



小记者大视界

提升科学素养 普及科学知识

重庆科技小记者走进公民科学素质大赛

了不起的科学

□大渡口区实验小学 陈空蒙
指导老师 李涛

8月24日,首届川渝公民科学素质邀请赛暨第六届重庆市公民科学素质大赛总决赛开赛啦!我荣幸地当上了科技小记者,观看了本次比赛。

来到两江丽景酒店长江厅,我看到11支代表队济济一堂,选手个个胸有成竹。参赛席后还有大众评审团和小记者,阵容庞大。我想,比赛一定特别精彩吧!

主题展演干货满满

激动人心的“科学听我说”展演开始了。选手们有备而来,带来了我闻所未闻的科学小故事《天空护卫队——热棒》《为什么高铁那么快》……但最吸引我的要数《蚊》所未闻了,它简直就是为我私人定制的解惑小课堂。在我们家,妈妈A型血,爸爸B型血,我却是O型血。每到夏天,我的皮肤总是被蚊子叮



陈空蒙采访参赛选手。
记者 蓝渝凯 摄

得“面目全非”。以前我以为是血型作怪,埋怨父母血型遗传“变异”。今天,我知道了,这是因为我体内二氧化碳太多,所以会被蚊子追着咬!我亲爱的O型血,以后我会用搭蚊帐、开空调、用灭蚊液等方法来保护你。

科普知识竞答扣人心弦

如果说观赛让我收获了不少科学知识,那科普知识竞答就让我坐上了过山车。我感觉自己比选手还紧张,替他们捏了一把汗。只可惜我知道的科学知识太少,很多时候都干着急。因此,我暗暗下决心今后一定好好丰富我的科普题库。总决赛抢答环节可真是残忍——犯规要扣分,答错也要扣分,而且得分值是多少分,就要相应扣多少分!我看着11支代表队的分数相差得越来越大,真正见识了“天外有天”。最终,綦江区代表队以612分的成绩取得了本场比赛第一名。

现场采访信心倍增

这场比赛竞争激烈,各代表队团结拼搏、永争第一的精神深深打动了我们。“台上一分钟,台下十年功”,我采访了第一名綦江区代表队的一名选手,问她参赛的收获。她说:“我很高兴在这次比赛中增长了知识,能与这么多优秀队员同台竞技,是一个非常难得的提高自己的机会。我在以后的工作中要努力完善自己,学习其他组的优势,提高自己的科学素养,力争更上一层楼,继续将科技事业进行到底。”她真谦虚呀!

科技真魅力,能改变我们的生活,给我们生活带来便利,让生活变得“随心所欲”。我为参赛选手点了个赞,也下定决心要在以后的学习中讲科学、爱科学、学科学、用科学!



活动现场。
见习记者 张世林 摄

科技赋能 生活变样

□大渡口区实验小学 陈激滢
指导老师 李涛

“只有想不到,没有做不到。”这是我参加了首届川渝公民科学素质邀请赛暨第六届重庆市公民科学素质大赛总决赛最大的感受。

在“科学听我说”展演中,11支代表队都“八仙过海,各显神通”,通过科学小品的方式,让我们这些小听众听得津津有味、意犹未尽。科技的力量无穷大,悄无声息地让我们们的生活变了模样。

不知从什么时候开始,一机在手,“码”上解决,已成为现代人必不可少的生活方式。就拿我家暑假“藏疆行”来说吧,吃饭、购物、加油……没有什么不是扫“码”不能解决的。在成都的川西坝子老火锅,我把满满两大盘堆成“山”的菜盘放在扫“码”台上,不到一分钟,菜品明细就准确无误地出现在电脑屏幕上,我将付款手环对准支付口一刷,总价就出现了。不到一分钟哦,我简直不敢相信,嘴巴张得都能塞进鸡蛋了。正如丰都选手所说,“码”上生活真便捷呀!科技让我们改变!

