

书写更精彩的篇章

箭盘山小学2020级(2)班 张轩瑜

11月23日，我很荣幸地参加了柳州晚报“小记者”团20周年庆祝活动，亲眼见证了这个大家庭20年来结出的累累硕果。

上午9时，庆祝活动开始，整个会场座无虚席。我们先观看了来自全国各地的“小记者”团给柳州晚报“小记者”团发来的祝福视频，其中最有力量的要数吉林的“雾凇小记者”团了，他们清脆的声音，让我们隔着屏幕都能感受到这份来自北国的诚挚祝福，让我们心里暖暖的。

我们还在现场观看了许多精彩表演，最让我难忘的是八中的何子畅哥哥演唱的《天地龙鳞》，整首歌唱出了气势，鼓舞人心，让听众们热血沸腾。

到了颁奖环节，我很激动地上台领取了属于自己的“卓越‘小记者’”奖。回忆晚报“小记者”团每一次活动带来的惊喜，让我的学习生活更加充实，让我的眼界得以拓展，更让我的写作水平日渐提升，我对写作的兴趣也随着见报文章数量的增多而变得越来越浓。感谢老师们的认可与栽培，更感谢晚报“小记者”团这个平台！这份荣誉不仅是对我过往努力的肯定，更是对我今后的期许。

以后，我将怀揣热爱与初心，以笔为舟、以梦为马，在文字的海洋中继续遨游，用真诚与执着，与晚报“小记者”团一道书写更精彩的篇章。

身边榜样 照亮梦想

民族实验小学三年级(6)班 陈俊宇 指导老师：何秋娟

那个初冬的早晨，阳光柔和而温暖，我怀着激动的心情，到柳州樱花谷农业园参加“芳华二十载 焕新再出发”柳州晚报“小记者”团成立20周年庆祝活动。现场热闹极了，充满了欢声笑语！

活动内容可丰富了，单是文艺演出，就有打架子鼓、武术表演、舞蹈、手风琴独奏、独唱等，各有各的精彩。最让我惊喜的是，活动最后，工作人员推出来一个超大的长方形生日蛋糕，上面写着“柳州晚报‘小记者’团20岁生日快乐”。蛋糕周边摆满了水果和饼干，还点缀着小花，非常漂亮。我们排着队，每个人都领到了一块香甜的蛋糕，开

心极了。

颁奖时刻，当听到“卓越‘小记者’卢榕玥”时，我高兴得跳起来使劲鼓掌——榕玥姐姐得到这个奖，我非常高兴，她可是我的好朋友啊！她站在领奖台上捧着证书，眼睛亮晶晶的，脸上洋溢着自豪的笑容。我真为她骄傲！此时，我心里既羡慕又充满了动力。

榕玥姐姐对我说，她这一年在《柳州晚报》发表了多篇文章，在投稿前，她经常为了修改一句话反复推敲。而我刚刚加入“小记者”团，她的一番话语瞬间让我明白，每一份荣誉的背后都离不开努力和坚持。

活动结束后，榕玥姐姐的妈妈对我们说：“‘小记者’团过20年，你们要继续拿起笔，记录身边的美好。”我用力点头，暗下决心：我要认真观察生活，用心写作，争取早日让自己的文章刊登在报纸上。相信只要努力，总有一天我也能像榕玥姐姐一样，昂首挺胸站上领奖台。

一次医学探索之旅

雀儿山路小学2020级(3)班 全虹任 指导老师：唐文英

一个星期六上午，妈妈带我和弟弟到市工人医院参加晚报“小记者”研学活动。因为我的梦想是当一名医生，所以对这次医学探索之旅充满了期待。

我们在市工人医院门诊部一楼的健康大讲堂集合，在那里，我穿上了心心念念的白大褂，感觉神气极了！

在医生的带领下，我们先来到了中医科候诊室。医生给我们讲解了四季进补的常识，还介绍了“望闻问切”等中医诊断方法，让我学到了很多有趣的中医知识。接下来我们来到药材室，里面有各种药材，医生耐心地讲解了它们的用途。

