教育导报

Education Guide

在这里，见证教育的无限可能……

国内统一刊号：CN51-0052　邮发代号：61-141　第77期　总第3842期

家教周刊

2023年8月19日　星期六　今日4版　四川省教育厅主管　四川省教育融媒体中心（四川教育电视台）主办

教育导报微信号　教育导报网

青春在激扬中闪耀，生命在运动中绽放。第三十一届世界大学生夏季运动会已经圆满落幕，孩子们作为成都的小主人翁，在大运会中参与了什么、收获到什么？大运会期间，成都市武侯家长学堂邀请到四川师范大学体育系教学论教研室主任张晓林、四川大学附属实验小学的师生代表，以及大运会的志愿者代表等嘉宾，一起为我们讲述大运会背后的故事。

全家总动员，玩转大运会

■ 本报记者　张文博

录制大运推广曲　彰显成都风采

“太阳鸟飞过的地方，鸟语花香城市中徜徉，遇见自己未来的模样，坚定信念我们启航……欢迎来成都，成就你梦想，信仰需要拼搏才怒放；欢迎来成都，你就是最强，分享胜利和渴望……”随着充满能量与活力，歌词向上、乐观、富含活力，旋律悠扬、动感、朗朗上口的大运会推广曲《城市的翅膀》响起，川大附小合唱团的孩子们用歌声向全世界发出邀请。

“当我知道要去参加大运会推广曲演唱的时候，心情特别特别激动。”川大附小学生姚竞汝连着用了两个特别来表达自己的心情。原本她以为只是在学校演唱，后来才知道是和成都市广播电视台童声合唱团一起，代表全市少年儿童演唱大运会推广曲《城市的翅膀》，用8种语言化作城市飞翔的翅膀，向全世界发出邀请，欢迎大家来成都做客。“在那一刻，我更加自豪了。”在短短的时间内，姚竞汝和同学们利用大课间和延时课的时间认真排练，就连晚上回到家，爸爸妈妈也会陪着她继续练习。

听着姚竞汝的讲述，川大附小老师马双双的脸上露出了由衷的笑容。回忆起5月18日那天，学校接到电视台的邀请，大家既兴奋又担忧。兴奋的是这是个非常难得的机会，可以面向全世界展示孩子们的风采；担忧的是时间紧，任务重，要赶在“六一”前完成拍摄。没有过多的犹豫，马双双和合唱团的孩子们当天下午就开始排练，用短短一周的时间就完成了录音，紧接着又进行校内校外的场景拍摄。“虽然牺牲了课余时间和周末时间，但这个付出是值得的，这次拍摄可以说是大家终生难忘的记忆。”马双双为参加此次录制的孩子们感到由衷的骄傲和自豪。

“成都大运会，是一场与每一位成都市民息息相关的盛会，孩子们更应该积极参与。”四川师范大学体育系教学论教研室主任张晓林说，孩子们在参与过程中，可以认识家乡的各类体育场馆、在音乐中感受体育文化、在比赛现场或电视机前关注自己感兴趣的赛事、了解喜欢的运动员背后的故事、感受运动健儿们的拼搏精神……在成长过程中种下体育和文化的种子，有一个更好的发展。

家门口的赛事，充满教育契机

从申办大运会成功那一刻开始，“爱成都、迎大运”的热潮就席卷了整座城市，每个人都在尽自己的努力为大运会添砖加瓦。由此可见，一场世界综合性的体育赛事的举办，不仅能让成都人自豪，也能够利用这次机会好好地宣传家乡的文化底蕴。

2022年3月，由共青团成都市委与成都市广播电视台共同发起的“千年梦想蓉宝说”天府文化微视频街拍活动，面向全市青少年征集了以成都文化、历史、名胜、景观、美食等主题的微视频作品。征集活动自开展以来，受到全市青少年的广泛关注和热情参与。

“Cheng du, a beautiful piace as ‘Rong’, also known as ‘Rongcheng’ and ‘Jincheng’.”随着视频镜头的切换，来自成都龙江路小学武侯新城分校的谢涵予用一口流利的英语介绍着成都的人文历史。这条只有两三分钟的短视频是谢涵予和爸爸妈妈一起努力的成果，爸爸负责录制和后期制作，妈妈指导文字内容，谢涵予就利用学习之余的时间练习口语表达。