同样让我惊讶的还有永川选手提到的自动驾驶技术。以前,我理解的无人驾驶技术只能在专用车道上

行驶,这次“藏疆行”我坐哥哥的沃尔沃汽车,发现自动驾驶竟然能在路况较好的国道上奔驰。我本来正好奇是怎样的驾驶技术,才能让汽车保持合适距离沿着边线匀速前进?结果是AI无人驾驶系统。只要选用驾驶模式,它就能准确行驶在指定路线上,并且能分辨出转弯自动旋转方向盘。当你手离开方向盘,屏幕上还会提示你安全扶好方向盘。你有没有觉得这套系统很了不起?古人都不敢想的领域变成了现实,我们的生活踏上了“科技高速公路”。

綦江区代表队选手讲述的《天空护卫队——热棒》也引起了我的共鸣。从拉萨去那曲的路上,青藏铁路一路向北,陪伴我们翻越唐古拉山。高海拔的唐古拉山终年积雪,这一带全是冻土,所以公路沉降,一路颠簸。当我正在想青藏铁路的铁轨会不会因沉降变形时,却惊奇地发现,青藏铁路旁插着好多竖立的“铁棒”!原来,它们就是“热棒”,一种高效的热导装置,帮助我们解决了冻土病害,攻破了外国人说咱们修不出翻越唐古拉山的“天路”的断言。

科技让我们改变!科技让我们飞跃!科技让我们自豪!科技兴则国兴,科技强则国强,这就是中国力量!

准大学生你好:

新的起点,你准备好了吗?

随着一封录取通知书飞往千家万户,又一批高二的学子经过高考的搏杀,即将进入大学开始新的生活。上大学你准备好了吗?你打算怎么度过未来几年的时光?以下几点建议供准大学生们参考。

养成健康的生活习惯 坚持体育锻炼

联合国教科文组织2023年《全球教育监测报告》提到,沉迷于游戏、娱乐、各种信息和视频会对健康和幸福产生负面影响。现在的年轻人尤其是大学生熬夜现象非常严重,网上的小段子写道:“月亮不睡我不睡,我是秃头小宝贝。”长期熬夜容易造成脱发、视力下降、神经衰弱等危害。网络沉迷、手机依赖、信息茧房等问题,青年人尤其要注意。

健康千万条,睡眠第一条。大学生要重视自己的健康问题,按时吃饭,不熬夜,经常进行体育锻炼,增强自身体质。

大学时期是人精力最旺盛、最为活泼、最为自由的一段时间,加强运动对大学生有很多好处。学习之余坚持体育锻炼,不但能缓解紧张的生活,还可以放松心情,跑步、游泳、篮球等都是不错的选择。好的习惯一旦养成,就可以伴随一个人一生的成长发展。

第31届世界大学生夏季运动会期间,来自世界各地的青年运动员齐聚成都,共赴一场青春之约。赛场上运动健儿的风采表现有没有激发你的运动热情呢?赶快动起来,享受锻炼和体育运动带来的欢乐吧。

学习是大学生生活的主旋律

部分同学进入大学后,以为获得了解脱,放松了学习,只顾游戏玩乐,上课时占最后一排玩手机,到了周末窝在寝室追剧打游戏,临考前突击抱佛脚,可能还会从一些“师兄”“师姐”或者网络上找到一些如何“听课”、如何考试投机过关之类的“技巧”,或者诸如间歇性踌躇满志,持续性混吃等死的状态。要知道“青春虚度无所成,白首衔悲亦何及。”大学生应该清醒地意识到:上大学的主要目的和任务是求学,学习是大学生生活的主旋律。

荀子在《劝学》开篇说道:“学不可以已。”意思是说求学不可以让它停止,也可以理解为学习是无止境的。习近平总书记指出,青年人正处于学习的黄金期,应该把学习作为首要任务,作为一种责任、一种精神追求、一种生活方式。大学的学习方法和模式不同于高中,更加灵活,自主性更强,需要学会主动学习和探索,从“被动性学习”转向“自主性学习”。

在日常学习中,课堂是学习的“主阵地”,认真听讲,积极消化,课后还可通过中国大学慕课、国家高等教育智慧教育平台等在线平台进行巩固和提高,学校各种讲座、图书馆都是很好的渠道。大学的学习生活是宽松、自主的,进入大学,每门学科有各自的学习方法,掌握了好的学习方法,就会事半功倍,成为一个会学习、能学习的大学生。同学们可以在大学通过系统训练,形成较强的表达能力、批判能力、创新能力、终身学习能力。

博览群书经典著作不错过

大学生每天花多长时间阅读?最喜欢读什么类型的书?曾有媒体对此进行了问卷调查,结果显示:近五成学生每天读书不足半小时,超四成学生每

月读书不足一本,小说、名著、传记最受学生欢迎;近六成学生对自己读书的情况不满意。在互联网时代,不少大学生对网络和手机过度依赖,使自己的空闲时间被屏幕占据,进而影响到阅读状况。

