

有意义的参观活动

“宁可千日不震，不可一日不防”。地震是自然灾害之一，也是极具破坏力的群灾之首。如果没有一定的防范意识，面对突发地震可谓是凶多吉少。

如果想要了解地震，就先要了解地球内部的结构。地球内部的结构就像一个熟鸡蛋一样，蛋壳就好比薄薄的地壳，蛋清就像地幔，蛋黄就像地球最深的地核。地球也在不断地运动和变化，而地震的产生就是地球内部长期积累的能量突然释放，从而使大地剧烈震动。

听老师讲，每年地球大约有500多万次地震，但99%都是微震，只有测量仪器可以发现，而1%是大地震。正是这1%却足以造成毁灭性的灾害。同时我还了解了地震波，地震波分为两种：横波和纵波。横波时，人会感觉上下晃动；纵波时，人会感觉左右摇晃。地震发生时总是“纵波先到，横波晚到”。如果感到先有上下，后有左右，那地震就离你近。如果只感到来回晃动，那地震就离你远。

地震来临前是会有一些预兆，首先是井水会发浑、变色、变味、上升、升温等等。而动物会异常疯狂或抑制，生活习性会变化，为了我们更好地记住，老师还为我们编了顺口溜：“牛羊骡马不进厩，猪不吃食狗乱咬，鸭不下水岸上闹，鸡飞上树高声叫，冰天雪地蛇出洞，大鼠叼着小鼠跑，兔子竖耳蹦又撞，鱼跃水面惶惶跳，蜜蜂群迁闹哄哄，鸽子惊飞不回巢。”希望大家都牢记。

地震是自然灾害之一，我们无法去阻止地震，但我们可以“科普地震，保护生命”。

市九小五(3)班 白美熾(本报小记者)

参观地震局

前段时间，土耳其发生了7.8级的大地震，许多人因此失去了生命，看到这些新闻，心很痛。为了了解更多关于地震的知识，这个星期，我跟随《朔州日报》小记者去朔州地震局一探究竟。

下午两点多，我们就在地震局大厅集合了。先去了二楼，楼道的墙壁上挂满了关于地震知识的牌子，接着来到了一个大的会议室，邀请了防震减灾科岳科长给我们讲解。他告诉我们地震来了如何自救与逃生，还给我们讲了我国最厉害的几次大地震，通过岳科长的讲解，我才认识到地震对于人类的危害，面对这种自然灾害，我们虽然阻止不了，但是可以通过学习能将灾害带来的损失降到最低。

不知不觉参观活动已接近尾声，我想回到学校后，把学到的知识告诉同学们，让他们也知道更多的地震知识。

朔城区九小五(4)班 郝韵浩(本报小记者)



登上月亮门

今天，我们《朔州日报》小记者来到了广武，你猜我们要干什么？我们要登上月亮门，赏杏花。

早上我们坐着大巴车，伴随着一路上的欢声笑语，载歌载舞，我们一会儿就到了。下了车，我看见一大片杏花林，那杏花一片片的，一棵比一棵好看，花瓣只有小小的五片，小巧玲珑，楚楚动人，好像被人一碰就会掉了。它那白里透红的花瓣像涂了一层淡淡的胭脂，素雅端庄，羞羞答答的，像仙女的脸庞，让人忍不住想折一枝下来带回家。

下午我们就去爬长城，上月亮门，我们陆陆续续地出发了，长城都是上坡路，所以爬起来非常费劲，根本跑不起来，所以只能一步一步走，我慢慢的，踏着步子往上走，到最后就上半身爬在阶梯上，下半身一步一步地往上挪，终于，我爬到月亮门上了，上面的景色果然和下面不一样，从上面往下看远处，奇山兀立，群山连亘，苍翠峭拔，云遮雾绕。影影绰绰的群山像是一个睡意未醒的仙女，披着蝉翼般的薄纱，脉脉含情，凝眸不语。翠绿的群山，苍翠欲滴，看着下面的人努力地往上爬，心情也好多了，不由自主地为他们加油鼓劲，过了一会，所有人都上来了，我们在月亮门上拍照留念。

这次的参观活动我知道了，做事情不能半途而废，假如你做了一半就停止了，那么这件事情就不会有结果。只要你坚持下去，可能不会成功，但是一定不会后悔。

市五小五(2)班 符铭(本报小记者)

