

为丰富小记者的暑假生活，培养他们的独立生活能力，提高他们的写作能力与交际能力，今年暑期，本刊将组织开展小记者逛世博活动。6月3日，本刊达县实验小学小记者汇聚一堂，纷纷表达对世博会的期待与向往。

我们向往世博会

我从没走出过达州，更不要说去美丽的上海了。今年，世博会将在上海举办，我对上海更多了一种向往。这段时间，我通过报纸、电视、网络等一直在关注世博会，想到世博会那么精彩、热闹，我们期待着早日亲临现场，一睹世博会的风采。

·小记者 王渠、魏志杰、孙可、李佳琳

期待能看中国馆

到上海看世博会是我心中的一个梦想。我常常想：世博会是什么样子呢？里面估计有会飞的房子吧？有在海里游的汽车吧？当然更令我向往的是中国馆，我期待着假期到世博会去参观中国馆，去感受那里的中国红，去体验那里流动的“清明上河图”。

·小记者 何佳芮、谭楚琰、王柏骅

世博，我们就要来了

今年暑假，我们小记者要去上海参观世博会，大家都兴奋不已。父母也非常支持我们去看世博会，觉得可以趁这个机会锻炼一下，让自己了解更多的课外知识，去世博园开眼界。因此，我早早就报名了，期待那一天早点到来，一睹世博会神秘的风采。

·小记者 朱泉灵、曾枫杰、欧雅欣、刘新雪

我们与世博会有个约定

我觉得世博会可以让我们增长许多课堂上学不到的新知识，还可以了解每个国家独特的民风民俗，更有不少的高科技肯定能让我们大开眼界。爸爸已经同意让我报名参加世博游活动，于是，每天晚上做完作业，就守在电视机旁了解世博会的相关知识，以及参观世博会的一些注意事项，为到上海看世博做准备。

·小记者 何孟语、贺涵、周轩帆

·文字整理：侯多兵 何季 本报记者者/桂爽

阳光少年被推荐参加少代会

余斌参加全国少代会并非偶然，他是学校大队委的旗手，形象气质特别好；他是学校朗诵队的队长，记忆力非常强。通川区举行团代会、妇代会，他多次参加朗诵活动。在学校，他总是以“我是一名旗手”严格要求自己。此外，他还协助老师管理班上同学，喜欢英语、球类活动，是学校的“公众人物”。

据学校少先队辅导员曾希林老师介绍，余斌不仅能说会唱，还有超强的自理能力和应变能力。就说这次去北京开会吧，没有老师和家长陪伴，但余斌同学表现十分出色。

向少代会提交少先队员提案

作为少先队员代表，临行前，余斌向全国少代会提交了两份少先队员提案。为写好提案，他深入学校、社区、家庭开展小调查，认真听取周围少先队员的呼声与建议，广泛收集老师、家长对少先队

组织的意见与建议。

他在《关于学校安全隐患问题的提案》中写道：“为防止学生伤害事故的发生，积极预防是关键。家长、老师、学校要重视对子女和学生进行安全教育，要让每一个同学学会自我保护的方法，增强自我保护意识。”他在另一份提案中写道：“现在很多小学生品行不佳，稍遇不顺就怒火冲天，不讲文明礼貌，不尊重老师、不尊重父母和老人的学生比比皆是，同学间互起外号，编造庸俗的顺口溜等不良现象普遍存在。要从营造讲文明讲礼貌氛围入手，教育小学生用好礼貌用语和体态用语，展现良好精神风貌。”

与全国优秀少先队员游北京

5月26日—29日，和全省其它地（市、州）的17个小朋友一起，余斌在省少工委参加了集中培训，进行礼仪训练等。5月30日上午抵达北京，下午，和来自全国各地的407名少先队员代表参观了北京科技馆，观赏了鸟巢、水立方等奥运场馆。

