

青少年成长励志冬令营开营啦

想要丰富寒假生活 赶快报名参加吧



小记者到西餐厅学习用餐礼仪。

本报记者 杨东辉 摄

本报讯（记者 张玲玲）学书法、做手工、了解西餐礼仪、参加拓展训练……看到这些活动，您心动了吗？这都是2018年寒假青少年成长励志冬令营安排的活动。2月5日，在新闻大厦6楼，由漯河日报社小记者俱乐部组织的2018年寒假青少年

成长励志冬令营正式开营。“恭喜你成为冬令营的一员！”漯河日报社小记者俱乐部主任杨东辉为学员们颁发了象征冬令营学员的小红帽，这也代表着2018年寒假青少年成长励志冬令营正式开营。简短仪式之后，首节书法课开始授课。从汉

字的起源、延伸与发展，到汉字中蕴含的做人的道理，书法老师杨红杰关于汉字的讲解令孩子们听得津津有味。“没想到汉字背后还蕴含着这么大的内涵，收获真大。”小记者郭宇航说。

“除了增长知识，与孩子坐在一起听老师讲课、和孩子一起做手工、参加社会活动，也拉近了与孩子的距离。”和孩子一起听课的家长潘登说。

“成立冬令营的目的就是丰富孩子们的假期生活，提高孩子们动手和社交等素质。为了增强孩子们的参与性，漯河日报社小记者俱乐部特设置了与众不同的课程，上午安排书法课和手工课，下午安排西餐礼仪、团队拓展、真人CS、朗诵者等社会实践活动，让孩子们快乐地度过一个充实的假期。”杨东辉说。

如果您也想让孩子度过一个别样的假期，请抓紧时间报名吧。

咨询电话：3134517
18739565758（微信）

小记者变身糕点师



小记者向记者展示自己做的蛋糕。

本报记者 杨东辉 摄

本报讯（记者 杨东辉 实习生 李宜书）2月5日下午，一批来自郾城区实验小学的小记者兴高采烈地走进了米罗阳光餐厅参加“DIY蛋糕制作”活动，变身小糕点师，现场设计并制作属于自己的蛋糕。

洗手消毒后，小记者们领到了制作蛋糕的纸杯、蛋糕坯、奶油等材料。店内糕点师先为大家示范，将蛋糕坯撕成小块装在一个纸杯中，然后均匀的将奶油涂抹在杯子中，与杯沿齐平。通过挤压奶油设计造型，不一会儿，奶油制成的花朵便活灵活现地呈现在大家眼前。

“这有什么难的呀，我也可以。”糕点师刚刚放下手中的蛋糕，小记者们纷纷交头接耳的议论起来。小记者按照糕点师刚刚的步骤，一步一步小心翼翼地动起手来。撕蛋糕坯、涂奶油、设计花型……虽然步骤简单，但在孩子们手中却状况百出。“哎呀，奶油不听话，跑出来了！”“这朵花怎么站不那里呢？”

第一次体验，虽然过程曲折，大家仍拿出了十足的劲头，互帮互助，一口气做了四个小纸杯蛋糕。在制作过程中，小记者们还不忘加上自己的小创意，在最上面一层摆上一个特制的笑脸或者独特的造型。一位小记者做完蛋糕后，手上沾满了奶油，他一边舔着手指，一边欣赏着自己的作品，逗得大家哈哈大笑。

小记者王诗曼告诉记者：“今天做DIY蛋糕让我明白了，只有通过自己的努力获得成功，才是最值得骄傲的。”不少小记者表示，自己亲手制作的第一块蛋糕，一定要送给妈妈品尝。

学习爱眼知识 增强爱眼意识



医生在帮小记者检查视力。

□文/图 本报记者 陈金旭

眼睛是心灵的窗户，正在成长阶段的小记者们更应该注意爱护自己的眼睛。2月5日，小记者们走进位于市区辽河路的视立美青少年视力健康管理机构检查视力，学习爱眼护眼知识。

检查视力

当天上午，30多名小记者走进视立美青少年视力健康管理机构，验光师们先为他们进行了视力检查。只见他们依次站在与视力表相距五米的距离，用挡板遮住眼睛，随着验光师的指示，用手指指示眼睛看到的方向。

