

零距离接触截拳道功夫,学护眼护眼,职业经历初体验 本报小记者团活动丰富多彩

本报记者 杨艳 见习记者 郭小鹏

春暖花开,正是活动好时节。本报小记者团活动也多了起来:武道馆里,爱好武术的小记者们到武道馆学习简单的入门功夫;科普知识讲座现场,特邀专家为小记者们普及护眼护眼常识,并提供先进仪器让孩子们体验试用;职业体验馆里,小记者们提前步入“社会”,体验各岗位工作的苦与乐……

零距离接触“李小龙”

30日,本报50名小记者集结李小龙武道馆,和截拳道功夫来了一次亲密接触,孩子们不仅感受到了中华武术的魅力,还学到了简单实用的入门拳脚功夫。

下午2时,小记者们集合完毕后,进入武道馆。“你们谁知道李小龙是谁?”“知道截拳道是什么样的武术吗?”……杨教练开场的几个问题顿时调动起了小记者们的情绪,孩子们踊跃发表自己的看法。为了让这些小小武术爱好者们对中华武术有更深刻的了解,杨教练将李小龙功夫的武术文化向大家娓娓道来。

学完了“理论知识”,接下来小记者们便开始了“真功夫”的学习。“哇,好酷,我要学!”“我也要向教练一样厉害!”在观摩完教练对截拳道动作的分解演示后,孩子们有点迫不及待了,一个个摩拳擦掌,跃跃欲试。

“像这样,要侧身,然后提膝,把后腿伸出,脚尖要绷直……”在授课的过程中,小记者们全神贯注地学习着每一招每一式,恨不能马上将其化为己用。在经过对动作反复的巩固练习后,不论男孩还是女孩,做起动作来都有模有样,煞有几分“行家”的架势。

经过对直拳、侧踹、砸肘等入门动作的学习之后,教练又给小记者们安排了一项“拔高”技能—擒拿自卫术。几名自告奋勇的小记者还和教练现场互动,体验了擒拿与被擒拿。看到小伙伴们轻而易举地就被教练擒获,毫无反击之力,现场的小记者们纷纷惊叹武术的神奇

和先发制人的竞技魅力。

“虽然今天出了很多汗,但一点都不觉得累,反倒觉得习武很过瘾呢。”经过一个下午的学习,满怀“一身技艺”的孩子们对今天的体验大呼过瘾,最后恋恋不舍的离开了武道馆。

学习如何防治近视

3月29日下午本报联合济宁OO眼保仪体验馆,在海关酒店二楼会议室,举行了“关爱学生,远离近视”大型公益防治近视科普知识讲座,本报50组小记者参加了现场体验。

下午2:00点,本报小记者50组小记者家庭齐聚一堂,中国科学院高级工程师苏洪泉教授从以下三个方面进行讲解,一、为什么小学生患近视眼病的人越来越多?二、近视眼到底是怎么回事,它的病根在哪里?三、对于近视的预防与治疗,家长应该怎么办?

苏教授介绍道,据卫生部、教育部联合调查,目前我国学生近视发病率接近60%,居世界第二位,人数居世界之首。其中小学生近视率已达34.6%,高中生近视率已达70%以上,患者人数超过600万,听到这些触目惊心的数字时,小记者们一个个张大了嘴巴,简直不敢相信!

随后苏教授又说道,青少年近视高发原因主要有两方面:一是遗传因素,二是环境因素。从临床观察看,环境因素是目前青少年近视高发的主要原因:青少年眼球发育尚未成熟,又因学习紧张往往要长时间的用眼,特别是光线不足、长时间近距离视物,电视、电脑的

频闪刺激等,使眼睛内部睫状肌和眼外肌持续收缩,长期处于过度紧张状态,诱发调节痉挛形成调节性近视(俗称假性近视)。长期的调节性近视使视力进一步疲劳,眼球前后径变长,从而又形成了真性近视。

在稍后的体验治疗中,很多小记者们排队体验了OO治疗仪,在体验治疗前,小记者周江雯靠右眼1.0,左眼1.2,经过十五分钟的眼部按摩,右眼达到了1.2,左眼达到了1.5。并且看东西眼睛也不那么累了,真的好神奇!