在参观过程中，余斌和来自内江的少先队员

代表李彦序成了无话不谈的朋友。他告诉李彦序，大家要珍惜这份荣誉，回去后要好好读书，好好锻炼，全面发展，争做四好少年。“我们要经常通电话，让达州的小朋友对内江有更多的了解，让内江的小朋友对达州有更多的了解。”采访中，余斌对记者说道。

受到胡锦涛爷爷亲切接见

5月31日，中共中央总书记、国家主席、中央军委主席胡锦涛来到中国科技馆新馆，同出席中国少年先锋队第六次全国代表大会的全体小代表和部分中外少年儿童一起参加“体验科学、快乐成长”活动。

见到敬爱的总书记，余斌激动不已。总书记和他们一起参观了科技园，并勉励他们从小就树立远大的志向，德、智、体、美全面发展，争当四好少年，时刻准备着为建设富强、民主、文明、和谐的社会主义现代化国家贡献智慧和力量。临行前，总书记频频向他们挥手，令余斌同学终身难忘。

2010年6月13日 星期日
农历庚寅年五月初二
中共达州市委机关报
达州日报社出版
国内统一刊号 CN51-0015
第533期（总第14409期）
总 编 辑：刘方棠
值班副总编辑：何南观
主 编：冯科尧

达州校园网：www.dzxy.cn
主编信箱：WWL732@sina.com

校长寄语



同学们暑假将至，你的假日生活安排好了吗？祝少年朋友们假日生活快乐，过得充实而有意义。

·达县双庙小学校长 / 张彪

达县交通局热心帮扶山村教育

千口村小学办学条件明显改善

本报讯 千口村小学是达县碑庙镇最偏僻的一所村小学，海拔850米，有5个教学班、5个教师、105名学生。今年4月，达县县委常委、纪委书记唐胜清，县交通局局长郑钢到达县千口村调研，发现学校离场镇很远，虽然办得很有规模，学生的课桌椅却破败不堪，缺乏文体用具，令他们十分痛心。回到城里后，郑钢发动达县交通局干部职工向山区孩子奉献爱心，很快筹集到善款2万余元，为该校购买了崭新的课桌椅105套、新式黑板

6张及部分文体用品。

6月5日，唐胜清、郑钢和县教育局局长李健、县妇联主席杨侃一行，把崭新的课桌椅等送往千口村小学，看望少年儿童，给小朋友们赠送礼物，向少年儿童表达美好祝福。当地学生及家长十分感动，数十名群众自发赶到现场搬运课桌椅，千口村小学师生向为学校发展提供爱心支持的达县交通局，赠送了一面锦旗。

（本报记者 陈鲸印）

通川区七小组织学生上街义卖

为灾区小伙伴献爱心

本报讯 5月23日上午，通川区七小组织40余名学生，走上街头开展义卖募捐献爱心活动。

当天上午，沈彦君、覃梁峻、丁振恒、赵爱玲、邓档柯等40余名同学在老师带领下，利用周末时间，带上自己心爱的玩具、文具和书籍，分别前往滨河路、人民公园等地开展义卖募捐活动。活动分为售货组、宣传组、采访组三个小组，同学们按文具类、生活用品类、玩具类自发分成三个义卖区域，积极开展义卖活动。活动中，

同学们还别出心裁地设计出义卖的口号：“买一个玩具，让我们感受你的真诚；买一本书，传递一份爱……”，听着同学们稚嫩的义卖声，看到同学们一张张企盼的笑脸，不少市民感动不已，纷纷弯下腰来，慷慨捐献自己的一份爱心。