震撼的一堂课

今天早上，窗外下起了鹅毛大雪，纷纷扬扬，从天而降，但并没有影响我参加《朔州日报》小记者社会实践活动的激动心情。当我知道这次活动的主题是“科普地震、保护生命”时，兴奋得一晚上没睡好，还翻阅了很多资料。

早早地我就来到了活动集合地点，穿着红马甲的小记者们高兴地围在一起说说笑笑。看见大家，我也很高兴，这是我们小记者四个月来的第一次会面。

活动开始后，我们有序上楼，来到市防震减灾中心，迎接我们的是一位亲切的女老师，她姓郭。

听了郭老师的讲解，我知道了地震的

破坏力极强，5.5级以上的地震就相当于2万颗原子弹的威力，而且从地震发生时记录下来的惊险瞬间可以真切地看到，地震在眨眼间就可以摧毁我们居住的房子。看到震后现场一片狼藉，我的心情很压抑、很焦灼，为每一次在地震中丧失生命的人感到惋惜。他们中有老人、小孩，还有正当年的叔叔阿姨，我想他们应该有很多梦想还没有实现吧，还有更多抱负没有施展吧！于是，接下来老师讲到避震逃生的技巧时，我恨不得多长一双眼睛和一对耳朵，把这些救命知识全部记在心里，也好告诉身边的亲人朋友以及更多人。

地震是一种自然灾害，当地震发生时，

走进地震局

2月18日下午，我们《朔州日报》小记者团队在市地震局集合，参加“科普地震、保护生命”社会实践活动。这次为我们讲解的是一位漂亮的阿姨，她先带我们去了走廊里的展板前讲了一些常识，从她详细又生动的讲解中，我们了解到了地球构造、地震原因等知识，我们听得嘴都张成了O型，目瞪口呆。

接着我们来到一个会议室，在这里将开始我们今天所了解的地震知识。首先，阿姨为我们介绍了朔州的地质环境。解释了地震、地震波等名词的意义。“当地壳内岩石产生断裂，错动时有一部分能量以波的形式释放出来，并向外传播，这就叫地震波。”其次，还为我们介绍了地震的种类，地震的级别等等。最后，告诉我们当遇到地震时，大家不要惊慌，而是要冷静地进行自救和自救。如果发生地震时可以躲在比较安全的角落或是抱头躲在相对安全的地方等待救援。然后又举例了1976年的唐山大地震和2008年的



汶川地震。为此，每年的5月12日是防灾减灾日。

通过今天的参观学习，让我了解并掌握了地震的一些基本知识，学会了地震后的自救和互救的方法。我想我一定要好好学习科学文化技术，长大后做一名地震预测专家，让更多的人远离地震灾难的袭击，建设我们美丽的家园。

市二小三(7)班 祁春寒(本报小记者)

了解地震 爱惜生命

《朔州日报》小记者的活动好久都没有举办了，能参加今年的第一场活动我太开心了。这次我们去的地方也特别有意思，虽然去了就是听讲解的叔叔阿姨一直在讲，但是我也学到了好多关于地震的知识。

地震的震级分为9级，中国伤亡最惨重的地震有三次，最让大家都人皆知的属于唐山大地震。大地震来之前，水会变浑浊、变味道、会冒泡、会升温。小动物们也惊慌不安，乱闹乱叫。尤其是小小的老鼠，也不怕人了，大街上就跑出来了。

如果你一次可以帮助别人的机会，你会选择做什么样的事情呢？

4月8日下午14点30分，我们《朔州日报》小记者们在万达广场一楼集合，把各式各样的物品摆放在整齐的桌子面前，有书籍、玩具、生活用品等等。这是要干吗？原来，这是一场小型义卖活动现场，小记者们要通过自己的方式，把物品变现，然后捐助给需要帮助的自闭症儿童。

我看着我面前的一堆物品不知所措，这时候，看到对面的小朋友大声地吆喝着，旁边还打着广告小标语。我学着他的样子小声叫卖着整理着，路过的家长小朋友络绎不绝，当我把物品摆放好后，有

有意义的活动

今天是个难得的好天气，我高高兴兴地拉着大箱子去了万达广场。你猜我要干什么？对了，去参加《朔州日报》小记者站和市红十字会联合举办的爱心义卖活动。

到了目的地，我熟门熟路地把准备好售卖的物品整齐摆在桌子上。因为我去的早，选了一个风水宝地——入口处，我亲手绘制的海报就贴在桌子边，从1号门进来的顾客肯定是一眼就能看到我的大爱之心。我刚把标价牌拿出来，一位小顾客来了，“请问你要买什么？”我有点紧张地问她。“我想要这个蝴蝶翅膀”。“5元一个。”不一会儿一

