

# POP SCIENCE 绵阳 科教新报

2022年7月1日 第27期

快乐暑假  
这份“行事历”请查收



# 目录

Table of contents

**主管** 绵阳市广播电视台  
**主办** 绵阳市广播电视台  
5·12汶川特大地震纪念馆  
绵阳市教育科学研究所  
绵阳市青少年科技教育协会  
**编辑出版** 绵阳广播电视台有限责任公司  
**业务指导** 绵阳市教育和体育局  
绵阳市科学技术协会  
绵阳市关心下一代工作委员会  
**顾问** 冯正碧(中共绵阳市委宣传部分副部长,5·12汶川特大地震纪念馆党委书记、主任)  
王久华(绵阳市科协党组书记、常务副主任)  
赵光周(绵阳市关工委常务副主任)  
马晓燕(5·12汶川特大地震纪念馆党委委员、副主任)  
何勇(绵阳市科协党组成员、副主席)  
罗小兵(绵阳市教育科学研究所所长)  
龚林泉(绵阳市教育学会秘书长)  
**董事长** 王虹  
**总编辑** 廖廷莉  
**副总经理** 艾斌  
**主编** 张瑞  
**特邀编辑** 张晓蓉(绵阳市教育科学研究所)  
赵建平(5·12汶川特大地震纪念馆)  
李开雁(绵阳富乐国际学校)  
魏开(绵阳东辰国际学校)  
向蓉德(绵阳第一中学)  
杨涛(绵阳南山中学)  
赵其明(绵阳市富乐实验中学)  
伍智发(绵阳南山中学双语学校)  
罗晓燕(绵阳市实验小学)  
田玉荣(绵阳东辰国际学校小学一部)  
徐华(绵阳市实验小学)  
向洲(四川省科学城春蕾学校一校区)  
左发兵(绵阳市富乐实验小学)  
赵艺(绵阳中学英才学校)  
**美编** 金华  
**总校对** 一瑞 彭玉婷  
**运营** 绵阳广电传媒有限责任公司  
**编辑中心** (0816) 6330105  
**地址** 绵阳市科创园区九洲大道210号  
**邮编** 621000  
**工商广许证** 5107000249  
**发行部/办公室** (0816) 2268401  
**刊期** 月刊  
**出版日期** 2022年7月1日  
**国内统一刊号** CN51-0122  
**邮发代号** 61-118

<b>特别策划</b> ·····2022 暑假行事历·····	01
一字一世界 一笔一乾坤·····	02
读书,让自己变得更辽阔·····	04
培养兴趣爱好 成为更好的自己·····	06
求生技能 可以多“亿点点”·····	07
别躺下,动起来——中国风漫画解锁运动项目·····	08
每看部电影都是一次“旅行”·····	10
丢掉坏习惯 一切都会更好·····	12
GO!家庭导游即将上岗·····	14
小鬼当家——“一日小主人”家庭劳动实践·····	15
每交一个新朋友都是一次激动人心的冒险·····	16
帮助他人 完善自我——参加一次志愿服务活动·····	18
家书抵万金·····	20
<b>活动报道</b> ·····中泰文化小使者上线·····	21
<b>第37届绵阳市青少年科技创新大赛成果展示</b>	
科幻画·····	22
防疫小卫士·····	29
家庭水循环系统·····	30
卡通电磁秋千·····	32
尺子画角器·····	33
多功能衣架·····	34
多功能铜铝钢传热演示器·····	35
美术教学用临摹透台·····	37
<b>弘扬抗震救灾精神</b> ·····中国国家地震灾害紧急救援队·····	38
“最牛校长”叶志平·····	39
雷雨天气怎么防雷?·····	40
日不西沉·····	41
<b>你知道吗</b> ·····不懂电磁弹射,还咋夸福建舰?·····	42
<b>文学少年</b> ·····美丽的蒲公英妈妈·····	44
我的超级妈妈·····	46
明天要远足·····	48
最好的作品·····	50
我的小秘密·····	51
生逢盛世不负盛世 生逢其时奋斗其时·····	52
父爱是无法用金钱来衡量的·····	53
童年趣事——耍雨·····	54
我的烦恼·····	55
鸟笼! 黑洞!·····	57
大年三十逛夜市·····	59



