



## 体验国粹中医 弘扬中医文化

### 小记者走进宝中堂中医院变身小小“中医师”



**周刊讯** 中医是中华民族最为耀眼的瑰宝,它贯穿了整个中华民族的历史,并涉及到各种文化领域,作为一门古老的医学,至今仍然散发着不朽的光芒。它以“天人合一”的整体观念和阴阳五行为基础理论的“辨证论治”的指导思想,形成了独特的东方医学。

“哇,好浓郁的中药味,好闻。”12月7日下午,小记者走进宝中堂中医馆,在充满古色古香、文化氛围浓厚的中医馆内,体验了一场独特的“中医文化之旅”。

宝中堂的彭医师运用“明目杞菊熏眼茶”动画小视频告诉小

记者们用眼过度时如何缓解眼睛疲劳,然后又以图文并茂的形式,生动幽默的语调给同学们讲解了中医药的基本知识和中草药的药性等,并对如何利用中医知识养生,如何利用中医知识对抗流感普及了知识。

经过基础入门的中医知识学习后,孩子们开始学习“技能”,体验抓药、称重、包药、针灸、按摩、把脉等环节,感受中医的独特魅力。除了识得中药材本身,小记者们还参观了中药制品柜台,在这里学习到中药的用途,可以制成琵琶雪梨膏以及各类泡脚养生包等。

活动的最后,每位小记者都

收到了宝中堂为小记者们提供的“福袋”,里面承载着孩子们自己亲手包的一小包中药。同学们在日常生活中接触过中草药,如喝过枸杞熬的粥、菊花茶等;生病调理时吃过中药,做过推拿,对中医具备一定的感性认识。而此次活动,旨身体验的方式,让小记者们了解中医的神奇和奥妙,加深对中华传统医学的印象,感受传统中医的魅力。

“今天学到了很多养生知识,在生活中可以很好地运用,希望多多开展这种活动,真不错!”结束后,家长们纷纷表示,希望多多开展中医知识讲堂。

淮北市小记者团

## 淮纺路小学举行冬季趣味运动会

**周刊讯** 为了强健学生的体魄,提高学生的体育热情,让同学们享受到更多的快乐,共同营造良好的教育氛围。12月5日,伴着冬日的暖阳,淮纺路小学举行了2019冬季趣味运动会。

开幕式上,该校彩旗队、鲜花队、各班运动员代表队在校徽的指引下,精神抖擞,迈着整齐步伐,喊着响亮口号,和着激昂旋律通过主席台,接受全校师生检阅。

本次运动会项目包括1分钟跳绳、1分钟原地拍球、立定跳远、推小车接力、踩高跷、蚂蚁爬、摸石过河、跳跳球接力、10人“8”字跳长绳、50米拉力跑、50米绑腿跑、两人三足接力、障碍赛跑、抱球跑等项,各类赛事活动形式新颖,活泼风趣。

比赛操场上,同学们演奏着一曲曲用掌声和欢笑声谱写的欢乐之歌,展现出一幅幅力量和健美的生命画卷。活动彰显出当代少年儿童昂扬向上的精神风貌和热情飞扬的活力,谱写出学校体艺工作的新篇章。

本次冬季运动会的举办,不仅锻炼了学生的身心意志,还增强了班级凝聚力,增进了家校之间的和谐与融洽,提高师生参与活动的积极性,而且极大地丰富了学校的校园文化生活。

**通讯员 关磊**



## 和谐校园 法在身边

### 市第三实验小学“校园模拟法庭”开庭



**周刊讯** 为丰富校园文化,提高学生的法律意识,学会用法律进行自我保护,做一名懂法、守法的小学生。12月2日下午,市第三实验小学的同学们在第三实验小学高年级部六楼报告厅开展了一场模拟法庭法治教育活动。

本次模拟法庭将一起校园敲诈勒索案件进行现场模拟审理。该校11名学生分别饰演审判长、审判员、书记员、律师、被告人、原告人、法警等角色,同学们精心准备,将一个真实的庭审现场展现在大家面前。

为了更真实地体验庭审现场,12月3日上午,该校领导和三实小学生走进市中院进

行一次现场模拟案件审理,由中级人民法院公职人员全程参与,并进行更专业、更严谨的指导。活动结束后,师生们为了了解更多的法律知识和珍贵的历史资料,还参观了中级人民法院的展厅。

通过组织本次模拟法庭活动,让学生了解法院审理一个法律案件的各项程序和角色的特点。通过让学生亲自参与真实案例的模拟开庭审理,切身感受法律的庄严威严、公平公正,对进一步加强学生法制观念,有效预防学生违法犯罪,促进学生的健康成长具有十分重要的意义。

**通讯员 张靖 丁峰**

