者们怀着好奇与期待,走进神州五行中医门诊,开启了一场生动有趣的中医探索之旅。活动中,家长们一起参与,与小记者们共同聆听讲解、动手实践,在沉浸式体验中解锁中医知识,感受传统文化的博大精深。

活动的第一个环节,在门诊工作人员的带领下,小记者们与家长一同开启了参观之旅,探寻中医门诊与普通医院的不同之处。与普通医院现代器械林立的景象不同,这里古色古香,处处透着中医的温润与雅致。

大家先后走进中药房、诊疗室和推拿室。中药房里,整齐排列的药柜摆满了各类中药材,标签上清晰标注着药材名称与功效,空气中弥漫着淡淡的药香;诊疗室内,简约的陈设中透着专业,医师坐诊的身影尽显医者仁心;推拿室里,舒适的床位整齐摆放,工作人员介绍了推拿调理的原理与常见手法,让大家对中医医疗有了初步认知。

随后,神州五行中医门诊的陈院长为大家授课,细致讲解中医“望闻问切”四诊法的精髓。陈院长用通俗易懂的语



言,结合生活实例,拆解每一种诊法的核心:“望”是观察面色、神态;“闻”是聆听声音、辨别气味;“问”是询问症状、了解近况;“切”是触摸脉象、判断体质。讲解完毕后,陈院长现场示范简单的把脉方法,手把手指导大家感受脉搏的跳动。小记者们与家长认真模仿,指尖轻触手腕,在实践中体会中医诊病的奇妙。

活动的第二个环节,工作人员带领大家认识中药材。他们拿出多种常见中

药材,逐一介绍其外形、功效与用途,重点讲解了生活中常见食材与中药的关联。山楂能消食健胃、行气散瘀,大枣可补中益气、养血安神,生姜能解表散寒、温中止呕——这些平时端上餐桌的食材,竟然都是兼具营养与药用价值的中药材,让在场的小记者与家长恍然大悟,也深刻体会到中医“药食同源”的智慧。

大家认真聆听、仔细记录,不时驻足观察药材的形态,感受中医药的神奇魅力。

最令人期待的当数中药香囊制作环节。工作人员提前做好桂枝、艾叶等温和的中药材,以及精美的香囊布袋,详细讲解了香囊的制作方法和功效。随后,小记者与家长分工协作,小心翼翼地药材装入布袋,压实、系紧,一个个小巧精致、香气四溢的中药香囊很快就制作完成。看着自己亲手制作的香囊,每个人的脸上都洋溢着成就感,香囊里的药香也成了此次活动最特别的纪念。

此次活动,不仅让小记者们近距离接触了中医文化,学习了基础的中医知识,更在他们心中种下了传承中华传统文化的种子。家长们也在活动中收获满满,加深了对中医药的了解与认同。



执笔画春光 自然润童心

这场写生活动,有趣又有料

本报讯(记者 王艺宸 潘媛 摄影报道)春和景明,湖光潋滟。4月1日,徐报小记者团走进大龙湖景区,开展户外写生实践活动。孩子们走出课堂,以自然为卷、以画笔为媒,捕捉春日湖光,在实践中感受艺术之美,锤炼观察能力与创作能力。

活动伊始,带队老师通过趣味互动

活跃气氛,很快打消了孩子们的拘谨。“大家看看湖边的柳树、远处的湖面,颜色不一样、线条也不一样,我们要把看到的春天画进画里!”在老师的引导下,小记者们个个眼神明亮、满怀期待。春日暖阳洒落,虽略带燥热,却丝毫没有影响大家的热情,孩子们精神饱满、专注投入,展现出良好的精神风貌。

写生正式开始后,大家有序围坐湖边,手持画板与画笔,凝神捕捉眼前美景:碧波荡漾的湖面、随风轻摇的草木、错落有致的湖滨风

光,都化作笔下生动的素材。孩子们细心观察、认真勾勒,时而低头描画,时而抬头比对,偶尔轻声交流思路。“我要把大龙湖的蓝天和湖水都画下来!”一位小记者一边勾勒线条,一边兴奋地同伴分享。大家还发挥巧思,将蝴蝶贴纸巧妙融入画作,让春日湖景更添灵动,一笔一画间,满是对自然之美的热爱与独特感悟。

创作过程中,带队老师巡回指导,耐心讲解构图、线条、色彩等技巧。“这里的线条可以再柔和一点,天空的颜色要慢慢过渡,这样画面会更漂亮。”老师

细致纠正小细节,鼓励孩子们大胆创意、自由表达。小记者们认真聆听、用心实践,在亲近自然的过程中,学会了观察美、发现美、创造美。

此次大龙湖写生,是徐报小记者团“行走的美育课堂”的生动实践。活动不仅丰富了孩子们的课余生活,更为大家搭建了展示自我、提升审美素养与动手能力的平台。未来,小记者团将持续开展更多形式多样的实践活动,让孩子们在行走中学习、在实践中成长,用笔墨描绘山河、用童心记录美好。