扫一扫,  
关注本报  
更多精彩内容

投稿邮箱:kejiaoxinbao2020@163.com



# “生死救援”

## ——中国国家地震灾害紧急救援队



“5·12”汶川特大地震发生后,作为国家专业救灾机构,成立于2001年的中国国家地震灾害紧急救援队(对外称中国国际救援队)按照国务院抗震救灾指挥部一级响应机制紧急部署,整合集结了180人的救援队伍,在第一时间赶赴抗震救灾第一线。中国地震灾害紧急救援队勇挑重担,完成了最危险、最艰巨的任务,共营救出49名幸存者,其中包括北川县城被困的最后一位幸存者李明翠。这支专业队伍为拯救人民群众生命,为灾区社会稳定和恢复家园作出了突出贡献。多年来,中国地震灾害紧急救援队一直奋战于救援事业第一线,先后赴新疆巴楚伽师、阿尔及利亚、伊朗巴姆、印尼班达亚

齐、巴基斯坦巴拉考特等地参加国内外地震救援,屡立战功,展示了中国在国际人道主义救援中的重要作用,彰显了中国关心世界、关爱生命的国家形象。在执行一次次的突发灾难事件紧急救援任务的过程中,中国国家地震灾害紧急救援队为国家赢得了荣誉,为民族增添了光彩。

### 5·12 汶川特大地震亲历者口述史



扫描二维码

听亲历者讲述

# “最牛校长”叶志平

叶志平,1953年9月出生,四川绵竹市人。中共党员,大专学历。绵阳市安县桑枣镇初级中学校长。他把师生的生命安全放在首位,想方设法加固维修实验教学楼,要求施工单位把存在安全隐患的厕所楼拆除,重新在一楼的安全处搭建平房厕所。对存在安全隐患的教学楼,重新在原板缝中灌注混凝土,对整栋楼的22根承重柱子重新灌注水泥加粗为“五零柱”。对新建的教学楼,严把质量关,要求施工队在每块大理石板上都打4个孔,用金属钉挂在外墙上再贴好。桑枣中学针对学校地势,制定了紧急疏散方案,每周二为安全教育时间,每学期组织1次紧急疏散演习。汶川特大地震发生时,全校师生从不同的教学楼全部疏散到操场排队站好,用时仅1分36秒。

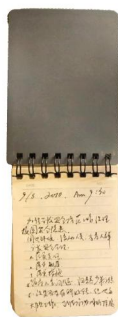
桑枣中学的抗震奇迹感动了广大网友,他被网友们称赞为灾区“最牛校长”。他组织学校教师投入抗震救灾工作,清理受损校园,搭建临时教室,为复课做好准备。2011年6月3日晚,他因操劳过度,突发脑溢血,被立即送往绵阳市第三人民医院紧急抢救。6月20日,转入四川大学华西医院进行治疗。6月27日,医治无效逝世,年仅57岁。他以共产党员的高度责任感带领教职工一直战斗在抗震自救的最前线,他兢兢业业、未雨绸缪、自强不息,为了学生、为了教育,做好工作的点滴,直到生命尽头。



职务座牌



工作证



笔记本



台灯



图片是5·12汶川特大地震纪念馆收藏的叶志平校长的职务座牌、工作证、笔记本和台灯等。

应急  
科普

# 雷雨天气怎么防雷？

当前，雷雨天气多发，大雨常常伴有雷电，会威胁到大家的生命安全。雷击究竟会给人类带来哪些危害？我们又该如何防范雷电？快来了解一下。

## ☞ 雷击会对人体造成三种致命伤害

- ①伤害神经和心脏。
- ②烧伤。
- ③雷电冲击波造成的内伤。

## ☞ 室内如何防雷

- 1、关好门窗，以防侧击雷和球状雷侵入。
- 2、切断电源，最好把家用电器的电源切断，并拔掉电源插头；不要接打固定电话。
- 3、远离带电设备。不要接触天线、煤气管道、铁丝网、金属窗、建筑物外墙等；远离带电设备；不要赤脚站在泥地和水泥地上。

## ☞ 户外如何避雷

- 1、不要停留在高楼平台上；
- 2、远离建筑物外露的水管、煤气管等金属物体及电力设备；
- 3、不宜在大树下躲避雷雨；
- 4、如果在雷电交加时，头、颈、手处有蚂蚁爬走感，头发竖起，说明将发生雷击，应赶紧趴在地上，并取下身上佩戴的金属饰品和发卡、项链等；
- 5、如果在户外遭遇雷雨，来不及离开高大物体时，应马上找些干燥的绝缘物放在地上，并将双脚合拢在上面，切勿将脚放在绝缘物以外的地面上，因为水能导电；
- 6、在户外躲避雷雨时，应注意不要用手撑地，同时双手抱膝，胸口紧贴膝盖，尽量低下头；
- 7、当在户外看见闪电几秒钟内就听见雷声时，