募捐活动长达3个多小时，尽管天气十分炎热，可没有一个同学喊苦叫累。活动结束，同学们将义卖的钱及时捐给了玉树地震中受灾的小伙伴，以此表达自己的一份爱心。

（吴晓平 王海燕）

七彩校园

本版编辑：陈鲸印 本版版式：王万礼

投稿热线：15881848587

花样年华

“叮铃铃……”上课了，胡老师快步走进教室，给我们上最后一课。上完这节课，胡老师就要离开我们，到另一所学校工作。

胡老师是我们的班主任，不仅课上得生动活泼，而且关爱我们每一位同学，他虽然教我们还不到一年，但同学们却对他产生了深厚的感情。

上课了，同学们听得 very认真，生怕漏了一句一个字。就连那几个平时最调皮的学生，也一个个安静地坐在座位上，眼神里露出一丝忧郁的神色。课很快上完了，只见胡老师拿出一个资料袋，环视教室一圈，然后缓缓地对我们说：“同学们，明天我就要离开这所学校，离开你们到另一个地方去工作了……”话还未说完，教室里已经满是啜泣声，有的同学在擦眼泪，有的同学趴在桌子上痛哭起来。看到这样的情形，我的鼻子也忍不住一阵阵发酸，眼泪在眼眶里直打转。

胡老师拿着那个资料袋，继续对我们说道：“同学们，这是我与你们最珍贵的回忆了。这些都是你们写的检讨书，现在我要还给你们，希望这能够帮助你们对自己有一个重新认识。”说着，胡老师把资料袋打开，开始念同学们的名字，叫他们上台，然后把一页页纸张交还给他们。之后，胡老师还把很多同学单独叫到教室外谈话。当他叫我出去时，对我说，你一定要好好学习，不要让关心你的人失望，特别是父母……他的这番话让我想起了远在外的父母，也想起了平日里胡老师父母般的关爱，我顿时泪流满面。胡老师见我哭得泣不成声，又说：“我不希望你在这个时候掉眼泪。”我点了点头，抹干眼泪，然后转身走进教室。

课后，我们买了一张海报送给胡老师，海报上面写满了每个同学的名字和对胡老师的祝福，然后我们还和胡老师拍了一张合照。

胡老师和我们分开很久了，不知为何，同学们仍常常想起他，想起他和我们之间的点点滴滴，想起他给我们上的最后一课。

当班干部不容易

时还会被他们作弄。

当班干部烦恼挺多，可快乐也不少。比如朝会课领读，自己站在台上，就比在下面读书的同学认真得多，成绩自然提高更快。有些同学不想当班干部，是因为他们觉得太苦、太累。我想继续当好班干部，因为我找到了当班干部的快乐。同学们，你们也想当班干部吗，那首先就要做好为同学服务的心理准备。

·通川区一小四（2）班 / 程婳婧
(指导老师：刘海英)

·通川区一小四（2）班 / 程婳婧
(指导老师：刘海英)

珍惜纯真的友谊

什么是友谊？友谊就是一把雨伞下的两个身影，一张桌子上的两对明眸。因为可以和很多伙伴一起学习，一起游戏，我们的学校生活才那么多姿多彩，充满无限快乐。因此，我们要珍惜友谊。

然而，很多同学在现实生活中常常因为一点小事争吵甚至打架，闹得大家都不开心，还影响学习。一个班级就是一个大家庭，我们每个人都是家庭中的一员，同学之间要相亲相爱、互帮互助才是。当与同学发生矛盾时，为什么就不能宽容一点、大度一点呢？当和同学发生矛盾

时，要多站在对方的立场想想，很多时候，我们都觉得自己是最有道理的，其实静下心来想想，自己也会有很多不对的地方。如果我们能够大量一些，对同学的过错不斤斤计较，我们就会生活得很阳光，拥有更多的朋友。

同学们，请珍惜同学间的友谊，不要为一点点小事就和同学闹得不可开交。能够在一起学习和生活，其实是一种缘分，为了些鸡毛蒜皮的小事，破坏了我们之间的友谊，真的不值得。

·大竹县安吉乡中心小学五（1）班 / 周若娴
(指导老师：周显红)



何亚芯，大竹县胜利街小学五年级二班学习委员，学校少先队大队长。身为学校主持人的她多才多艺，2007年，荣获四川省中小学艺术人才大赛美术组一等奖；2008年12月，在全市中小学生“向抗震救灾英雄少年学习”演讲比赛中荣获小学组一等奖；2009年，作品《多用插点板》荣获大竹县科技创新大赛二等奖，此外她还先后被评为“市优秀少先队员”、“县三好学生”。