开心的一天

今天是我们《朔州日报》小记者最开心的一天。大刘老师很热心地把我接到活动现场，我看到了许多和我一样的小记者，于是我们就开始了快乐的活动。

今天我们体验了一把当特种兵的感

个蝴蝶翅膀就卖出去了。我收获了今天的第一桶金。这位小美女带上了蝴蝶翅膀后，就像是做了一个很好的广告，之后又有很多人被这蝴蝶翅膀吸引过来，成了热销产品。活动还没结束，我的翅膀就被抢购一空。

桌上还有些图书，蜡笔都没有卖出去，我不能气馁，我找了一位小伙伴和我一起推销，有了这位小伙伴的推销，我的书很快就找到了他的新主人。我妈妈做的水晶手工皂也是一绝，吸引了几个上初中的小姐姐，她们几个一下子就把我精美的手工皂全买光了。

因为我今天准备充分，还获得了现场老师的鼓励。这个周末真是收获满满。

开发区实验小学三(4)班 赵睿(本报小记者)

觉，实在太刺激了。对我来说最简单的就是工字桥，最危险的是吊环走钢丝，开始我胆战心惊的，后来通过不断地打气加油，最终完成了挑战。在活动中，有欢笑、有遗憾、有成功、也有挫折。我想，在以后的生活中也会遇到重重困难，我要勇敢面对不退缩，做一个新时代的好少年。

朝阳小学一(6)班 彭伊诺(本报小记者)

一定要冷静。当感觉到震感时，表示地震已经发生了，逃跑已经来不及了，就需要赶紧找地方躲起来。而躲藏的关键是要找到承重墙、承重物体，比如结实的柜子、桌椅等，蹲下、抱头、抓牢，要避开吊灯、玻璃、厨房等地，以防发生二次伤害。有机会、有时间的话可以躲藏到卫生间，尽量靠近水源。

据统计，地球上每年约发生500多万次地震，即每天要发生上万次的地震。其中绝大多数太小或太远，以至于人们感觉不到；真正能对人类造成严重危害的地震大约有十几二十次，能造成特别严重灾害的地震大约有一两次。

通过这次活动，我认识到了地震这个自然灾害对人类的危害，再也不敢小瞧它了。同时，也知道了很多关于地震的知识，学到了遇到地震该怎么自救等宝贵的逃生技巧，这真是一次有意义的活动。

市五小五(2)班 符铭(本报小记者)

2月18日，作为小记者的一员我参加了《朔州日报》小记者站携手市防震减灾中心组织开展的“科普地震、保护生命”社会实践活动。

来到市地震局，在地震监测预警中心、山西省防震减灾科学传播中心郭丽琴主任的带领下，我们小记者一行人来到地震局二楼，进入地震实况展示大厅。首先倾听了郭老师与防震减灾科岳俊岩科长讲的地震科普，在集图文、动画于一体的动态演示解说中，一幕幕直观生动的画面把我们带到了地震现场，从中不仅学到了简明实用的地震防御、逃生知识，更多地了解了到地震原理和地震的强大破坏力，最大的感受就是震撼和生存的价值、意义。

其中关于地震的成因和产生介绍，给我留下了深刻的印象。地面振动类似于我们乘坐公共汽车在凹凸不平的路面上行驶。当我得知全球每年约有500多万次地震时十分震惊，其中有感地震占这500多万次地震的1%，感觉不到的地震则占99%，在有感地震中仅有100次造成伤害。有关地震的知识广泛而全面，涉及环境、气候……各种科学知识不约而同地向我涌来。之后，便是有奖问答精彩互动环节，老师通过提问的方式，让我们学到了自救与互救的技巧以及在不同场合下的避震知识，大家积极参与互动、争先恐后分享自己的认识和感受，探求新知的学习氛围十分浓厚。

通过今天的参观活动，我们要把学到的有关地震知识牢记在心，遇到突发情况保持冷静，懂得自救和互救，一起保护生命。

朔城区四中六(7)班 李灵丹(本报小记者)

时间不知不觉中过去，活动进行了2个多小时，我手里的物品渐渐都卖完了。当拿着零零散散的纸币放入捐款箱的时候，感觉既沉甸又自豪，沉甸是因为买卖的过程很辛苦、赚钱属实不易；自豪是因为我也可以帮助别人了，恍惚间仿佛看到了那些自闭症儿童因为我们的点滴捐款拥有了更好的学习用品和生活，小记者的马甲似乎也更鲜艳了……

