

探索“睛”彩视界 争当“光明守护者”

潍坊日报小记者走进潍坊眼科医院,在互动体验中学习护眼知识

12月20日,潍坊眼科医院三楼报告厅被装点成了一个充满科学与趣味的“眼健康乐园”。一群身着红色马甲、精神抖擞的潍坊日报小记者,在老师和家长的陪伴下,满怀期待地走进这里,参加由潍坊日报小记者团与潍坊眼科医院联合举办的“‘睛’彩视界 守护未来——眼健康嘉年华”主题活动。这场别开生面的活动,将枯燥的眼健康知识融入丰富的互动体验中,为孩子们开启了一段守护光明的探索之旅。



▲小记者积极参与互动。

□文/图 本报记者 周爽

沉浸式开场 从一枚“能量币”开启护眼之旅

当天下午1时刚过,潍坊眼科医院三楼报告厅入口处便热闹起来。在精心布置的签到处,一张张特制的“护眼能量币”等待着它的小主人。小记者有序排队,接过这些特别的“通行证”,眼神里充满了好奇。一旁的拍照打卡区,明亮的色彩、可爱的眼睛卡通图案吸引着大家,小记者摆出各种创意造型,在“咔嚓”声中定格下笑脸。

更有趣的是,专业的彩绘老师现场为小记者绘制各种护眼主题的面部彩绘,星星、彩虹、小动物环绕眼周,顷刻间,一个个“护眼小卫士”闪亮登场,现场充满了欢快气息。

知识课堂 探索眼睛奥秘,培养护眼习惯

下午2时,活动正式开始。首先,一场“你追我赶”的暖场小游戏迅速点燃现场气氛。通过手机摇一摇比拼,获胜的小记者赢得了额外的“护眼能量币”,笑声和欢呼声充满了报告厅。随后,眼视光专家黄旭东用浅显易懂的语言,为大家讲述了“视觉质量对人生的意义”,强调了保护好“心灵之窗”的重要性。他通过一幅幅对比鲜明的图片和贴近生活的例子,娓娓道来“清晰视觉如何照亮我们认识世界的道路”。小记者听得入神,家长们也不时发出“原来是这样”的感叹。

紧接着的“科普大课堂”将学习推向深入。大讲堂通过生动的课件,将复杂的眼球结构比喻成一部精密照相机,讲解近视是如何“悄悄发生”的,不仅传授了“一尺一寸一拳”的读写姿势秘诀,还重点介绍了“20-20-20”护眼法则——每近距离用眼20分钟,就眺望20英尺(约6米)外的景物至少20秒。小记者纷纷默念,并认真记在采访本上。



家长参与活动。

对话权威 面对面高举小手,提问直击要点

最受期待的“专家面对面”环节,让小记者从“聆听者”转变为主动的“提问者”。一只只小手高高举起,问题既天真又切中要点:“医生阿姨,吃胡萝卜真的能让眼睛变亮吗?”“如果爸爸妈妈都是近视,我是不是一定会近视?我能预防吗?”“有时候眼睛会痒,能不能用手揉”……面对这些充满童真又关乎健康的问题,专家团成员用孩子们能理解的语言耐心解答,消除了他们心中的疑虑。随后的互动抢答,成了检验学习成果的“擂台”,小记者争相用刚刚学到的知识赢取“护眼能量币”,现场气氛热烈又紧张。

活动中的“亲子挑战赛”同样精彩。“平衡之眼”小游戏不仅考验小记者的身体协调能力,更让他们在游戏中体验到视觉与平衡的密切关系。

最激动人心的时刻莫过于“光明守护者”奖杯的颁发。几位在活动中表现突出、积极学习护眼知识的小记者获得了这份荣誉,他们手捧奖杯,脸上洋溢着自豪的笑容。

活动最后,小记者用自己赚取的“护眼能量币”,兑换了糖葫芦、精美工艺品等礼品,并在指引下有序进行基础的视力检查。整场活动在知识性、趣味性与互动性的完美结合中圆满落幕。

小记者心声

给爸爸妈妈当“护眼监督员”

“活动太有意思了!我以前觉得保护眼睛就是少看电视,今天才知道有这么多科学方法。”潍坊日报小记者高辰汐扬着手中记满笔记的本子说,“我回家要当‘护眼监督员’,提醒爸爸妈妈也一起做。”

“我以前只知道看书久了要休息,今天才知道为什么休息、怎么休息才科学。”小记者董立依琳兴奋地分享道,“我最喜欢专家答疑环节,我的问题被回答了。以后我一定按医生说的,多到户外活动,少玩手机。”

小记者吴睿泽则对“科普大讲堂”印象深刻:“医生讲的眼球结构图太神奇了,我回家要画给爸爸妈妈看,告诉他们我是如何‘看见’世界的。我还学到了‘20-20-20’法则,以后每学习20分钟,就看远处20秒。”

小记者周明萱对互动游戏情有独钟:“在‘平衡之眼’游戏中,我闭着眼睛单脚站,晃得厉害,这才真正感觉到眼睛对保持平衡有多重要。这比光听讲座生动多了。”

家长赞誉

寓教于乐,在玩中学在问中悟

陪同参与的家长吴女士感慨道:“平时我们唠叨十遍,不如孩子来这里亲身体验一次。看到他在专家面前大胆提问,在游戏里认真体验,这种主动学习的状态让我们特别高兴。潍坊日报小记者团搭建的平台真好,活动既有专业高度,又充满童趣,真正做到了寓教于乐。”

“这种沉浸式的科普活动效果非常好。孩子刚刚跟我说,回家后要教爷爷、奶奶做眼保健操。活动不仅教给孩子护眼知识,更培养了他们的眼健康意识和责任感。非常感谢潍坊日报小记者团的精心策划和组织。”家长柳先生说。

家长杨女士也表示:“这种活动形式太好了!不是枯燥的说教,而是让孩子们在玩中学、在问中悟。看到孩子那么投入地听讲、积极提问,我们做家长的特别欣慰,这种积极的变化是最宝贵的收获。潍坊日报小记者团组织的活动不仅开拓了孩子的眼界,也让我们家长学到了很多家庭护眼的实用知识。”

本次眼健康嘉年华,通过构建一个集科学性、趣味性、互动性于一体的体验空间,成功地将爱护眼睛的种子播撒进了孩子们的心田。它不仅仅是一场活动,更是一次生动的健康素养教育,体现了潍坊日报小记者团在助力青少年全面成长、链接优质社会教育资源方面的积极作为,也彰显了专业医疗机构主动承担儿童青少年近视防控社会责任的担当。



彩绘老师现场为小记者绘制面部彩绘。