中国自古就有读书的优良传统,热爱读书、崇尚读书之风绵延数千年。所谓“士欲宣其义,必先读其书。”毛主席曾说:“饭可以一日不吃,觉可以一日不睡,书不可以一日不读。”高尔基说,书籍是人类进步的阶梯。大学是同学们人生路程的新起点,必须明确认识到读书学习的重要性,合理利用好时间,从娱乐性、碎片化的浅阅读过渡到以提升学识修养和思考能力为目的的深阅读,才会真正有所收获。除了在课堂上跟随老师学习外,还应大量阅读课外书籍,多读经典,如天文、地理、人文、社会、经济、政治等。

锻炼独立面对生活的能力 积极参与实践活动

高中生活多是“两点一线”“三点一线”,生活所需都由老师和家长安排好了,而大学生活更宽松自由,大学生的校园丰富多彩。而部分有些轻微社恐的同学,不敢去参加社团活动,渐渐地习惯了只当观众,成为“局外人”。

面对即将到来的大学生活,准大学生最重要的就是调整好心态,更加自立,锻炼自己独立面对生活的能力。大学阶段培养独立能力,首先要有独立成长的主动意识,其次,在学习生活中遇到挫折和困难时,要有意识地培养独立处理事情的能力,主动寻找锻炼机会。

大学学习之余,社团和各种活动是大学学习生活中重要的一部分内容,给了你发现不同自己的机会,是一种自我历练与自我提升。根据兴趣爱好,合理安排时间,参与体验不同的社团文化,能结识更多的朋友,能提升自己的交际能力,能够发现自己潜在的特长等等。

做好财务管理 理性消费

随着经济的发展,消费水平的提高,消费需求也越来越多样,年轻人对品牌、时尚潮流、明星代言等标签的消费总是趋之若鹜;入学时购买的手机、平板、笔记本电脑等电子产品也成了标配;甚至一些同学“趁着暑假偷偷变美”,将割双眼皮、打水光针、“光子嫩肤”等医美整形项目列入暑期计划,期待着“割双眼皮后成功上岸,入学惊艳亮相”……

人有各种欲望,才会有各种追求,但任何事都要把握“度”,一旦过了“度”,浪费的就不仅是宝贵时间和大量金钱了。

因此,准大学生除了要规划好自己的学业,还要做好财务管理,提前规划生活费,合理开支,理性消费。如制定预算和做好决算,将自己需要买的东西列出清单,划掉不是必须买的,做好“计划消费”,准备账本,做好日常开支记录,月底做决算。克服一时的虚荣心与攀比心,慎用超前消费,学习了解金融理财知识,养成健康理性的金融理财习惯和成熟的消费观。谨防“校园贷”“套路贷”“培训贷”的陷阱。

人生的道路虽然漫长,但要紧处就那么几步,尤其是一个人年轻的时候。大学时期是人生最美好的时光,也是我们走向社会前最后的一站,这段时光至关重要,怎样度过关系到以后就业、深造,切莫在此期间蹉跎岁月,错失将来精彩的人生。

准大学生,你做好准备了吗?
(来源:教育部阳光高考信息平台)

图书馆数字化

8月23日,重庆图书馆,市民在数字阅读机上浏览数字图书。重庆图书馆稳步推进文化事业数字化服务能力,加快公共文化资源数字化。通过引入数字孪生、大数据分析、AI等先进技术,打造“重图映像”“智慧小图”“百变化身”“数字藏品”“智能云游”“VR阅读”“大咖讲书”“智慧书架”“开放式无感智慧借阅系统”等智慧数字图书馆服务场景。为广大读者提供可视化、场景化、沉浸式、互动式的阅读新体验。目前,该馆共有电子书160万余种,有声音频40万小时。今年上半年数字图书馆点击量达741.4万人次。

近年来,我市大力推进数字重庆建设,推进数字党建、数字政务、数字经济、数字社会、数字文化、数字法治应用。随着数字重庆建设不断推进,数字化服务惠及更多市民。
通讯员 孙凯芳 摄



九龙坡区“科翼龙飞”科普研学点亮科技之梦

本报讯(记者 魏星)为积极落实全市“七彩暑假,快乐成长”2023年暑期青少年公益性校外教育服务活动要求,推动科普资源助推“双减”,做好科普在“双减”工作中的加法。2023年暑期,九龙坡区科协开启了“科翼龙飞”青少年科普研学夏令营活动,挖掘辖区丰富的科普资源,面向青少年群体开启了一场场奇幻的科技之旅。