“整个过程就是累并快乐着。”谢涵予最难忘的就是在烈日下，一次又一次反复录制。同时，她也在拍摄过程中，发现很多人都在坚持锻炼身体，从他们身上谢涵予看到了敢于挑战的勇气和永不服输的劲头。也是在这种精神的鼓舞下，全家人克服了种种困难，最终完美呈现了视频内容。

“Welcome to Chengdu, this is a vibrant and charming city.I have got everything ready for this summer party.”在另一条视频里，来自成都科华中路小学的胡早闻身穿运动服，从操场跑道出发，走街串巷介绍成都独特的饮食文化和深厚的历史底蕴。视频中的她年龄虽小，却落落大方，充分展现出成都少年儿童的蓬勃朝气和文化自信。

抱着助力大运会的心愿，胡早闻全家决定通过短视频展现成都的文化底蕴，同时让世界看到成都高速发展的建设成果。拍摄第一个镜头，胡早闻就在跑道上摔了一跤，很痛，当时她就闹情绪不拍了。爸爸告诉她，要像参加大运会的哥哥姐姐们一样，追逐梦想，克服困难，磨炼坚韧的品格。最终，她坚持了下来，实现了助力大运会的心愿。

一次小小的大运会短视频活动，营造了一家人齐心协力的家庭氛围，更让孩子在参与过程中收获了不怕困难、不畏挫折的体育精神。“这场在家门口举办的体育盛宴，是每个家庭亲子活动难得的契机。”张晓林表示，不管是带着孩子去现场观看比赛，还是鼓励孩子积极参加大运主题的青少年活动，或是在日常生活中用文明言行展示成都人的风貌，这些实践都能让孩子收获和成长，也能让家庭氛围更加和谐、融洽。

了解科技运用，激发探索兴趣

从社区到校园，从赛场到街头，大运会给成都带来的不仅是一场体育盛会，更是带动体育产业发展的引擎，培育市民文明风尚的沃土。大运会举办以来，我们的城市到底有哪些变化呢？

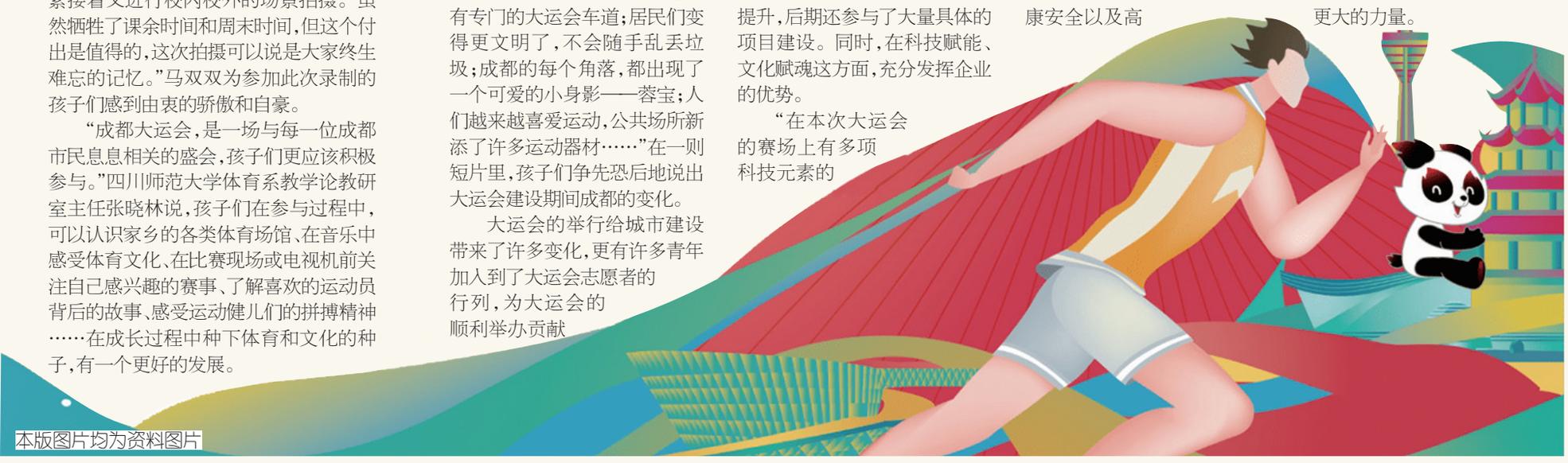
“我感觉成都的环境变得越来越好了。大街小巷都粘贴有各种各样关于大运会的标识，社区和城市都变得很干净，二环高架上开满了朵朵的鲜花，街道上有专门的大运会车道；居民们变得更文明了，不会随手乱丢垃圾；成都的每个角落，都出现了一个可爱的小身影——蓉宝；人们越来越喜爱运动，公共场所新添了许多运动器材……”在一则短片里，孩子们争先恐后地说出大运会建设期间成都的变化。