“我的右眼看得特别清楚，左眼看最后一行的时候有点模糊。”小记者王睿晰告诉记者。另一位小记者测完视力后十分兴奋地说：“我的双眼看视力表都十分清晰，我以后一定得继续保持。”验光师们还为几位视力模糊的小记者进行了验光，并提醒他们注意保护视力。

做眼保健操

了解自己的视力，不少小记者意识到了保护眼睛的重要性。那么该如何保护视力呢？视立美青少年视力健康管理机构的高级验光师夏老师一边播放动画版的眼球保健操，一边亲自示

范，教小记者们做眼球保健操。小记者们一边观看活泼可爱的动画形象，一边跟着夏老师学习。只见他们时而晃动自己的手指，眼睛随着转动。小记者王瑾萱一边回顾眼球保健操的动作，一边告诉记者：“这个眼球保健操和在学校里做的眼保健操不太一样，但做完以后，眼睛很舒服。”

学护眼常识

接下来，夏老师从遗传、用眼习惯等几个方面讲述了形成近视的原因，为小记者们讲解了如何科学地保护视力和预防近视。夏老师请出一位小记者为大家示范正确的坐姿和握笔姿势。这位小记者在夏老师的指导下，在椅子上坐得端端正正，胸口距离书桌一拳，眼睛距离书本一尺，指尖距离笔尖一寸。

“为了减少视力疲劳，看电视的时候眼睛必须达到距离屏幕对角线的6到8倍。每天看电视、电脑不要超过1小时。多参加如乒乓球、羽毛球、踢毽子等益于眼睛的运动。”夏老师提醒小记者，除此之外，还应该注意用眼卫生，不要用脏手揉眼睛，看书写字一段时间后向远处眺望几分钟。

夏老师说：“希望通过这次活动能让小记者们意识到近视的危害，养成良好的用眼习惯，保护自己的视力。”

漯河日报社小记者俱乐部 开办新闻写作培训课



小记者回答徐老师的提问。

本报记者 杨东辉 摄

本报讯（记者 杨东辉）“什么是新闻？”“怎样写新闻？”“怎样成为一名优秀的小记者？”带着一连串的问题，2月4日，漯河日报社小记者期待已久的2018年度小记者第一课正式开讲，百余名来自我市各学校的小记者参加了此次新闻写作培训。

漯河日报小记者俱乐部徐老师根据自己当记者多年

的经验以趣味新闻课、模拟采访等新的教学手段让孩子们在培训中时而捧腹大笑，时而陷入沉思，生动的教学让小记者们对于记者这个职业和新闻采访、写作有了初步的认识。刚刚加入漯河日报社小记者俱乐部的孩子们听得十分认真，一名来自伊坪小学的小记者告诉记者：“我今天知道了采访流程，首先需要介绍自己，然后列好采访提纲，还知道了采访时要尊重对方。比如刚才就有一位小记者在做模拟采访时没有介绍自己，也没有看着对方，采访时语气生硬，采访对象肯定会不高兴，也会影响采访质量。”

小记者齐子皓已经是第二次参加这个活动了，他告诉记者，自己很喜欢听徐老师的课，也非常喜欢采访，自己的愿望就是长大后当一名真正的新闻记者。

为更好的服务广大小记者，给广大青少年服务商家提供更为广阔的展示平台，漯河日报社面向全市、全省乃至全国征集2018年度漯河日报社小记者社会实践基地。漯河日报社小记者社会实践基地涉及范围广泛，可以是景区、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。

您还等什么？快与漯河日报社小记者俱乐部牵手，共同为青少年教育事业添把力，为企业创造美好未来。

基地招募热线：0395-6660909 13939500232（杨主任）