



《亲子周刊》 官方微信公众账号

亲子驿站

解奥秘 趣实践

亲子驿站带娃玩转科学

4D电影带来奇幻体验、光影实验揭秘彩虹成因、VR模拟感受醉驾危险、游戏闯关学习交通规则……从科普知识启蒙到安全实践教育，日前本报亲子驿站开展科技馆探秘和交通安全训练营等主题活动，为亲子家庭搭建起寓教于乐的成长平台，让萌娃在欢声笑语中解锁新知识。



关键词:科普

解锁科学奇妙之旅

“小朋友们在日常生活中见过彩虹吗？大家知道它是如何产生的吗？”日前，本报亲子驿站组织晋江市实验幼儿园、晋江市第六实验幼儿园的数十组亲子家庭走进晋江科技馆，开启了一场集趣味、知识、互动于一体的科学探秘之旅。

活动现场，孩子们的欢笑声此起彼伏。在工作人员的引导下，亲子家庭们分批次有序走进4D影院，观看奇幻电影《花灵谷》。随着影片的播放，座椅的震动及电影特效，让孩子们仿佛真的踏入了一个充满魔法的花灵世界。大家紧紧攥着家长的手，眼睛瞪得圆圆的，时不时发出惊喜的呼喊，沉浸式的观影体验让大小朋友都直呼过瘾。

观影结束后，科技馆的各个主题展厅成了孩子们的“快乐大本营”。在探索发现展厅里，大家围着机械传动模型目不转睛；在球趣物语展区，彩色小球的滚动轨迹引发阵阵讨论；在生命科学展厅中，人体构造科普展板前，孩子们认真听着家长的讲解，时不时提出天马行空的问题；而科技体验区的互动装置前，每个人都迫不及待地想要亲手操作一番。

在光影探秘区，这场活动的“科学小课堂”正式开讲。在工作人员专业的操作下，一道迷你彩虹瞬间出现在镜面上。“这就是光的折射！”工作人员的话音刚落，孩子们便争先恐后地凑上前观察。大家亲手触摸光影装置，在明暗交替中，直观地理解了光的折射与反射原理；在虚拟互动物理空间，孩子们的小手在电子屏幕上轻轻点击、滑动，屏幕里的科学装置便随之运转起来。在一次次互动中，原本晦涩的知识变得生动易懂，孩子们在玩



乐中收获满满。

最让大家印象深刻的，当数人体导电科普环节。在特制的导电实验装置前，工作人员邀请小朋友和家长依次上台体验。在这个过程中，亲子家庭了解了人体导电的原理与影响，并延伸到日常用电的安全规范。“雷雨天在外行走切忌大步，跨步越小，电压越小，安全性就越高。”工作人员耐心地解释其中的科学道理。

活动结束后，不少孩子仍意犹未尽。“这样的活动太有意义了，既让孩子在玩乐中学习科学知识，又增进了亲子间的感情。”不少家长表示，此次科技馆探秘活动，不仅激发了孩子们对科学世界的探索热情，更让大家在沉浸式体验中收获了知识与快乐。

关键词:实践

探秘交通安全训练营

11月30日上午，本报亲子驿站发起的“交通安全知识训练营”活动吸引了来自晋江市池店桥南中心幼儿园、池店镇启梦幼儿园及紫帽第二中心幼儿园的25组亲子家庭到场参加，通过和交警叔叔阿姨面对面交流，和有趣的互动，小朋友们学到了不少交通安全知识。

活动开始后，小朋友们在紫帽交警中队陈凌波的带领下，参观了122报警值班室和交通指挥调度中心。随后，陈凌波为小朋友讲解了对讲机、执法记录仪、反光服、警棍、酒精测试仪等警用工具的作用和使用方式。

在随后的体验环节里，最受欢迎的莫过于VR醉驾模拟眼镜体验和交通安全游戏棋。在VR醉驾模拟眼镜体验环节，小朋友戴上VR醉驾模拟眼镜，沿着地上的直线行走，走着走着都走歪了。“感觉头很晕，看不清路。”直观的体验让孩子们在游戏中互动中了解了交通安全知识。在交通安全游戏棋环节，小朋友们被分成了红、蓝、绿三队，并根据骰子提示的数字，在交通游戏棋上行进，遇遵守规则的按提示前进，遇违反规定的按提示退后。最后，小朋友们都成功到达终点，成为“交通安全小专家”。