说明正处于近雷暴的危险环境，此时应停止行走，两脚并拢并立即下蹲，不要与人拉在一起，最好使用塑料雨具、雨衣等；

8、不宜在旷野中打伞，或高举羽毛球拍、高尔夫球棍、锄头等；

9、不宜进行高尔夫球、足球等户外球类运动，不宜在水面和水边停留，不宜在河边洗衣服、钓鱼、游泳、玩耍；

10、不宜快速开摩托、快骑自行车和在雨中狂奔。

## ☞ 遭遇雷击如何急救？

如果伤者遭受雷击后引起衣服着火，此时应立刻让伤者躺下，以使火焰不致烧伤面部，并往伤者身上泼水，或者用厚外衣、毯子等把伤者裹住隔绝空气，以扑灭火焰。

若伤者神志清醒，呼吸心跳均正常，应让伤者就地平卧，严密观察，暂时不要站立或走动，防止继发休克或心衰。如果遇到一群人被闪电击中，那些会发出声息的人不要紧，应先抢救那些已无法发出声息的人。

伤者丧失意识时要立即叫救护车，并尝试唤醒伤者。呼吸停止、心搏存在者，就地平卧解松衣扣，通畅气道，立即口对口人工呼吸。心搏停止、呼吸存在者，应立即做胸外心脏按压。

若发现其心跳呼吸已经停止，应立即进行胸外心脏按压和口对口人工呼吸等复苏措施，适度延长抢救时间。

(来源：综合新华网、云南日报、中国军网)



## 历届“地震纪念馆杯”系列活动优秀作品选登

# 日不西沉

绵阳中学实验学校 2016 级 2 班 李周斯琪

2016 年

微阳初至日光舒。

所谓的生活不过是当你揭开一层迷雾后，看到的不是阳光，而是另一层迷雾。

灾难，莫过于是对我们伤害最大的事。无论是身体上，还是心灵上，我们无法让时光倒流或快进，而只能身处现在，所以世界上每一个人下一刻都有可能遭受你所料想不到的事。而在无尽的绝望和痛苦之中，我们必须学会坚强，学会在坎坷中站起来，再走出去，有人说，上帝为你关上一扇门，必将会为你打开一扇窗。但在你面对无尽无边的绝望和痛苦时，你会感到似乎所有的希望在一瞬间毁灭，自己正处于没有边界的黑暗中，其实不然，你只要向前迈一步，就会发现迎接你的是万丈光芒。

真正通往光明的路，不是你所走所经过的泥泞路，而是我们心里的一丈红尘，万里归途。

作为中华民族的儿女们，我们就必须学会从磨难中站起来，再从磨难中踏出去，让我们的民族精神和光辉播洒在全世界。同时，你也必须清楚，还有许许多多视你如命的人，为了他们，再多坚持一刻也是值得的。而此时此刻生活在幸福社会的我们，没有什么不能满足的，大概是上帝在忙碌时错手把这份温暖赠与我们。但我们不能心安理得地接受这份温暖，要将它传递给从黑暗中走出来的人们，或正处

黑暗的人，温暖自己，也温暖他人。

世界上给人们带来温暖的方式大概有两种，一种是身体上的温暖和舒适，而另一种是来自心灵深处最原始的召唤。不言而喻，更多的人更渴望心灵上的温暖。每时每刻都有人面临孤独、恐惧、绝望，而使他们坚强走下去的，往往就是一些微不足道的善意。所以，趁幸福还环绕在我们身旁，弥漫在空气里，洋溢在阳光中，多一些善举，多给他人一个微笑、一个拥抱、一些温暖。

生活所带给我们的是风、是雨、是夜晚、是欢声、是笑语、是阳光，我只静默地瞧着那寂寞的路展向两头。

这是发生在我身上的故事，现在我讲给你们听，我由于成绩不太好备受压力，来自于老师，也来自于家长。我也曾处于绝望之中，可是，在黑暗的边缘，我寻找到了丝丝阳光，带我走出黑暗，在压力中，我学会了进步，学会了成长，过程可能是极其艰难的，可结果却会是你意料之外的惊喜。所以，请不要害怕，不要惊慌，在无边无际的黑暗之中，你会被温柔相待，会有阳光引领你向前去。

愿我们能拥抱生命里所有的好与坏，因它们终将逝去，也因他们如此刻骨铭心。

要坚信，日不西沉。