

有一种欢乐叫沈阳

老字号影城联手小记者团 打造研学基地

开启“春天花正开”公益观影活动

3月中旬，辽沈晚报小记者团在沈阳老字号影城光陆影城开启了一场奇妙的光影研学之旅，这次寓教于乐的活动让小记者们倍感惊喜、收获多多。这次活动也让我们看到了电影类研学对孩子们的兴趣激发和基本素质培养的积极作用。因此，辽沈晚报小记者团特别联手沈阳老字号影城光陆影城，打造沈城光影之旅研学基地。此外，影城举办的“春天花正开”公益观影等活动，也等待着小记者们揭开系列惊喜。

辽沈晚报小记者团是辽沈地区最具人气和知名度的儿童观影团，而光陆影城也是极具历史背景的沈阳老字号影城，这次的强强联手，将为小记者打开光影世界的大门。从电影知识的普及、电影作品的赏析到电影放映的体验、影城历史的解密，小记者们在光影之旅中体验感满满。

已经参与过活动的小记者们纷纷表示意犹未尽，小记者顾雨赫表示：“这次影城探访让我了解了中外电影历史，我还参观了电影放映室，没想到，在大银幕的背后还有这么多精彩的故事。以前只是单纯喜欢看电影，现在我对电影的制作产生了兴趣。”小记者王祉霖表示，没想到一座影城的背后还有那么多的故事，“这次的电影研学让我收获太多啦，原来我们沈阳城有这么多的历史故事。”

除了探访影城的台前幕后，陆续还有更多主题电影活动等惊喜等待着小记者们，其中包括将在近期启动的“春天花正开”公益观影活动。作为百年光陆影城惠民活动的再升级，“春天花正开百年光陆免费观影”主题活动将从3月29日到4月27日每周一至周日13时30分开展免费公益专场放映，影迷观众们可以通过线上报名的方式来预约观影。放映的影片类型多以当代红色主题影片为主，其中包括《建军大业》《建党伟业》《建国大业》等经典大片。

辽沈晚报的小记者们也将积极地参与到这次的公益放映活动中，从观赏电影大片到采写电影影评，再到参与公益放映活动里去，不仅可以体验光影世界的奇妙与美好，还能亲身助力沈阳文旅宣传。

记者得知，这次的公益放映活动也同时获得了沈阳市民的热烈响应，目前已经收到很多观众预约记录，其中还有些年轻的观众特意为父母或是长辈们来预约观影，希望带他们来看电影，重温年轻时的美好。

同时为了助力惠民放映活动，影城方面也全新上线中影预约放映服务，预约观影也是一种新的观影与放映模式，通过预约购票成团的方式，使电影的放映和群体更具有针对性，本轮预约放映活动一直持续到5月末，特别精选了15部优秀经典的国内外影片，如《误杀》《孤注一掷》《消失的她》《超级马里奥》《疯狂元素城》等。

辽沈晚报记者 张铂



春暖花开 让孩子们动起来
别错过孩子
“蹿个儿”黄金期

随着天气转暖，孩子们脱去厚厚的衣服，更愿意运动，参加户外运动的时间也越来越长。适合青少年春天进行的户外运动有哪些呢？本报结合沈阳本地天气与新兴流行运动，助力孩子们吸收满满春日元气。

春天是万物生长的季节，也是孩子长高的黄金时期。吸收满满春天元气，试试这些适合孩子的户外运动。国家体育总局官网发布的相关文章曾提到：世界卫生组织调查报告表明，儿童长得最快的是在3—5月份。在春季让孩子抓紧进行体育锻炼，尤其是户外运动，会使孩子长得好、长得高。这时候要鼓励他们多参加运动，借此帮助孩子养成运动的好习惯。

想要孩子“蹿个儿”，少不了些跳跃和伸展类的运动，比如：摸高、跳绳、骑车、踢毽子、篮球、排球、伸展体操等，这些运动能牵拉肌肉和韧带，刺激软骨增生，对脊柱四肢骨骼的增长有很大帮助。有一点需要家长注意的就是，要关注运动后孩子的身体的状态，决定下一次选择什么样的运动方式、运动量和运动时间。

骑行、登山、放风筝等户外运动，是非常适合春天在沈阳进行的运动。骑行是一种既能锻炼身体又能享受户外风光的运动。它有助于发展孩子的平衡感和协调能力，同时可以更好地在骑行的过程中，感受家乡城市之美。登高爬山非常有利于增强孩子的体质，城市周围的山大多适合亲子一起爬，一两个小时就能到山顶。带上充足的水和适当的水果和食物，再带几个轻便的垫子，和孩子出发。春天，也是适合放风筝的季节。视野开阔，调整和锻炼眼珠远看近看，预防近视，增加远视储备风景优美，空气清新。让孩子能够锻炼身体的同时，也能收获更多的快乐。

新的一年，沈阳启动新建大公园8座、改造大公园8座、高品质打造口袋公园300座、新建改造慢道300公里。无需远行，沈阳人在市内就有很多好去处，周围的市政公园也够玩一天。浑河两岸的体育公园、健身步道，奥体中心、沈阳市全民健身中心、沈河区文化体育中心等适合运动的场地，还有国际泵道公园、莫子山体育公园、花间道运动公园、丁香东湖智慧体育公园等各具特色的体育主题公园，快带孩子动起来吧！

辽沈晚报记者 王冠楠

大东区全国第8个近视防控宣传月推进会圆满落幕



为了加强学校健康教育，推动近视防控工作深入开展，3月22日上午，由大东区教育局主办，沈阳爱尔眼科医院协办，辽二小学教育集团承办的以“有效减少近视发生，共同守护光明未来”为主题的近视防控宣传教育月系列活动，在辽二小学教育集团拉开帷幕。

大东区教育局副局长王雪凡、体卫艺科科长崔娜、辽二小学教育集团校长苑伟琦、沈阳爱尔眼科医院CEO刘禹呈、沈阳爱尔眼科医院近视防控专家钟瑞佳主任莅临活动现场，同时还有百余位大东区师生代表参加了本次活动。

活动现场，三位校长分别全面、系统地介绍了本校当前的近视防控工作开展情况、以及针对近视防控工作推行的各项举措，同时

就亮点工作进行了经验分享。

大东区教育局副局长王雪凡在讲话中表示：“开展第8个全国近视防控宣传教育月活动，旨在进一步全面落实《综合防控儿童青少年近视实施方案》，营造近视防控宣传教育氛围，提升眼健康知识水平，合力推进儿童青少年近视防控工作提质增效。我们要以此宣传月活动为新起点，营造关心重视中小学生近视防控的良好氛围，全力推进儿童青少年近视防控工作。”

她多次强调，各校要进一步提高对儿童青少年近视防控工作的认识，强化学校教育主阵地作用，加强体育课和课外锻炼，严格落实“双减”政策，大力开展宣传教育，积极营造

有利于儿童青少年健康成长的环境，提高视力健康水平。

随后，沈阳爱尔眼科医院近视防控专家钟瑞佳主任利用专业又图文并茂的视频及照片、通过通俗易懂的互动问答形式为在场师生带来了别开生面的眼健康科普讲座。

至此，本次近视防控宣传教育月活动正式拉开帷幕，后续大东区教育局将联合沈阳爱尔眼科医院通过线上科普课堂、线下公益体检等多种方式，持续向家长和孩子宣传保护视力、预防近视知识，增强儿童青少年的爱眼护眼意识，加强近视防控培训交流，落实近视防控常态措施，为儿童青少年拥有一个光明的未来保驾护航！