

植此青绿，共赴春光

——孟河中心小学红领巾寻访小队前往天合田园“智慧绿能”行动纪实

3月18日下午，阳光明媚，春风和煦，孟河中心小学红领巾寻访小队的队员们身着整齐的校服，胸前飘扬着鲜艳的红领巾，满怀热情地走进天合田园生态基地，在春日里开启了一场以“识百草·制堆肥·植新绿·创微景”为主题的劳动实践活动。

活动伊始，同学们在基地导师的引导下踏入中草药种植区。香茅、玫瑰、五色梅、金银花等数十种药材在暖阳下舒

展枝叶，空气中弥漫着清甜的香气。行至堆肥区，孩子们认真聆听着注意事项，戴上手套，将干草、鸡蛋壳、咖啡渣与牛羊粪便分层堆叠，静待几个月后化作滋养土地的“黑金土”。植树时，同学们在老师的带领下，分工协作：有的挥动铁锹挖出整齐的树坑，有的小心翼翼地扶正树苗，有的提着水桶为小树浇灌“生命之源”。尽管汗水浸湿了衣衫，泥土沾满了双手，但红领巾们的脸上始终洋溢着灿

烂的笑容。同学们还给每棵树悬挂了自制“寄语牌”，留下对树苗最美的祝福。最后，同学们移步基地创意工坊，将多肉植物与碎石、蓝沙巧妙组合，搭配微景观模型。

以劳树德，以绿育人。这场别开生面的植树活动，不仅为大地增添了一抹新绿，更在少先队员心中根植了生态文明的火种。

孟河中心小学 雷佳敏/文 林中坤/摄



孟小植树活动现场



孟小植树节科普课堂

在农场工作人员的带领下，我们开始参观农场的各个区域。这里就像是一个植物的王国，种植着许多珍稀的植物品种，它们像是一群安静的精灵，静静地展示着自己独特的魅力。

参观结束后，最让我开心的植树实践环节终于到来了。我和小伙伴们迅速分成小组，迫不及待地开始动手种树。我像一个勤劳的小农夫，拿起铁锹，用力地挖坑。一锹一锹的泥土被挖出来，不一会儿，泥土就溅得我满身都是，可我心里却像装满了蜜一样甜，满是期待。坑挖好后，我们小心翼翼地把小树苗放进坑里，就像呵护着一个娇嫩的婴儿。接着，我们把小树苗扶正，轻轻地培土，再缓缓地浇水，那清澈的水就像生命的源泉，滋润着小树苗。

看着小树苗稳稳地站在那里，我的心里乐开了花。我郑重地拿出自己精心制作的心愿卡，挂在小树苗上，心愿卡上写着：“希望小树快快长大，和我一起成长！”这次植树活动，就像一把钥匙，打开了我对劳动乐趣和自然和谐相处认知的大门。我还为地球增添了一抹绿色。

五(1)班 郑淳心 指导老师 秦亚

3月12日是植树节。早晨，阳光明媚，和风习习，瓦蓝瓦蓝的天空飘着朵朵白云。在老师的带领下，我们兴高采烈地来到天和田园植树，我们一个个精神抖擞，老师把我们分成每两人一组，我和一个女生一组，我们领了树苗，拎着重水桶，拿着铁锹，来到植树的地方。我环顾四周，选了块“风水宝地”便开工了。我们拿起铁锹开始挖坑，挖了一会儿，那个女生便迫不及待地要将小树苗放进坑里。我阻止说：“坑太浅了，小树苗不易成活。”这时，一阵微风拂过，小树苗摇了摇小脑袋，好像在说：“不要紧，你们只是太心急了。”

我和她继续挖呀挖呀，终于挖好了大小合适的坑，我们喘了口气，擦了把汗，我拿起树苗，放入坑里扶好；她拿着铁锹把挖出来的土填回坑里；小心翼翼地把土踩实，我们松了口气，“就差给小树浇水了。”“我去打水！”我拿起水桶，三步并作两步去打水，我提来水将水浇在土坑上，浇过水的小树苗，更显青绿了！小树苗在微风中晃着小小脑袋，欢快地跳着舞蹈，仿佛在感谢我们的辛勤付出。