最让我感兴趣的是在艾灸室的体验。艾灸室里有一个姐姐在做艾灸。艾灸就是把一个小盒子放在身体的一个穴位上，小盒子里有燃烧的艾草，通过艾灸达到治疗的目的；而艾草燃烧产生的烟气，会通过上方的吸烟器被吸走。讲解时，医生还教我们认识了耳朵上的一个穴位，说每天揉一揉就能够保护视力，让眼睛更健康。

接着我们前往检验科。护士姐姐先给我们模拟了抽血过程，详细讲解了抽血的方法和注意事项，然后检验科的医生带我们进入验血实验室。这个实验室真大呀！里面非常明亮，许多台机器在同时运行着，几名医生正专注地进行血液检验工作。

穿过实验室，我们来到显微镜室。这个房间虽然不大，但设备齐全，特别是一台可以让6个人同时观察的显微镜格外引人注目。医生先展示了一张血液细胞结构图，向我们详细解释说：“你们看，这个外面一圈是红色、中间呈白色的是红细胞；这个外面有一圈白色、中间是紫色的不规则形状的是白细胞；而这些紫色的小点就是血小板。”他继续用生动的比喻告诉我们，“红细胞就像勤劳的快递员，把氧气输送到身体各个部位；白细胞如同忠诚的警察，吞噬入侵的病毒；血小板则像细心的维修工，在我们受伤时迅速封住伤口，防止病毒侵入身体。”接着，我们来到显微镜旁，我仔细观察了血液细胞的结构，发现真的和医生说的一模一样，真是太神奇了！

参观完检验科，我们下到一楼，观看了有关狂犬病知识的表演，知道了在被狗或猫抓伤后如何预防狂犬病。这些知识既有趣又实用。接着，一名骨科医生走过来，教我们学习在户外或学校不小心骨折时的急救、包扎方法。我按照医生的指导，尝试用布条为同伴包扎受伤的手臂，这个动手环节让我印象深刻。

活动最后，我们拍照留念，每人还获得了一份纪念品和一张“毕业证书”。这次研学活动，不仅让我学到了很多医学知识和急救方法，更加坚定了我想要成为一名医生的决心。

探索人体骨骼的奥秘

鹅山路小学2021级(3)班 黄覃苒

一个周末，我怀着兴奋的心情走进柳州市工人医院，参加了一场名为“童心探医趣 健康伴成长”的柳州晚报“小记者”研学活动。活动中，我们依次到中医科了解中医文化，到检验科观看血液检验全流程，在全民健康大讲堂中，我们还学到了许多关于人体骨骼的知识。

大家都知道，人体如果没有骨骼，根本就站不起来、走不动路。骨骼就像我们身体的“支架”，默默支撑着我们的身体，帮助我们完成每一天的活动。

当我们还是婴儿时期，就已经有了大约300块骨头；而到了儿童时期，我们有217块骨头；到了成人时期则只有206块骨头。大家可能会疑惑：为什么越长越大，人体的骨头却越来越少？全民健康大讲堂的医生给出了解释：这是因为有些小骨头在我们成长过程中，会像拼图一样慢慢融合在一起，变成一块更大的骨头，这样我们的骨骼才会更结实！

以前我总以为骨头是实心的，像石头一样，其实不然。医生让我们观察了骨骼模型，原来骨头内部是空心的，里面有骨组织、骨髓和骨膜。骨髓就像一个24小时不停工的“魔法工厂”，负责

制造血细胞，红细胞是运输氧气的“快递员”，白细胞是打败病菌的“卫士”，血小板则是修补伤口的“修复专家”，而骨膜就像一件贴身防护服，紧紧保护着骨骼的健康。

当然，骨骼有时也会遇到麻烦，比如骨折、脊柱侧弯等等。医生因此提醒我们，平时要多吃含钙食物，比如牛奶、豆制品，要多晒太阳、多运动，坐姿要端正——“站如松，坐如钟”，这样才能让骨骼更强壮，才能保护好我们的脊柱。

通过这次研学活动，我深深感受到：人体骨骼真是一位了不起的“超级英雄”！它默默守护着我们，让我们能跑能跳，健康成长。我们也要好好爱护它、保护它，不让它受伤。

