童心向党—双井街道暑期青少年社会实践活动开展

# 亲子夏令营集结 少年团出发！

## 保护牙齿从这节课开始

青少年正处于牙齿快速生长的时期，牙齿健康问题对于青少年的身心健康成长尤为重要。为了丰富青少年暑期的文化生活，养成从小爱牙护牙的好习惯，7 月 27 日，在北京钛植口腔门诊部会议室组织青少年举办了“探索牙齿的奥秘”青少年暑期社会实践活动，辖区青少年踊跃报名积极参与，共有十余组家庭参与此次活动。

“牙齿由钙、磷等无机物和少量有机物组成，在口腔内可以看见的部分叫牙冠，埋在颌骨内看不见的部分叫牙根。”在活动现场，北京钛植口腔门诊部医生曾朝刚首先结合 PPT 从认识我们的牙齿、常见儿童口腔问题、吃什么有利于牙齿健康五个方面为大家带来了一场生动的牙齿保健知识讲座。曾医生边讲解边通过口腔模型形象生动地为青少年讲解口腔构造并现场示范怎样有效保持口腔卫生，指导青少年正确刷牙的方法。青少年们认真的学习刷牙方法，仔细的刷着手中的模具。对于在操作过程中有疑问的小朋友，曾医生逐一进行了详细的解答。

讲座结束后，曾医生为现场青少年进行了免费的牙齿健康检查，对有龋齿或其他问题的青少年给出治疗方法，并对青少年及家长提出的各种口腔问题做了专业的解答。曾医生表示，此次活动旨在倡导青少年从小养成爱牙、护牙的良好生活习惯，促使他们养成良好的健康口腔习惯，接下来还会开展更多这样有意义的活动。

“通过此次活动，我对口腔保健的重要性有了新的认识，了解了有关牙齿的基本知识，还掌握了早晚刷牙、少吃甜食等预防口腔疾病的基本方法，尤其是学会了正确的刷牙方法，这个也很重要。”现场的一位小朋友说。

▶孩子们在老师的指导下开展体能运动

▼ 孩子通过牙齿模型学习知识

## >> 开展体适能运动 培养亲子默契

盛夏七月，是孩子享受暑假的大好时光，也是亲子共同寻找欢乐的季节，双井街道暑期青少年社会实践活动如约而至。亲子艺术夏令营、亲子运动馆分别于 7 月 23 日、24 日在瀚海之音艺术中心、阳光番石榴举办。

“现在让我们进入音乐王国，一起开启探索音乐之旅吧。”大家围成一圈，随着老师“准备好了吗”的口令，老师拿出音符号图片，每个孩子都要大声说出音符。亲子项目中，在老师的指导下，家长和孩子们进入唱谱环节，按乐谱所示的要求准确地唱出曲调的音高和节奏。“钢琴作为‘乐器之王’相比其他乐器，拥有绝对宽广的音域，从大字二组的 A 到小字五组的 C 的全部半音，多达 88 个琴键。”指导老师还从坐姿、手型、指法等方面向大家普及了钢琴启蒙知识。活动结束后，家长们纷纷表示，音乐是听觉的艺术，通过此次活动让孩子寓教于乐中感受音乐元素、体验音乐情感，唤醒审美意识，从小培养系统的感性思维。

“体适能运动是近几年比较流行的运动，经常练习可以增强孩子的身体素质，锻炼孩子的平衡能力和反应能力。”体适能运动暑期社会实践活动吸引了来自辖区十余位儿童参加。本次活动设有儿童个人项目和亲子项目。在活动现场，参赛选手通过综合赛道、勇往直前、亲子接力等竞赛项目进行欢乐角逐，欢呼声、加油声、呐喊声此起彼伏。亲子接力竞赛项目的设置不仅考查了家长和孩子们的体能水平，还体现出亲子间的默契程度。经过激烈比拼，参赛选手们奋力拼搏，勇夺前列。

■文/琚文

双花园社区开展垃圾分类相关活动

# 手绘环保袋 彩色装点生活

“大家知道回收后的牛奶盒有哪些用途吗？”近日，双花园社区为了推进垃圾分类，给居民营造优美的生活空间，举办了“共建美好家园 欢庆建党百年”系列活动之手绘环保袋。居民们在老师的带领下，学习垃圾分类知识并制作属于自己的环保袋。

“《北京市垃圾分类条例》实施已经一年多了，我们社区为了提高居民的垃圾分类意识也开展了各类活动。”社区工作人员说道。社区为了提高居民意识，引进了垃圾驿站，并实施撤桶并站等工作。目前双花园社区垃圾分类工作已初见成效，大部分居民能够主动进行垃圾分类，但是仍然有一些分类做的不到位，为了进一步提升居民垃圾分类相关知识，特意邀请老师为居民讲解垃圾分类的知识。

居民现场绘制环保袋

活动现场，老师通过牛奶盒、一次性餐盒等物品的详细讲解，让居民深入了解垃圾分类相关知识。

“垃圾分类中最重要的一点就是减少塑料制品的使用，平时去超市我们经常用塑料袋，但是它特别不利于环境保护。”老师介绍道。为了鼓励大家减少塑料制品使用，现场准备了可以进行绘画的环保袋。随后，老师带领大家动手绘制了属于自己的环保购物袋，既美观又环保，得到了居民们的一致好评。

“社区举办的这个活动太好了，我刚刚根据自己的喜好画了这个袋子，以后拎出去也不怕跟别人的重复了。”居民张女士说道。她在现场，跟家中的小朋友一起绘制了环保袋，体验了亲子乐趣的同时收获了环保理念。社区表示，今后还将持续开展各类相关活动，丰富居民生活，提高居民环保意识，欢迎更多的居民积极参与。

■文/李竺霖

# 趣味运动会 全民参与同迎冬奥

为了提高防疫期间居民加强体育运动的意识，倡导全民健身理念，7 月 16 日上午，光环社区组织居民在合生西院广场开展了“全民健身共抗疫情 你我参与同迎冬奥”趣味运动会。

据了解，活动开始前，参加活动人员有序入场，签到领取参与项目活动票后，分为 8 人 1 组，观看学习冬奥健康主题知识展板，分组进行有奖知识互动答题。工作人员分别从医学和运动学的角度，为大家讲解运动前、运动中和运动后的注意事项，指导参赛队员如何安全、科学、有效运动。活动中，居民们争先恐后，全力以赴，呐喊声，加油声不绝于耳。在定位投篮、传球接力、你来比画我来猜、投掷沙包四个项目中，大家大展身手，各显神通。整个运动场气氛热烈，充满趣味，秩序井然。最后，各位参赛的居民，不仅赛出了奖品，也收获了快乐。

“本次趣味运动会，激发了居民参与健身运动的积极性，提高居民抵病毒情的能力，也调动居民迎接‘冬奥’的热情，让大家体验运动的快乐、竞争的乐趣，同时也激发了运动潜能，展现出社区居民的蓬勃朝气和阳光健康、热爱生活的精神风貌。”居民谭新义说。

■文/琚文