

银川天气



4月10日(星期四)
多云
11℃~26℃
西北风7级
空气质量轻度污染



4月11日(星期五)
扬沙
-2℃~17℃
西北风8级
空气质量重度污染



4月12日(星期六)
晴
3℃~16℃
西北风4级
空气质量轻度污染

吃叶黄素 能预防、治疗近视? 专家:无科学依据

近日,一名8岁男童“吃叶黄素软糖患干眼症”的消息引发广泛关注。这让不少人产生疑惑:在大家的印象里,叶黄素具有护眼、缓解视疲劳等作用,怎么会吃出干眼症呢?

北京大学第三医院眼科副主任医师肖格格表示,叶黄素是一种天然的类胡萝卜素,存在于视网膜黄斑区,是构成视网膜色素的重要成分,人体无法自主合成叶黄素,需通过饮食摄入。叶黄素本身并不会导致干眼症,但经常吃叶黄素软糖这类高糖的食物,反而有可能会

导致干眼症。肖格格表示,叶黄素对于预防甚至治疗近视并没有作用。叶黄素确实具有抗氧化和过滤蓝光的作用,一方面可以清除自由基,过滤高能蓝光,减少氧化对视网膜的损伤;另一方面也能够维持视觉健康,提高黄斑色素密度,延缓老年性黄斑变性等退行性疾病。但视疲劳主要是由于长期看电子屏幕、眨眼频率、近距离用眼、长期使用度数不匹配的眼镜等,缓解视疲劳应该停止用眼,单纯依赖吃叶黄素治标不治本。 据央视新闻

协同育人 护佑成长



4月9日,金凤区第十五小学开展了一场家校社协同育人“大思政课”活动,吸引了众多青少年和家长参与。此次活动以“共建‘教联体’共绘‘同心圆’”为主题,旨在整合家庭、学校、社会三方资源,全力构建全方位的大思政课育人格局,为学生的全面发展与健康成长保驾护航。
记者 吴春霖 摄

山体加固工程即将收官 览山公园本月底邀你来耍

本报讯(记者 吴昊 马志伟)4月8日,记者获悉,作为银川市重点民生工程,览山公园山体加固工程已进入最后冲刺阶段。目前工程整体进度超前,预计能提前全面完工。升级改造后的览山公园将大幅提升安全性和美观度,为市民提供更优质的休闲环境。

记者在施工现场看到,工人们正在紧张有序地进行看台石材铺贴、罗马柱外立面装饰等收尾工作。据宁夏现代监理有限公司项目现场负责人何强介绍,工程采取24小时不间断作业方式,目前各项施工均按计划超前推

进。“看台石材铺贴已接近尾声,正在进行精细打磨处理;罗马柱外立面装饰基本完成,正在进行线条修复;前广场15米改造范围内的面包砖铺贴准备工作也已就绪。”何强介绍道。

据了解,览山公园因建成年代较早,山体存在自然沉降现象,给游客的安全带来了一定的隐患。此次改造重点解决了多项安全隐患:看台石材空鼓开裂问题通过全面返修得到根治;罗马柱外立面经过翻新,彻底改善了原先脱皮开裂、掉色等问题;前广场排水系统升级,通过60厘米换填和增设土工布等措施,有效解决了

积水问题。“此次加固工程涵盖山体结构强化、观礼台地面维修、防护围栏升级等多个方面,其中最为重要的就是,工程对南北两侧山体进行了全面加固。通过削方减载和空心体混凝土施工,大幅减轻了山体荷载,消除了原先因自然沉降导致的安全隐患。”何强说道。

览山公园自建成以来一直是银川市重要的“城市会客厅”。此次加固工程不仅提升了公园的安全性能,更将大幅改善市民的游览体验。本月底,这座承载着银川市市民美好记忆的地标将以崭新姿态重新亮相。

数智课堂“炫技” 这场展示活动让银川学生娃嗨了

本报讯(记者 张佳丽 齐峰)4月8日,由银川市教育科学研究所主办的“数智化赋能课堂教学展示活动”在银川市第二中学多功能厅成功举行。此次活动聚焦教育数字化转型,旨在探索数智技术在高中课堂教学中的创新应用,为提升教学质量、推动教育现代化提供新思路与实践经验。活动邀请了银川市第二中学科技联盟学校的兄弟学校以及银川市各高中相关学科的骨干教师代表参与。

活动中,银川市第二中学分别选派了地理、语文、数学三门学科的教师代表进行数智化赋能课堂的教学

展示。地理课上,授课教师巧妙运用数字教学工具,将“昼夜长短对称原理及内外力作用靶向训练”这一复杂的地理知识,通过生动的动画演示、实时数据交互和个性化学习反馈,使学生们更直观、深入地理解了抽象的地理概念。语文课上,授课教师借助数智化工具,为学生们打造了沉浸式的学习环境。通过AI技术实现了与李白的跨时空对话,诗中的蜀道以立体的形式呈现在学生眼前。同时,智能教学系统还实时为学生提供背景知识介绍、诗句解析等内容,帮助他们更好地理解诗歌内涵。在数学课

上,授课教师运用智能教学软件,将抽象的数学概念转化为生动形象的动画演示,学生们通过平板电脑进行实时答题,系统能迅速反馈答题情况,教师根据数据精准把握学生的学习难点,进行针对性讲解。

课后,参与观摩的教师们纷纷表示收获颇丰。来自银川市第二十四中学的语文老师王志敏兴奋地说:“这场展示活动让我看到了数智化技术在课堂教学中的巨大潜力,它不仅可以打造情景式教学,激发学生的学习兴趣,还能提升教学效果,为我们今后的教学提供了新的思路。”

发行投诉:6010188 6021170
新闻投诉:6015303
广告热线:6031733 6036433
全年定价258元/份

邮箱:wb96111@163.com 新闻热线:4012020
地址:银川市解放东路143号
邮编:750004
印刷:宁夏银报智能印刷科技有限公司(银川市宝湖中路450号)



微信公众号



刊号