

觅春迎春探春 放飞心愿梦想

# 少儿探索春天之趣 传承传统文化

□文/图 本报记者 杨永刚

## 在寻找探索中感知春天

3月25日至29日,玉泉区第四幼儿园开展了“春启今朝 乐在自然”系列春天主题活动。“春天可以看到大大的太阳”“可以感受到晃眼的阳光”……小朋友用自己春天的理解,用鲜花拼出了太阳的形状,也拼出了大大的“春”字。

在这春暖花开的日子里和春天来个约“绘”,小朋友们用自己的小手印作画,憧憬着春天的美好。棕色的树干,绿绿的叶子,不一会儿功夫,一棵绿意盎然的大树画成了。

户外活动时,小朋友们发现风变大了,凉风吹得人直缩脖子,大家知道这就是春风。小朋友们利用身边的自然物,在捕捉春风的同时,也意识到风可以通过这些物品被看到。“老师,我刚才试了,塑料袋可以抓到风,飞起来的时候就像风筝。”“瓶子也能,它能将风装进去,就是飞不起来。”“报纸飞不起来,我跑得再快也不行。”“气球能飞起来,我跑

春天是灵动的,充满了生机和斑斓的色彩。在春天,少年儿童热衷于各类探究活动,随着春天的脚步一起探寻春天之趣。



绘风筝



画春天

的时候它就跟着我”……大家你一言我一语诉说着。小朋友们还用五彩的画笔在风筝上尽情挥洒想象力,绘出心中的那抹色彩,让心愿和梦想翱翔蓝天。

## 放飞风筝放飞梦想

为传承中华优秀传统文化,丰富校园文化生活,让学生们享受美好的春天,感受大自然的魅力,3月29日,锡林南路小学分校举行了“五好少年 逐梦蓝天”校园风筝节。

参赛的学生们两两一组,一人托举风筝,一人拿线放飞,配合默契。学生们拽动风筝线,控制节奏,只见一只只形态各异的风筝扶摇直上湛蓝的天空。当天春光明媚,学生们在增强了体魄的同时也体验了放飞的快乐,尽享春日惬意。

3月28日,大学路小学开展了风筝社团活动,让学生们的梦想与风筝一同放飞。老师先带领学生们初步了解风筝的起源、寓意、种类、主要用途、制作方式等,激发了他们对风筝的兴趣。接着学生们拿起画笔,大胆展开想象,用画笔设计出独一无二的风筝。随后,各式各样的

风筝在学生们的双手展现出来。在放飞展示环节,学生们手握五彩缤纷的风筝,个个笑逐颜开,他们在操场上牵动风筝线,疾跑而出。随着暖阳和春风,伴着欢声和笑语,风筝向风而行,在天空中勾勒出一道道欢快灵动的风景线。

与此同时,光明路街道各个社区新时代文明实践站也组织开展了手工风筝制作活动,带领辖区少年儿童共同感受浓浓的春意。“小朋友们,你们猜猜风筝距今有多少年的历史了?”“你们想知道风筝最初是干什么用的吗?”活动中,志愿者首先向大家讲解了风筝的来源以及历史,从风筝的起源,到不同地域、不同民族的风筝特色,再到现代风筝的创新与发展,志愿者用生动的语言和精美的图片,为大家展现了一个丰富多彩的风筝世界。随后,在志愿者的带领下,少年儿童选择自己喜欢的风筝样式,拿起画笔、蘸上颜料,充分发挥想象力,在风筝原有的图案上按照自己的喜好搭配和填充颜色,让单调的线条图案变得色彩丰富而绚丽。在小朋友的共同努力下,一个个象征着自由的风筝作品就完成了,一幅幅美丽的春景跃然于上,一笔一画,用色彩点缀创意,一来一往,用图案装点天空,大家欢声笑语,用幸福迎接春天。

这样的活动,让少年儿童深切感受到传统文化的魅力所在,增强了他们对传统民间技艺的兴趣。



放风筝

用花画春

## 体育中考当前 医生支招科学备考

各地中考体育考试陆续开始,骨科和中医专家提醒考生,备考时期要作息规律,注意科学合理训练,锻炼要量力而行,避免因高强度的突击训练而造成运动损伤。

中南大学湘雅医院院长、骨科专家雷光华教授介绍,一些学生为了取

得更好的成绩,突然增加锻炼强度;还有学生因为运动过度、突击训练导致关节扭伤、肌肉拉伤等运动损伤。

雷光华提醒,学生在体育考试前保持中等强度的锻炼是科学的。每次运动之前,都应做好充分的热身活动,舒展全身的关节、肌肉,降低运动

受伤的风险;要避免突然剧烈地跑跳等,在高强度运动中可以戴运动护具,加强对肌肉和关节的保护。

湖南省第二人民医院神志病中心医药诊疗中心主任杨萍提醒,考生在备考期间可能出现紧张等情绪,影响脾胃功能。越是临近考试,考生越要

保持平常心,不要改变平时的饮食习惯,不要吃太多油腻的食物,以免加重肠胃负担。考生应保证摄入充足的蛋白质,适当食用一些鱼虾、瘦肉、鸡蛋、牛奶、豆腐等,配合新鲜蔬菜,促进钙的吸收。

(据新华社 帅才)