记得妈妈说有部电影叫《无问西东》，它告诉我们做任何自己认为值得做的事情不用问为什么，慢就是快，踏实努力去做就会内心充实。我想说：通过自己的努力，可以帮助别人真的很开心。

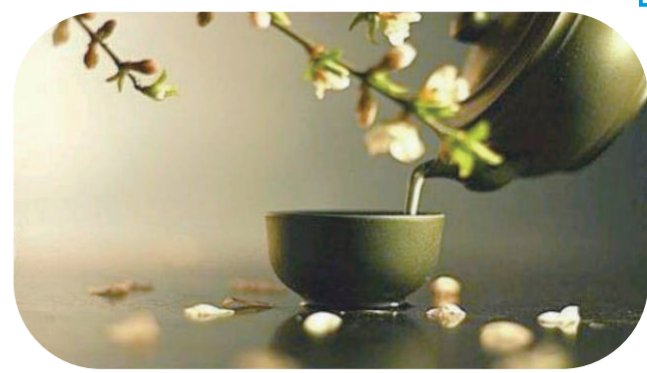
朔州小学一(1)班 陈博浩(本报小记者)

周六上午，大刘老师带我们去万达广场举行义卖活动，同学们把家里闲置的玩具、书和不用东西拿出来卖。

每位小朋友喊得都非常卖力，我上午和李培毅一起卖书，我给吆喝，走过路过不要错过，大家过来，非常实惠，经过我上午的努力，我卖了90块钱，虽然不少了，但是我还是有点不甘心。下午我一定要继续努力，一定要卖得更多，果不其然，又经过一下午的努力，卖了一百多块钱，经过一天的努力，我一共卖了200多块钱，总体来说，还是不错的。为此老师还奖励了我，发了一把狙击枪。在这里，感谢老师对我的鼓励。

通过这次义卖，我体会到爸爸妈妈赚钱的不容易，每一元，每一分都是靠自己的双手赚来的，每一分都来之不易，我要节省用钱。

朔城区四四(16)班 施鑫龙(本报小记者)



我的“福尔摩季”同学

他，是我以前的一个同桌，既幽默又爱笑。他上台时(被老师教训)垂头丧气；下台时，高兴得眉飞色舞。

他最爱笑了。不管是在上课、下课时，他都在笑，几乎可以说是没有不笑的时候。他虽然戴着眼镜，但这眼镜也挡不住他满脸的幽默。他也喜欢打篮球。下课时，他常常和马广、张旭辰去篮球场打篮球。他还给自己起了一个外号“篮球爱好者”，不过自从李老师把他的名字念反了，这个外号就下架了。

有一次，他被老师叫去办公室的时候，出了一头冷汗。我说什么他都听不进去，还故作镇定地说：“没事、没事，也许老师是请我喝茶吧！”说这话时，他还笑嘻嘻的。“如果不出意外的话，就要出意外了”。果不其然，他被老师叫去，并不是什么“喝茶”，而是被老师叫去改错题了。他站在办公室对着门的窗台前，心不在焉地面对着错题，好像面对他生活中的困难。我走过去，想给他“放放水”，结果他误认为我是来挖苦他的，就毫不客气地说了一声：“滚！”我顿时一阵无语。不过我还是一副大姐大的样子，慢条斯理地说：“滚什么滚，本小姐是来帮你做题的。”但这是演戏啊，必须演到底。他倒是也挺配合的，一副服务员对待客人的样子，对着我点头哈腰，吡牙咧嘴地笑着说：“是是是！大姐姐您说得都对。”这一下倒好，他说的话招来了几道目光，我连忙装作路过的，等目光消散了之后，我才开始教他。

还有一次，班里有同学的笔袋不见了，想请他帮帮忙，他立刻化身“福尔摩季”，想在同学们面前露一手。他装作一副大侦探的样子，左顾右盼，却还是一点线索都没有发现。这时，他干咳了两声，引起了同学们的注意，当然，我也在场。

成功引起同学们的注意后，他装模作样地说了自己的分析。其实分析都是编的，我们是一个字也没听懂，周围的同学都目瞪口呆(包括我)，他见我们这副样子，又滔滔不绝地讲了起来。我急忙说：“打住打住，你在讲什么呀？我一个字也听不懂。”其他同学也点头附和，他顿时羞得面红耳赤。