很多家长纷纷表示,原来就一直比较担心孩子的视力,今天听了我们齐鲁晚报小记者团组织的这次讲座,对家长触动很大,一定要让孩子养成护眼、护眼的好习惯!

亲身体验各种职业苦与乐

蛋糕,巧克力,汉堡是怎样做成的?警察局,消防局,银行是怎样办公的?3月29日,本报50名小记者带着疑问



▲ 武道馆里,一名小记者正在接受动作指导。

来到了六月坡儿童之家。本次活动的主题为“来六月坡儿童之家,体验大人们的”

上午九时,家长们带领孩子来到了运河城二楼东区的六月坡儿童之家,虽然活动还没有开始,小记者们就已经按捺不住自己激动的心情了。在儿童之家工作人员的带领下,总算平静了小记者们每人分发了张体验票。

准备就绪后,小记者们在工作人员的带领下依次走进六月坡儿童之家,开始了“社会”之旅。“哇,好漂亮,好大的地方”,每一位小记者都惊讶的大声呼喊。小记者的情绪又开始高涨了起来,一边认真听着工作人员的讲解,一边参观每一个体验馆。

“首先,第一个是梦想商店,你们可以通过其他体验馆进行工作,赚到的钱来这里买东西”,工作人员细心的讲着每一个体验馆的内容,接下来还有银行、电视台、消防局、警察局、蛋糕坊等26个体验馆。待工作人员讲完后,小记者们早

已迫不及待要进行体验了。“坦白从宽,抗拒从严”,在“警察局”体验馆里,孙金政、李俊翰等小记者与工作人员体验了抓小偷、审犯人的游戏。满头大汗的他们享受着游戏所带来的快乐。来到“巧克力店”体验馆,赵可钰和韩哲凝正耐心的做着巧克力蛋糕,赵可钰说:“我最喜欢吃巧克力蛋糕了”。韩哲凝回答道:“我也喜欢吃,我们要珍惜巧克力,因为巧克力是树上的可可豆做出来的,做工很麻烦”。多么可爱的孩子啊!

游戏结束后,小记者李佳彤告诉记者:“来到六月坡儿童之家后,让我学到了很多知识,懂得了爸爸妈妈赚钱的辛苦,虽然是小小的体验,却蕴藏着大大的社会”。

“让孩子体味一下大人们的生活,身临其境,熟悉社会的规则,有助于培养孩子的适应能力和动手能力,多参加这样的活动对孩子的成长是很有帮助的。”许多家长表示道。

小记者 优秀作文秀

养成教育亲子体验促成长

济宁市霍家街小学三年级十八班 张润轩

在一个阳光明媚的星期天,我们齐鲁晚报小记者养成教育亲子体验在室内、室外开课啦!

首先,陈达教官吹口哨集合,把小记者及爸爸妈妈们分成五组。教官带着大家做了一个有趣的广播体操,一遍又一遍加快的广播体操的速度,锻炼我们全身的灵活能力,累得大家满头大汗。接下来,教官在每组里挑选了一名旗手,五组分别是红组、黄组、绿组、蓝组及紫组。我很幸运地当上了蓝组的旗手。

户外活动开始了,教官带着大家去仙营绿地训练场,每组旗手拿着鲜艳的旗帜带领组员出发了。外面风景

优美,圆圆的太阳像一个蛋黄,灿烂无比。

我们来到了训练场,教官首先让大家玩了一个小游戏,叫做“存钱罐”的游戏。“每名小记者相当于五角钱,围成一个内圆;每个爸爸妈妈相当于一块钱,围成一个外圆。”两个圆圈转圈,等教官说出存多少钱时,小记者及爸爸妈妈们就要抱在一起存够这些钱,落单的就要用屁股写一个字。游戏非常好玩,可是等教官说存六元时,我慌了。左看,右看,别人都找好队伍了,就我一个人还没入队呢!突然我看到妈妈那里正好五块五,我立即跑到了妈妈的怀抱里。活动真的让我好兴奋、