大运会的举行给城市建设带来了许多变化，更有许多青年加入到了大运会志愿者的行列，为大运会的顺利举办贡献自己的力量。“当我们能够通过自己微薄的力量，来助力大运会在成都举办的时候，我觉得是一种幸运，更是一种幸福。”大运会志愿者代表向昱松说。

本次大运会的赛场上，还有很多高科技技术的呈现。田径、射箭、撑竿跳高等比赛项目均有高科技的助力。作为参建企业之一的力方集团不但前期参与了顶层策划，进行文化的挖掘和提升，后期还参与了大量具体的项目建设。同时，在科技赋能、文化赋魂这方面，充分发挥企业的优势。

“在本次大运会的赛场上有多项科技元素的集中呈现。据报道，一共有170多项的专用技术运用在大运会的整个比赛过程当中。”张晓林以击剑运动项目为例，每个击剑运动员身后都有一个长线盘，这个长线盘就是高精尖的电子传感器，可以辨别哪一个运动员最先击到对方的身上，帮助裁判做出精确的判罚。还有撑竿跳高用的器材，是由最先进的玻璃纤维制成，这些器材对运动员的健康安全以及高素质成绩的取得也埋下了科技的种子。

对于青少年群体来说，这是一次生动的科技教育。张晓林表示，家长可以带着孩子了解科学技术在体育运动和赛事上的创新与运用，激发孩子对科技探索的兴趣，在孩子的心里埋下热爱科技的种子。回归到课堂上，他会在学习的过程中，探寻科技的奥秘，为国家的科技发展贡献更大的力量。



本版图片均为资料图片

七日谈

暑假账单再长，买不到“诗和远方”

■ 苏银成

这个暑假，为了让孩子能过上“诗和远方”的生活，家长们也是蛮拼的。别人家孩子有的，我的孩子也要有，不仅研学游、出国游、上兴趣班、打比赛、看演出等项目火爆，还在“见证火箭发射”“浅浅地环游世界”等不常见的项目上比着花钱。

这个暑假，是三年疫情过后第一个出行不受限制的暑假，研学游、出国游、各种高消费夏令营等活动火爆，在人们的预料之中。但是，家长们用少则几万元、多则十几万元的高额消费为孩子购买“诗和远方”，并且还一个赛一个比着花钱，就着实有些令人费解了。在攀比及炫耀中，钱花了很多，但孩子只是到了远方却没有看到远方的现象并不少见。有些高消费项目，孩子们连快乐的体验都没有，更别提“诗”了。

在比着花钱时，有些家长是由于人生观及消费观使然，认为花钱越多，孩子的暑假生活质量就会越高。这部分家长不仅在这个暑假有大手笔的金钱投入，在孩子日常学习生活中，消费水平也远超实际需要。

也有很多家长心里清楚用钱是买不来“诗和远方”的，甚至还会将这种攀比及炫耀传导给孩子。特别是部分高额收费的类似于“见证火箭发射”等项目，孩子们大多是在几十公里之外远远地打个卡而已，但家长们为何还愿意当这个冤大头呢？这种现象会不会在以后的暑假再次出现呢？有些不仅没让孩子们快乐，甚至让人窝火的项目会不会影响他们对社会的认知？这些问题必须要引起家长们的反思。

家长希望孩子过一个有“诗和远方”的暑假，出发点并无不妥。但是，“诗和远方”不是去了哪里以及花了多少钱的比拼，而是根据孩子的需要以及家庭的实际情况，量力而行，为孩子提供有助于丰富实践的生活体验。

以家庭研学游为例，应该去哪里游？怎么游？例如：部分学生有美术天赋并对绘画非常感兴趣，家长应带他们到名山大川写生；部分学生对文学创作感兴趣，可带他们到文学巨匠故里参观；部分生活在大都市里的孩子，不应将目光重点盯在出国研学游上，还应带他们到经济欠发达的边远地区体验生活……每个孩子需求不同，诗和远方也不同，研学游设计自然也不相同。

暑假前半段，关于研学游的各种吐槽就在媒体上此起彼伏出现；暑假后半段，家长们无奈地晒出各种未能达到物有所值的暑假消费账单。有相当多的家长吐槽钱包空了很多，但这份账单孩子却不买账。