忽然，他眼睛一亮大步走上前。我正纳闷他要干什么时，他对丢东西的同学说：“你最后看见你的笔袋是在什么时候？”那个同学说：“是在中午不见的，然后……”那个同学恍然大悟地说：“噢，我想起来了，我中午借给xx了，笔袋现在应该还在她的书包里吧。”我们走过去，那个同学的笔袋果然在xx的书包里。

“福尔摩季”趁机说：“笔袋找到了！”我翻了个白眼说：“得了吧，你！”同学们都哄笑起来，你知道他是谁吗？

市实验小学五(9)班 郑子琪 指导教师：党丽华

一路奔忙一路歌

地平线上的微微光亮，刺破了漆黑的夜，沉睡的路已被唤醒，奔忙也在这个时候开始了……

奔忙之中时有磨炼，磨炼这回事，就像风雪中的梅，俞冷俞开花。甘孜干部文学松青丝磨白发，全心全意为村民服务；袁隆平院士起起伏伏终不灭进取心气，追寻禾下乘凉梦。我们于磨难中坚强，于风而起舞。泰戈尔曾言：“世界以痛吻我，我要报之以歌”。磨难本身并无意义，但蜕变也孕育其中。“故天将降大任于是人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤，空乏其身”。只有任风雨壮筋骨，才得凤凰涅槃。

奔忙之中也有得有失，如同太阳和月亮。得到和失去拨动着我们的心，我们难以承受得到后又失去的落差感，得到时踌躇满志，感觉世界都在为自己鼓掌，内心有激情，每一步都走得铿锵有力。但当失去时，一切都好像停滞不前，那一刻乌云在欢呼，闪电在嘲笑。最后才认识到原来又回到了原点。我们如井底之蛙，目光短浅又妄想看到整片天空，但不放远目光怎么能看到井口之外没有边迹的天。

煎和熬都是获得美味的方式，加油也是。漫漫长路，沿途的风景各异，我们低头实现理想，抬头歌唱伟大，在这条通往明天的路上，一路奔忙，一路歌。

怀仁一中(740)班 赵彦锐

家风传承 勤俭至上

国有国法，校有校规，家有家风。好的家风，如同醇厚的老酒散发芳香；好的家风，恰似甘冽的清泉沁人心扉；好的家风，犹如初升的朝阳四射光芒；好的家风，好似夜晚的明月尽显纯洁。我们家的家风只有两个字——勤俭。

静以修身，俭以养德。勤俭，是一种良好的习惯，是一种高尚的品德，更是一种优秀的家风。

勤俭的家风，表现在珍惜粮食上。小学时，便常听老师讲“锄禾日当午，汗滴禾下土。谁知盘中餐，粒粒皆辛苦。”每一粒粮食都来之不易，它包含了农民伯伯日复一日悉心培育的艰辛和勤劳的汗水。“一粥一饭，当思来之不易；半丝半缕，恒念物力维艰。”爸爸妈妈从小便教育我：“浪费可耻，节约光荣。”我们应当尊重农民伯伯的劳动成果，珍惜粮食，力“光盘”。

勤俭的家风，表现在日常的俭朴节约上。不浪费纸张，不破坏铅笔、橡皮等学习用具；节约用水，合理利用水资源……这些优良家风，让我养成了许多受益终身的好习惯。

勤俭的家风，表现在珍惜时间，努力学习上。“一寸光阴一寸金，寸金难买寸光阴。”时间是宝贵的，就像公正的法官，对所有人一视同仁。妈妈常对我说：“不要浪费一分一秒，不要虚度一寸光阴。”可究竟该怎样珍惜时间呢？爸爸说：“合理安排时间，就是在节约时间。你可以制定一个计划，将一天要做的事情按轻重缓急合理排序，然后按照计划去做，让你的生活充实而有意义。”正像鲁迅先生所说：“时间就像海绵里的水，只要你愿意挤，总还是有的。”我们应该抓住每一分，每一秒，趁青春年少，努力学习，奋发图强，为实现中华民族伟大复兴梦承担一份责任，担当一份使命。

家风，是家族风尚的展现，代代传承。勤俭是中华民族的传统美德，它应当被学习，应当被发扬光大。家风传承，勤俭至上！

点评：文章结构紧凑，完整，多处运用名言警句，文笔优美，语言铿锵有力，主旨明确，首尾呼应，有着画龙点睛之效。

朔城区四四(278)班 齐诗冉 指导教师：高婧芳

科普地震 保护生命

义卖活动