活动的最后，小朋友们坐上了警用摩托车、警车，学习正确地佩戴安全头盔、系安全带，还跟交警叔叔阿姨、警车合影，开心极了。



晋江经济报亲子驿站 实践基地
—— 中国品牌之都·亲子推荐品牌 ——

攀登体育

篮球 体能
跳绳 跑酷

上课地址: 崇德路金融广场
攀登体育 Ascend Sports TEL:173 599 992 21

晋江市第三实验幼儿园 开展“探秘小学”活动



本报讯 日前，晋江市第三实验幼儿园组织全体大班段466名幼儿走进晋江市第二实验小学(主校区)，开启了幼小衔接活动之“参观小学”的探索之旅。

活动当天，孩子们满怀兴奋和期待的心情步入小学校园，心中有关小学的“十万个为什么”等着大家一一解开。在操场上，孩子们和哥哥姐姐一起感受课间操的活力和快乐，稚嫩的动作中透露出对“小学生活”的深深向往；随后，孩子们凭借着“暗号”找到了自己的“学习共同体”，并在他们的带领下参观校园，哥哥姐姐们耐心地回答疑问，并生动地讲述校园生活。在这个过程中，孩子们对小学生活有了清晰的认识。

值得一提的是，孩子们还走进教室，和小学老师、哥哥姐姐们互动交流，学习了眼保健操和朗读课文等，沉浸式体验小学课堂的独特魅力。随后，还在小学老师的带领下有序参观少先队室、校史馆、图书馆等场所，一路触摸、观察，新奇与惊喜溢于言表，真切感受着小学与幼儿园的差异。

该园园长陈白鹭表示，此次活动让孩子们对小学生活有了更直观、更深入的了解，消除了他们对小学的陌生感和恐惧感，为他们顺利进入小学打下了坚实的基础。据悉，该园已连续5年科学地开展幼小衔接系列活动，满足幼儿对小学生活的探知欲，帮助他们更直观、更全面地了解小学生活、学习环境，以积极的心态迎接小学生活。

晋江市实验幼儿园 第二届亲子定向赛 嗨翻五店市

亲子健康

降温了 如何健康吃火锅?

“大雪”时节已至，火锅成为不少家庭餐桌上的“主角”。因为其可荤可素、方便省事，还能长时间保温，很多家长颇为青睐。那么，孩子肠胃比较脆弱、身体消化功能尚未发育完全，如果经常性地涮火锅，家长该如何带着孩子吃得健康呢？本期“亲子健康”将分享实用干货，快来收下吧！

● 把关火锅食材

“气温一下降，我们一家人的晚餐经常选择吃小火锅，下班后去超市买些新鲜的食材，一家人围坐在一起吃火锅既温馨又暖身，而且火锅食材多样、营养丰富，也能改善孩子挑食的毛病。”家住中航城的杨女士分享道，火锅的热汤加上荤素食材的搭配，能够增加孩子的食欲，且自始至终都是吃热乎的食物，孩子吃得慢点也没关系。

那么，如何陪孩子吃火锅吃得健康呢？麻辣锅底是很多家长的选择，但对于小朋友来说则过于“刺激”。大部分孩子无法适应对咽喉部的刺激，如过度吃辣还可能会导致喉咙肿痛、胃溃疡、胃炎、腹泻等消化道疾病。为此，和孩子一起吃火锅时，建议锅底以清淡口味为主，可以选择清汤，适当加入白萝卜、葱、姜，或者试试骨头汤、西红柿汤或椰子鸡锅底等，不宜辛辣油腻。

在选择火锅食材方面，建议选择易消化的食材，尽量做到荤素搭配。比如，选择富含维生素、膳食纤维的蔬菜，包括萝卜、白菜、冬瓜、土豆、山药等，可清汤去火；还可以加点豆腐、腐竹等豆制品，以及瘦肉、鸡肉、鱼虾贝类等低脂肪肉类的菜品，避免孩子摄入过多油脂，引起腹泻、腹胀等肠胃不适症状。

● 注意用餐安全

那么，不论是居家吃火锅，还是外出聚餐，建议家长注意火锅用餐安全与卫生。当火锅热气腾腾时，家长要让孩子离火锅远一些，避免烫伤。如果孩子迫不及待地想赶紧吃美食时，可以拿个盘子将煮熟的食物捞起放一会儿，避免心急而烫嘴。值得一提的是，涮火锅时讲究生熟有序，建议先涮蔬菜，再食肉类。涮的食物要在滚热汤中煮熟煮透，避免胃肠道出现不舒服的情况。吃完火锅的30-40分钟后，可适量吃些水果。水果性凉，可有效防止“上火”。

本报讯 红砖古厝间，亲子携手闯关忙；石板巷道里，欢声笑语漾满场。9日上午，晋江市实验幼儿园“小脚印·大坐标”第二届亲子定向赛在晋江市五店市传统街区火热启幕，近200组大班段亲子家庭齐聚这片充满闽南韵味的街区，开启一场集运动趣味、亲子温情与文化体验于一体的欢乐之旅。