五(2)班 赵宇莹 指导老师 曹佳爽

一进田园，我们就被眼前的景象吸引住了。一群牛羊在草地上悠闲地吃着草，它们看起来那么自在，好像在欢迎我们的到来。不远处，一块已经松好土的地映入眼帘，上面还挂着一块大大的牌子，写着“减少碳排放”。老师告诉我们，植树造林是减少碳排放的好方法，我们听后都兴奋不已，迫不及待地想要开始植树。

老师先带我们体验了堆肥的制作过程。我们将烂蔬菜、牛粪、干草、咖啡粉堆在一起，每堆一层浇一次水。经过五六个月的发酵，它们就会变成肥沃的土壤。这让我们学到了如何变废为宝，为植物提供养分。

接下来，就是我们最期待的植树环节了。我们分成了两个小组，每个组都领到了一棵小树苗和三把铲子。在老师的指导下，我们拿起小铲子，小心翼翼地挖起坑来。我们一人扶着小树苗，一人往坑里填土。老师帮我们踩实泥土，当水壶浇下去时，小树苗的叶子抖了抖，好像在说“谢谢！”植完树后，我们还拍了一张大合照，留下了这美好的瞬间。

五(2)班 蔡依霏 指导老师 曹佳爽

绿植传医道，本草润童心

孟河中心小学开展植树节主题活动

同学们，植树节来啦！每年到这个时候，大家都会热火朝天地去种树。但你们知道吗，植树节和中医之间，居然藏着很多有趣又实用的联系。3月12日植树节当天，常州公益助学联合会·现代快报携手艾尚生活馆高级花艺师走进孟河中心小学。

花艺老师向我们讲述了植树节的由来。课桌上摆满了各种植物，让我们从中医视角去了解这些植物。这些植物在中药里是一个宝藏，让我们了解到中医文化的千年历史传承。从中我知道了“薄荷”，它的叶子揉一揉闻一闻，提神醒脑。薄荷饮品能助力消化，抗菌消炎、清新口气。夏天蚊虫多，用薄荷擦一擦，还能驱蚊止痒，它可是中医里解表散热的“小能手”呢。还有很多植物，这些植物在校园里和家中都很常见，我们通过观察触摸，在老师的讲解下，了解了很多植物的药用知识，还知道《本草纲目》中记载了很多药用植物。

“中医五行学说中，木对应春天。”春

天植树，顺应木气生发，能帮助我们放松心情，心情舒畅，这就是植物对我们健康的好处，也是中医讲的天人合一。

三(2)班 巢何嘉 指导老师 朱琴芳

走入活动室，首先映入眼帘的是一盆盆生机勃勃的绿植。花艺师向我们讲述了植树节的由来和意义。植树节是为了纪念伟大的革命先驱孙中山先生，他生前一直大力提倡植树造林以改善生态环境。老师还告诉我们，每一棵绿植都是一位默默奉献的英雄，它们净化空气，为我们的家园增添生机。

随后，中医药文化的融入更是让我眼前一亮。老师告诉我们，许多绿植不仅仅是装饰，它们还蕴含着神奇的药用价值。我们观察、触摸了许多种植物，在趣味问答中解锁了许多中草药知识。如果答对了，还能把绿植带回家呢！比如薄荷，那散发着清凉香气的叶片不仅可以驱蚊，还能缓解头痛；金银花，那小小的花朵却能在炎炎夏日里清热解暑；还有艾草，它那独特的味道可以驱寒祛湿。这些看似普通的植物，却有着如此神奇的力量。

三(1)班 周琦琛 指导老师 雷佳敏

今天老师给我们介绍了各种各样的绿植，有“长寿花”，它的叶子厚厚的，有各种颜色，它是多肉类，花可以泡水喝，叶子可以外敷。“栀子花”的花味很浓，十里飘香，它的颜色有黄白两种，是种在土里的。“绿萝”呢，枝繁叶茂，绿油油的，种上一盆，能让你的心情愉快起来，它还可以净化空气中的有害物质。“芦荟”，叶子上有尖尖的小刺，切开里面黏黏的叶子，硬硬的，它有美容养颜等多种功效。

