

新华小学小记者站专版

我是眼科“小医生”

本报小记者(新华小学4年级5班) 李梓睿

4月19日,在老师的带领下,我们新华小学部分晚报小记者来到鸿翔眼科视光院,参加“我是眼科‘小医生’”体验活动。

我们一进门,护士阿姨就让我们换上白大褂。看着镜子里的自己就像真的医生一样,我激动得心跳都快了。

之后,我们去测视力。排队等待的时候,我忐忑不安,心中好像悬着一块大石头似的。终于到我了,护士阿姨说我的视力很不错。听了这话,我心中的大石头才放下,我可不想当

“小眼镜”。接着,我们来到二楼,看到了一台同视机。同视机又名弱视镜、斜视镜,是诊断双眼视觉异常的机器,它超级厉害。听着阿姨生动的讲解,我们不知不觉间学到了许多关于眼睛的知识。

时间过得飞快,返程的时间到了,我们每个人都舍不得。在这次小记者活动中,我体验了一回当医生,了解了如何利用仪器检测视力,更懂得了如何保护眼睛预防近视,真的是太开心了。

(指导老师:吴玉茹)

一定要爱护眼睛

本报小记者(新华小学4年级5班) 高祎彤

4月19日下午,我怀着激动的心情来到鸿翔眼科视光院,参加体验活动。

进入大厅,映入我们眼帘的是宽敞的工作台和各式各样的仪器。在工作人员的引领下,我们见到了一台电脑验光仪设备,知道它是用来初步测量人眼睛屈光度数的仪器。工作人员还教我们如何使用它。于是,我们换上白大褂秒变成“小医生”。

接下来,我们参观了三楼的科普馆,了解了眼睛的结构,是由角膜、虹膜、晶状体、视网膜、玻璃体等组成的,也明白了眼睛不仅宝贵,还很脆弱。

那在这个数字时代,我们如何保护自己的眼睛呢?工作人员告诉我们,生活中要养成好习惯,坐姿要端正,学习时身体要离桌子一拳,眼睛要离书本一尺,握笔要正确,手指要离笔尖一寸,做到一拳一尺一寸;不要在光线太强或太暗的地方看书,不能长时间玩手机等电子设备;每天要坚持做眼保健操,长时间用眼后要远眺,多看绿色植物。另外,参加户外活动可以有效缓解视觉疲劳。

一双明亮的眼睛来之不易,我们一定要爱护眼睛。

(指导老师:吴玉茹)

校长寄语



我们借鉴贤哲睿智的思想,确定了“书香浸润、明理正心、儒雅人生”的教育核心理念,践行着“像花儿一样幸福开放”的校训,通过儒雅文化的熏陶,达到以礼雅行、以棋雅智、以艺雅趣、以书雅心、以诗雅情、以孝雅德,育儒雅学生之目标,打造“百姓家门口的名校”!

——新华小学校长
许建立

爱眼护眼,从我做起

本报小记者(新华小学4年级4班) 李代治

4月19日,我们参观了鸿翔眼科视光院,了解了保护眼睛的重要性。

我们一进门,各种五花八门的仪器便映入眼帘。工作人员先是给我们登记,然后让我们穿上白大褂,便开启了这次奇妙的旅程。

在工作人员的引领下,我们来到一个奇怪的仪器旁,它后边有一个巨大的屏幕,周围有一圈围栏。

工作人员介绍说:“这是VR体验机,它可以通过游戏的方式帮我们训练眼睛。”听到“游戏”二字,我们都跃跃欲试。

老师让我们排好队,一个一个体验。终于轮到我了。我选择了刺激的滑雪游戏。规则是这样的,摆动身子,控制滑雪

板,切记不要碰到木桩……我们都玩得不亦乐乎。

随后,工作人员给我们检测了视力,许多同学的眼睛都近视了,而我很幸运,目前眼睛还很健康。我暗暗下决心,一定好好保护眼睛。

如何保护好眼睛呢?工作人员给我们进行了详细讲解,眼睛是由角膜、晶状体、瞳孔、睫状体与视网膜等组成的。她叮嘱我们,不要吃太多甜食,不然对眼睛不好。此外,写字姿势也对视力有很大影响。

这次小记者活动让我认识到了保护眼睛的重要性,还学到一些保护眼睛的方法。爱眼护眼,从我做起!