·推荐学校：大竹县胜利街小学
·文字整理：蔡川



吴晓雪，通川区二小六年级四班的学生，爱好广泛，看书、画画、打羽毛球、唱歌都是她的拿手好戏，被班上的同学称为“书虫”。多次参加少儿书画大赛获优秀奖，年年都被评为“三好学生”、“优秀学生干部”。

·推荐学校：通川区二小
·文字整理：马钧

校园之星

家长盲目给孩子服用补品
适得其反追悔莫及

当前，不少家长为孩子服用儿童保健品。对此，儿科专家提醒家长，近几年患性早熟的孩子呈增多趋势，其中有许多就是家长给孩子盲目进补“催熟”的。

据介绍，性早熟的孩子如果不及早治疗，很可能成为“老小孩”，孩子身体过早发育成熟后，就不再长高，最终个子偏矮，给孩子造成终身遗憾。专家指出，要给孩子进补，一定要到医院查清孩子体内到底缺什么，然后有针对性地给孩子补，而且千万不能补多。比如过量服用钙剂，反而会

影响骨骼发育；过量补锌，孩子性早熟；过量补铁会腹泻；长期服用鱼肝油会引起慢性中毒；过量服用蜂王浆，可能导致孩子内分泌失调和性早熟，甚至肥胖；水溶性维生素如维生素C，长期服用过多可以诱发尿路结石、脆骨症等病症。

专家指出，不少家长花大钱买保健品，却忽略了生活中一些补脑健身的食物，如芝麻、核桃仁、瘦肉、鸡蛋、豆制品和鱼贝类等。其实药补都不如食补，只要孩子平时不偏食，粗细粮搭配合理，就没有必要给孩子进补。

青少年学生普遍睡眠不足
影响发育危害健康

现在，有很多青少年学生经常晚上看电视或玩电子游戏至深夜，每晚睡眠时间只有4个小时~7个小时，比通常要求的八九个小时少。睡眠时间和质量不尽如人意，已经成为导致青少年不健康生活方式的一个重要成因。

长期睡眠不足和睡眠质量差，会使大脑无法获得充分的休息，从而影响青少年在学校里的表现，如他们白天上课的时候常常感觉很疲倦、注意力不集中、学习成绩下降等。

专家指出，睡眠不足和低质量的睡眠可能会导致体重增加，因为缺少睡眠会改变人体的荷尔蒙分泌，使得人体为了增加能量而提高对糖和高脂肪食品的需求。此外，睡眠问题还会导致甲状腺出现毛病甚至抑郁等问题的出现。

家长们应该向子女灌输睡眠对健康非常重要的概念，而且应该严格督促子女按时睡觉，并且保证睡觉的时候一定要关掉所有的电器。

·一鸣·

·来自万源白沙第二职业高级中学“很久很久以后”：马上就要中考了，祝愿初三的同学们学业有成，考上理想的高中。

·来自大竹精英学校的“怪咖啡”、“坏小孩”：就要初中毕业了，祝愿同学们的友谊天长地久。

·来自达县四中高二·6班的“冷酷”：祝愿达县四中2010级的同学取得好成绩，考上理想的高中或大学。

·来自达州华西职校09级3班的“看世界”：读职业学校就要学到实用的技术。我要好好学习，学到实用的技术，不让爸爸妈妈失望。

·来自宣汉毛坝初中的黄志强：初三的同学们，就要毕业了，祝愿你们考出好成绩，祝愿我们的友谊天长地久。

·来自达县二中的“真情难寻”：祝愿同学们天天开心，学习进步，笑口常开。暑假就要到了，祝愿同学们过一个有意义的暑假。

·来自达县第三中学高2011级17班的“代良维”：祝愿我们班的同学天天开心，努力学习，明年考上心仪的大学。

·来自宣汉县新华中学2011级3班的“雨开无声”：祝愿我的所有朋友都可以顺利地考上理想高中，我会努力学习，力争明年也考上重点中学。

许愿部落
更多祝福详见达州校园网(www.dzxy.cn)