活动尚未正式开始，五店市的广场上已是人头攒动，热闹非凡。动感十足的音乐一响起，专业教练便带领着亲子家庭们跳起热身操。孩子们蹦着脚尖、晃着小手，跟着节奏蹦蹦跳跳；家长们也放下平日的拘谨，跟着教练伸展、跳跃，与孩子并肩舞蹈。暖阳洒在一张张笑脸，欢快的氛围瞬间弥漫开来。

热身过后，老师们化身“安全讲解员”，细致地向大家介绍活动场地的分布、各个打卡点的位置，以及行动安全细则、应急求助指引和行为规范。“如果在活动中与家人走散，一定要第一时间找穿红色马甲的老师求助”，“打卡时注意脚下石板路，避免绊倒”，一句句贴心叮嘱，为这场欢乐派对筑牢安全防线。

随着一声清脆的哨响，亲子定向赛正式拉开帷幕！孩子们像一只欢快的小鸟，牵着家长的手，紧紧攥着打卡地图，化身“小小探险家”穿梭在古厝板桥之间。大家对照着地图上的标记，你追我赶，争相寻找隐藏在巷陌里的打卡点。拾花轿、投壶、拍洋画、亲子跳绳……每完成一个项目，亲子家庭的积分卡上就能收到对应的积分。活动最后，该园根据每个亲子家庭运动打卡的积分颁发金、银、铜奖牌。

“把赛场搬进五店市，是想让孩子们在运动中触摸家乡文化。”晋江市实验幼儿园园长陈雨坤表示，此次赛事以五店市市场地为坐标点，串联趣味的运动项目与闽南传统运动体验，亲子协作完成定向打卡，是一场集“运动+陪伴+文化”的奇妙旅程。在活动中，孩子们通过奔跑与探索锤炼拼搏、协作的运动精神，在触摸红砖古厝、体验民俗运动中读懂家乡故事、厚植情怀；而家长也放下了忙碌，与孩子并肩闯关，见证成长、凝聚亲情。

据了解，该园



坚守“自由呼吸 快乐成长”的办园理念，深耕“空间育人”与幼儿体育融合的实践路径。从园区运动空间的匠心打造入手，创设攀爬、平衡、民俗游戏等多元动态场景，更是通过设计趣味运动项目，让运动成为孩子们日常的生活方式。此次定向活动，幼儿园将孩子们的运动舞台延伸至五店市，让孩子们在古厝巷道间踏出成长的足迹。

家长互动墙

大七班许若颖的爸爸：我还是第一次带孩子参加这种定向活动，觉得特别有意义。拿到打卡地图，我们就先商量好最优的打卡线路，活动开始后就鼓励孩子按照地图去寻找打卡点，我们总共用了20多分钟就完成了所有的打卡任务。活动中孩子遇到找不到打卡点的小挫折时，没有哭闹放弃，而是主动询问路人、对照地图反复查找，这份坚持让我倍感欣慰。这个活动一方面锻炼了孩子不怕困难、坚持到底的良好品质，还培养了家长和孩子的默契度以及亲子情感，希望今后还能多参加学校举办的这类活动。

大五班春秋的爸爸：亲子定向运动跟平时的户外活动有所不同，这场更侧重家庭的默契配合，及能否坚持到底的耐力。活动中，定向地图和指南针的应用，新奇又有趣。孩子通过寓教于乐的方式，掌握了东、南、西、北等坐标方位知识，学习娱乐和运动完美融合，印象非常深刻。路途中，我们一起经历考验和欢乐的闯关，家庭关系变得更加融洽了。



灵水中心幼儿园 举行讲闽南故事比赛

话闽南 文脉润

中心幼儿园践行社会主义核心价值观



本报讯 为落实中华优秀传统文化传承发展要求，让幼儿在讲述与聆听中感受文化魅力，厚植文化认同感，日前，灵水中心园总园及小厝塘园分别举行了2025年秋季践行社会主义核心价值观闽南故事比赛。

比赛中，小选手们用稚嫩又真挚的声音，将一个经典闽南传说、本土乡土趣事娓娓道来，时而生动模仿角色语气，时而搭配可爱肢体动作，把故事讲得绘声绘色。孩子们在舞台上展现出满满的勇气与活力，也在场聆听深深领略到闽南文化的鲜活韵味与独特魅力。一番精彩角逐后，评委老师们聚焦故事完整性、语言清晰度、舞台表现力三大核心，兼顾孩子们的童真创意与现场表现，最终评选出各级奖项。

灵水中心幼儿园负责人表示，此次活动的开展，不仅为幼儿提供了一个自我展示的平台，更让大家在乡音、乡情与乡趣中，沉浸式感受了闽南文化的鲜活魅力。学园将继续以多样化的活动推动闽南传统文化教育，进一步夯实文化传承基础，让闽南文化在新一代的童声里代代相传。

本版由本报记者张清清、黄海莲采写