(指导老师:裴新颜)



我是“小医生”

星星点灯



要少吃甜食

我们戴上VR眼镜,体验了滑雪闯关,很有趣。之后,工作人员给我们检测了视力,我的视力不是很理想,必须要注意保护眼睛了。

接着,我们参观了科普馆。听了工作人员的讲解,我了解了爱眼护眼要少吃甜食,坚持做眼保健操,多进行户外活动,保证充足的睡眠,不揉眼等。

本报小记者(新华小学4年级4班) 陈胤丞

学到很多知识

我们零距离了解了VR体验机。它的运行原理是用游戏的形式对我们的视力进行保护,戴上它就好像进入到真实的情境中,又好玩又新奇。

之后,我们参观了科普馆。科普馆里有很多关于眼睛方面的知识。参观中,我知道了眼睛是如何看到东西的,知道了近视分为轴性近视、单纯性近视、病理性近视以及怎样做才能爱护我们的眼睛等。

这次活动让我学到了很多知识。

本报小记者(新华小学4年级4班) 郑煜航

难忘的体验

本报小记者(新华小学4年级4班) 张晋豪

4月19日下午,我们新华小学部分晚报小记者参观了鸿翔眼科视光院。

我进去后第一感觉就是整洁干净,工作人员都穿着白大褂,虽然很忙但是一点也不乱,店里还有VR体验机,科技感十足。我们也换上了白大褂,体验就此开始。

听了工作人员的讲解,我知道了眼睛的结构。眼睛由眼球和眼附属器组成,眼球壁最外层是角膜和巩膜,内层是视网膜,眼球内有玻璃体、晶状体等。

工作人员把眼球比喻成照相机,有镜头有底片,视网膜就相当于底片,视网膜前所有的透明结构就相当于照相机的镜头,主要作用是使我们看到的物体成像在视网膜上。听了工

作人员的讲解,我才知道原来小小的眼睛里面却是如此的精细和复杂。

之后,我们走上盲道,体验了盲人的感受。眼睛看不到外界,一切都是黑暗的。一开始,我还感觉很新鲜,可是一会儿就难过起来。我们每天可以看到太阳、蓝天、白云,还可以看到亲切的老师、同学们,可是盲人眼前一片黑暗。作为一个视力正常的人,我们一定要爱护自己的眼睛。

通过这次参观体验,我下定决心,以后要好好保护自己的眼睛,少玩电子设备,读书写字姿势要正确,多进行户外活动。总之,我们的眼睛只有一双,我们要好好保护它。

(指导老师:裴新颜)



留住这一刻



瞧,小记者们多认真

保护好我们的眼睛

本报小记者(新华小学4年级5班) 黄羽祺

眼睛是心灵的窗口,如果没有眼睛,我们就看不见“人间四月芳菲尽,山寺桃花始盛开”的春天;如果没有眼睛,我们就看不见“接天莲叶无穷碧,映日荷花别样红”的夏天;如果没有眼睛,我们就看不见……

4月19日,我们新华小学部分晚报小记者到鸿翔眼科视光院参观,了解了眼睛的重要性,一旦眼睛看不见,很多美好的事物

都是黑暗的。

工作人员还细心地给我们讲述了保护眼睛的重要性,告诉我们如果出现眼睛近视,要及时配戴眼镜并定时做眼保健操;如果发现自己眼睛近视了,却不及时配戴眼镜,那么近视的度数就会上升。所以,我们要爱护眼睛,保护眼睛,尽量少玩电子产品,多进行户外活动。

本版摄影 聂影