好开心,乐趣无穷。

下一个活动是“盲人与跛足”。游戏方法是:“首先小记者当盲人,爸爸妈妈们当跛足;然后是爸爸妈妈们当盲人,小记者当跛足。”一起去摘树上的气球来领取积分卡。比赛开始了,我和妈妈互相搀扶着向目的地慢慢前进,费了九牛二虎之力终于到达了目的地,可是摘气球的时候气球爆了,我们失败了,没有得到积分卡。这个游戏让我深深感受到了盲人是多么的不容易,多么需要我们大家的帮助和爱心。还让我明白了团结就是力量,坚持就是胜利的道理。这个游戏使我受益匪浅。

让我们都拥有一双明净的眼睛

济宁市霍家街小学三年级十五班 卢若冰

星期四,妈妈接我回家的路上,告诉我说:“小记者又有新活动了!”我兴奋地问:“什么活动啊?”妈妈说:“预防近视,保护视力的活动。”我很奇怪:我又不近视,干嘛要我去参加这样的活动呢?妈妈说:“你觉得自己视力很好吗?”我自信地说:“是啊!”

周六到了,妈妈带我来到了海关培训基地。到了三楼,就有叔叔给我一张表填上了我的信息。我拿着表来到了穿白大褂的阿姨那里,测一测我的视力。结果是我的右眼1.0,左眼0.8。我感觉还不错,对妈妈说:“我的视力很好吧!”接着,来自北京的专家苏洪泉教授给我们做了讲座。苏教授说:“我们的眼睛视力不好,原因很多,有遗传因素,有平时的用眼、卫生因素。”通过苏教授的讲座,我知道了近视的形成原理是因为我们用眼时间太长,使得

眼睛的睫状肌长期处于拉伸的状态,弹性变小,恢复到原来的样子,所以才逐渐地近视了。更令我震惊的是:我的视力并不像我想象得那么好,而且都已经濒临近视的边缘了。

听完苏教授的讲座,我们小记者们都去体验了一下OO治疗仪。在治疗仪里,我看到了很多漂亮的图片,其他小记者也有看到好玩的动画片的,在不知不觉中,我的眼睛得到了放松和调节。做完按摩之后,我又去测了一视力。我的右眼提高到了1.2,左眼提高到了1.0,还真的有效果耶!

通过这次活动,我学到了很多有用的知识,也深切地体会到保护眼睛的重要性。在今后的学习和生活中,我一定要好好保护自己的眼睛,千万不能让眼镜重重地压在我的鼻子上!让我们都拥有一双明净的眼睛吧!

山东省人民政府指定公物拍卖机构 鸿运拍卖公告

受有关部门委托,我公司定于2014年4月14日上午9时起,在济宁市公共资源交易网(www.jngszjy.gov.cn)采用网上竞价的方式公开拍卖以下22辆机动车:

2012年登记别克轿车5辆:鲁H0056G、鲁H0057G、鲁H0058G、鲁H0059G、鲁H0060G,参考价7万元/辆;2008年帕萨特轿车3辆:鲁H00029、鲁H00076、鲁H02709,参考价6.8-7万元/辆;2009年帕萨特轿车鲁HSY709,参考价9万元;2011年帕萨特轿车鲁HG7016,参考价11万元;2012年帕萨特轿车鲁HZ0019,参考价13万元;2006年桑塔纳轿车鲁HG0060,参考价2.5万元;2003年别克轿车鲁HC9760,参考价1.8万元;2005年别克轿车鲁HG837,参考价1.8万元;2006年别克轿车鲁H00048,参考价2.2万元;2007年别克普通客车鲁HGF069,参考价6万元;2009年长城牌普通客车2辆:鲁H00039、鲁HG3235,参考价2-2.5万元/辆;2010年长城牌普通客车鲁HCU596,参考价3.5万元;2013年长城牌普通客车鲁HGA265,参考价8.5万元;2006年五菱小型客车鲁HG0051,参考价0.55万元;2004年江铃轻货鲁HDS5323,参考价1万元。