这个暑假即将结束，暑假过得怎么样？每个学生及家长都有自己的体验。与那些砸了很多金钱却未能买到“诗和远方”的家庭相比，部分孩子的暑假却过得很充实，他们花钱不多，没有用脚丈量距离上的“远方”，却凭借良好的家庭教育及自律能力勾勒出有诗意的暑假，看到了精神上的“远方”。

生活百科

提醒：防晒喷雾千万别对脸喷！

天气炎热，正是需要防晒的时候。近几年，防晒喷雾成了网红产品，不少父母喜欢出门前给孩子喷点，方便又清凉。

然而，近日湖南长沙一位小伙外出前对着面部喷防晒喷雾时，一不小心误吸，随即出现胸闷、咳嗽的症状，一直持续到第二天仍未好转，他急忙来到长沙市第三医院就诊。经检查，肺部CT片显示双肺呈现大范围白色样病变，报告提示“白肺”。只是喷个防晒喷雾，肺部怎么受损了？

“白肺”一般是指重症肺炎在X线或CT检查下的表现，患者肺部呈现一大片的白色状态，往往会出现呼吸困难、呼吸衰竭，严重者还会出现其他脏器功能障碍。

长沙市第三医院放射影像科的接诊医师表示，除了感染、弥漫性肺泡出血综合征等“白肺”最常见的病因外，吸入有害物质如粉尘、喷雾等，也可导致肺部出现大范围白色样病变。这位年轻的患者就是因为使用不当，吸入了一部分防晒产品进入肺部，导致“白肺”的发生。

防晒喷雾还容易“引火上身”。2022年，辽宁省沈阳市一位爸爸在出门时给孩子喷防晒喷雾，但没留意孩子在玩打火机，防晒喷雾秒变“喷火枪”，瞬间发生爆燃，火焰包围孩子整个脸部，场面非常吓人。所幸，经过检查治疗，孩子无大碍，只是皮肤轻度烧伤。

此前，消防员也曾做过实验，用鸡腿模拟人的皮肤，在喷上防晒喷雾约5秒后，拿出点火器点火，此时鸡腿突然着火，还伴有滋滋的声响。

据消防部门介绍，市面上的防晒喷雾等防晒产品，成分里面都含有变性乙醇、丁烷、异丁烷等可燃物，遇到火就会燃烧。当人的皮肤上大量涂抹这种防晒喷雾时，遇到明火便会着火。

带孩子出门，做好防晒很重要。致“白肺”又易燃，防晒喷雾还能用吗？医生提醒：使用防晒喷雾时应当注意适量原则，喷洒时尽量遮住口鼻，不建议直接对着面部喷洒，而应将防晒产品喷到手掌上，然后在脸上涂抹均匀。在使用防晒产品后，若出现过敏或其它身体不适时，应立即停止使用并及时前往医院就诊。

使用防晒喷雾时还应注意什么？

选用温和无刺激、适合自己肤质的产品。如果对酒精不耐受，不要选用含有酒精的防晒喷雾。

因个人肤质不同，首次使用前可以把少量防晒喷雾涂抹在耳后、肘关节内侧等部位进行皮试，确定无不适反应以后再进行使用。

使用防晒喷雾时主要喷洒在身体部位，使用时与皮肤至少保持15～20厘米的距离。使用于面部和颈部时，请先喷洒在手上，然后用手均匀涂抹。若不慎入眼，要立即用水清洗；如有不适要暂停使用。

不要在肌肤伤口、红肿或湿疹等有异常的部位使用防晒喷雾。

不要在同一个身体部位近距离（如10厘米内）连续喷射超过3秒，防晒喷雾中的推进剂喷出后会迅速挥发吸热，长时间或者近距离使用可能会冻伤皮肤。

不要在卫生间、车内等狭小密闭不通风空间内使用，喷洒时要注意通风，使用时紧闭口鼻，勿刻意吸气，避免大量吸入喷雾。

应放在儿童接触不到的地方，儿童应在成人监护下使用防晒喷雾。建议给儿童选择配方温和、标识有儿童化妆品标志“小金盾”的防晒产品。

防晒喷雾中通常含有易燃物质，请存放在阴凉干燥通风环境中，避免阳光直晒。使用时应远离火源、热源、静电，不得撞击产品，不得将产品或使用完的空罐刺穿或投入火中。

（本文来源首都教育）