8月25日,九龙坡区“科翼龙飞”青少年科普研学夏令营活动迎来了最后一场活动,成都市新都区5组青少年家庭及重庆市九龙坡区的15组青少年家庭来到重庆海疆博物馆,开启了海洋军事科普体验活动。在科普讲解员的带领下,登上退役海军海舰(166舰)了解我国海洋国防与科技发展历程,感悟海军为确保我国海防安全的牺牲奉献精神。

据悉,自九龙坡区“科翼龙飞”青少年科普研学夏令营活动启动以来,场场活动爆满,得到了广大青少年群体和家长的喜爱。此次暑期夏令营活动共开展活动6场次,联动重庆科技馆、重庆动物园等单位10余家,累计

200余人次参加活动,近千人次通过“九龙科普”微信公众号关注活动,为丰富青少年暑期生活,培养科技创新思维,激发科技兴趣,引导学生树立科学理想搭建了活动平台。

近年来,九龙坡区始终坚持把支持青少年科技创新作为一项事关全局的战略任务来抓,进一步深化拓展青少年科技创新活动,在科普助力“双减”上做加法,充分挖掘辖区各类科普资源,鼓励社会科普资源积极参与青少年科技教育,全面提升全区青少年科普工作。

搭建“一中心一协会”

整合资源建设青少年科技活动中心,建筑面积近3000平方米,配备了各类科技展教设备118件和中国首座WWT互动式数字天象仪,可同时容纳近500名学生开展科技教育体验活动,为全区青少年开展科技活动提供了阵地支撑。加强全区青少年科技辅导员基地建设,做好全区科技馆导师师的培训管理,组织开展全区各类科

技赛事,指导学生参加市级及国家级科技竞赛活动,承办第38届重庆市青少年科技创新大赛。九龙坡区累计表彰“区长奖”55名、“提名奖”97名、“指导奖”44名、“培育奖”18所。在全国青少年科技竞赛中获奖85项,在市级青少年科技竞赛中获奖1465项,4人荣获重庆市青少年科技创新市长奖,1人荣获重庆市青少年科技创新市长奖提名奖,为实现我区“三高三宜三率先”总愿景和我国高水平科技自立自强培养了后备力量。

联合多部门打造科普阵地

联合区科技局、区教委、区农业农村委等多部门打造各类科普基地。目前九龙坡区有国家级科普教育基地1个、市级科普基地5个、区级科普基地22个、中小学科普教育社会实践基地6个、农村科普示范基地5个,常态化面向中小学生开展科技教育和科普研学活动。并联合重庆科技馆开展“馆校合作”,将“重庆科技馆九龙坡体验馆”流动至重庆市杨家坪中学彩云湖校区,

提供8个主题、40余套展教设备参与学校科技教育,让科普资源走进学校,增强青少年群体科技创新意识,为青少年“科创之梦”插上腾飞之翼。

挖掘资源构建全域科普格局

九龙坡区充分利用辖区丰富的科普资源优势,加强与重庆动物园、重庆市血液中心、建川博物馆等单位的联系,策划出“农科探索之旅”“国防军事之旅”等5条精品主题“科普研学线路”,联动开展“我为科普代‘盐’”等科普+旅游、体育、文化等融合发展体系,推动社会资源参与科普工作,构建全域科普工作格局。

接下来,九龙坡区将围绕青少年科学素质提升,深化“科翼龙飞”科普研学品牌,挖掘联动辖区社会单位参与科普,大力传播科学思想、普及科学知识、倡导科学方法、弘扬科学精神,营造重视和支持青少年科技创新的良好氛围,让科普之翼点亮青少年科技创新之梦,助力九龙坡科技腾飞。

134名大学生喜获 64万元永川区政协关爱基金资助

本报讯(通讯员 陈仕川)8月25日,永川区政协2023年关爱基金受助学生参观交流活动举行,134名经济困难大学生共获64万元永川区政协关爱基金资助。

交流会通报了2023年区政协关爱基金资助对象申报、走访及审核情况,宣读了2023年区政协关爱基金管委会资助决定。捐资代表、区政协关爱基金

管委会、区政协室负责人为受助学生代表发放助学金。当日上午,134名受助大学生来到长城汽车重庆分公司,走进生产车间,实地感受重庆发展新成就,领略现代制造业新风貌。

据了解,永川区政协关爱基金自2010年成立以来,持续深入“让爱延续”,已连续发放关爱基金536万元,让1451名学子圆梦大学。



捐资代表、区政协关爱基金管委会成员、区政协室负责人为受助学生代表发放助学金。
通讯员 陈仕川 摄