有意竞买者,请于2014年4月10日17时前,持有效身份证件,到济宁市公共资源交易中心办理竞买手续后来我公司办理注册登记,竞买保证金每辆1万元,汇入济宁市招标投标中心账户。

展示时间:2014年4月9-10日9时-17时;地点:标的所在地。

报名时间:2014年4月1日-4月10日
详情请登陆济宁公共资源交易网或来电咨询。
联系地址:济宁市菱花南路王子酒店六楼南首。
联系电话:0537-2981369 13805379586
山东鸿运拍卖有限公司
2014年4月1日

山东中正拍卖有限公司拍卖公告

公司定于2014年4月11日15时通过济宁市公共资源交易网(www.jngszjy.gov.cn),采用网上竞价方式公开拍卖以下标的:

- 2010年12月鲁HV9917别克牌SGM7308ATA小型轿车一辆,参考价约17万元;
- 2010年12月鲁HY6516别克牌SGM7308ATA小型轿车一辆,参考价约16.6万元;
- 2012年9月鲁HVA111大众汽车牌SVW71810DJ小型轿车一辆,参考价约20.6万元;
- 2009年7月鲁HX0166雅阁牌HG7203AB小型轿车一辆,参考价约11万元;
- 2009年7月鲁HZ0057雅阁牌HG7203AB小型轿车一辆,参考价约10.5万元。

展示时间、地点:公告之日起拍卖日前止,标的所在地。

办理手续:意向竞买人请到“济宁市公共资源交易中心综合交易窗口”进行有关手续的办理,领取USB(加密)锁。于2014年4月10日下午17时前,以电汇或网上银行方式将每个标的壹万元竞买保证金汇入济宁市招标投标中心帐户(网上报名系统自动生成帐户)。

报名时间:2014年4月1日—2014年4月9日
报名方式:网上报名(www.jngszjy.gov.cn)
咨询地址:济宁市环城西路豪丰庄园营业房北1号
咨询电话:0537-2655178 15653711981 15563760666
山东中正拍卖有限公司
2014年4月1日

济宁北京商鲲教育高乘学校

学校隶属于北京商鲲教育集团,集团拥有第一家以高铁命名的旅游学院和高铁乘务员学校,专为各铁路局培养高乘技能人才,现学校诚招初中或高中以上毕业的有志青年,面试通过后,即入校签约就业协议,确保100%安置,就业岗位阳光、体面、高薪。报名电话:0537-2365855(孔老师) 15753766555(刘老师)
报名地址:济宁金宇路3号(济宁职业技术学院明德楼10楼西首)

拍卖公告

受有关部门委托,我公司定于2014年4月9日上午10时在济宁天成拍卖有限公司拍卖大厅,依法对以下标的进行公开拍卖:

济宁市第七中学大门北沿街楼北楼二层、三层、四层5年租赁权,建筑面积约718m²,参考价:16万元/年。

有意竞买者持有效证件于2014年4月8日16时前到我公司办理竞买登记手续,同时交纳竞买保证金人民币2万元整,以到我公司账户为准(不成交不计息退还)。

展示时间、地点:公告之日起标的所在地展示
联系人:刘娜 2985000 13705375294
联系地址:济宁市吴泰闸路103号
济宁天成拍卖有限公司
2014年4月1日

金牌专栏

★ 一次性交费五次者,赠送一次 一次性交费十次者,赠送三次
★ 规格:5.7X4.5cm 单价:300元/次★ 每次刊登不得超过两个单位