四(1)班 房灵汐 指导老师 屈彩霞

在今天，我们不仅认识了植树节，我们还认识了一些有功效的绿植。我们认识了长得像荷叶的龟背竹，它能滋肾健脾，通便利尿；认识了叶子厚厚的长寿花，它清热解暑，美丽无比；有夏季开放的栀子花，它止咳化痰，保肝利胆；还有富贵的金钱树。可令我印象深刻的便是文竹了。它是多年生常绿藤本植物，在花艺老师的培育下，如迎客松般挺拔，它都能润肺止咳……

在最后，我们开启了“抢答模式”。作为回答两次的我，还得到了文竹和九里香，我可太高兴了！

四(1)班 王嫣然 指导老师 屈彩霞

投稿选登

文笔夕照

“千年画胜境，游园入梅梦。”红梅公园里的梅花熙熙攘攘，一团团，一簇簇，热烈又耀眼。有的枝头花已全然开放，虬曲的枝干上开满了粉白相间的花朵，花瓣层层叠叠，在微风中轻轻颤动；有的枝头才缀满花苞，似含羞带怯的少女，始终不肯揭开面纱……春天的气息已悄然弥漫大地。

不想错过这难得的春日夕阳，我与爸爸妈妈踏上了“红梅”之旅。文笔塔矗立于公园中心，宛如千年文脉凝聚而成的一支笔，书写着龙城不朽的文化传奇。暮色渐浓，夕阳的余晖洒在古塔上，塔檐上的铜铃在晚风中轻轻摇曳，发出脆响，仿佛在守护这座城市的安宁。一条巨型梅花瀑布从塔顶倾泻而下，更衬得文笔塔气势磅礴。夕阳西沉，天空泛起一片绚烂晚霞，古塔、花海瀑布与梅林相映成趣。

悠扬的钟声适时响起，敲击在每个人的心头，向人们诉说着这座城市千年的往事。一阵春风扑面而来，夹带着梅花的清冽与香甜，使人陶醉。这一刻，时间仿佛静止，诗意流淌于心间。

岁月悠悠，文笔塔却始终傲然挺立。

市实验小学三(3)班 张沐禾 指导老师 许婷

无处不在的医学小卫士

生活中，医学知识就像一位隐形的小卫士，默默守护着我们的健康。今天，就让我们揭开它的神秘面纱，看看它如何化解日常危机吧！

许多人以为异物卡喉时拍打后背是正确做法，其实不然！当异物堵塞气管，人会本能地咳嗽，若此时捂住胸口盲目拍打背部，反而可能让异物卡得更深。正确方法是：立刻站到患者身后，用手掌根部快速用力拍打其肩胛骨之间的脊椎部位，连续五次，同时向上推压。若异物仍未排出，可用“海姆立克急救法”——一手握拳，拳眼对准肚脐上方，另一手包住拳头，向内上方快速冲击腹部五次，反复操作直至异物排出。

“流鼻血快仰头！”这话你听过吗？其实这是误区！仰头会导致血液倒流进胃里，可能引发恶心甚至呛咳。正确做法是：保持身体微微前倾，用拇指和食指捏住鼻翼两侧，持续压迫十分钟。如果血流不止，可用冰袋敷在额头或鼻梁处，帮助血管收缩止血。记住，鼻血就像调皮的小溪，耐心等待片刻，它自然会停下脚步。

从咳嗽到止血，从包扎到急救……这些看似平常的医学知识，实则是生命的守护神。它们像空气一样无处不在，却又常被我们忽视。让我们擦亮双眼，用知识武装自己，让这位“隐形卫士”永远伴我们前行吧！

采菱小学五(6)班 司志斌 指导老师 周颖

校园新闻

2025年“春耕节”启动啦！



“春耕节”启动仪式活动现场

3月20日，常州市中小学品格提升工程项目《雨荷食育行动：和美少年“诚敬”品格的涵育》系列活动暨2025年“春耕节”启动仪式在常州市博爱教育集团丽华校区举行。

本次活动以“春种一粒子，秋收诚敬田”为主题，不仅标志着学校品格提升工程项目的顺利结项，更是一场关于健康饮食教育、生命科学探索、诚敬品格涵育的实际行动。后期学校继续深化“雨荷食育行动”，为培养德智体美劳全面发展的新时代“和美少年”贡献力量。

博爱教育集团丽华校区 丁家恬