

滨州医学院师生组队到无棣县进行暑期田野实践

黄河小镇本草香 学子躬身中药田

通讯员 王朝荣 高佳佳 摄影报道

盛夏蝉鸣，暑气正浓。地处黄河三角洲的滨州市无棣县余家镇，呈现出一幅生趣盎然的夏收画卷：晒干的金银花、自制洗液的皂角、长势喜人的蛇床子……空气中散发着淡淡的药草香，“本草康养小镇”的美誉果然名不虚传。7月中旬，滨州医学院“泰山学者青年专家张加余教授工作室”在余家镇揭牌落地，同时启动的还有“无棣本草香，黄河中药行”专项实践活动。专家牵头，中药学专业7名专任教师和辅导员、2名博士研究生、5名硕士研究生、10名本科生分为“乡村建设考察队”“中药资源普查队”“中药文化宣传队”“安全用药科普队”四支队伍，投入到火热的暑期田野实践中。

共建“本草乡” 学者与药农结“搭子”

“你们来啦，快看看！”在余家镇东里村的无棣县创园种植农民专业合作社，负责人李俊超一边修缮着科普示范大棚，一边热情地招呼着师生们，“和去年相比，我们基地实现了大换新，开发了保健饮品类延伸产品，打造了纯天然、无公害金银花、菊花饮品茶，小麦与蛇床子套种也在试验中……”

张加余教授和李俊超早已是老熟人。早在两年前，经学校团委书记、挂职无棣县委委副书记杜珂牵线搭桥，两人攀下了“亲戚”，成了合作“搭子”。

彼时的创园种植基地，正借助余家镇打造“本草之乡，康养小镇”的东风，积极铺展中药材育种、育苗、种植、采收、加工全链条产业，在余家镇树起了样板。然而，镇里的中药材发展，大多仍处于粗加工的程度。种植、加工中药的瓶颈问题、销路问题、效益问题，一直困扰着李俊超们。聚焦中药复杂体系作用模式解析研究的张加余教授团队，恰恰就是要在这方面破题创新，为药农们解决根子上的难题。

近两年，这支团队往返于实验室和田间地头，以专家联合会诊、资源普查调研、暑期实践服务等多种形式为当地中药材种植把脉问诊、助力添彩。此次，教授工作室和专项实践活动以常态化调研服务模式扎根余家镇，就是要继承好、发展好、利用好中药资源，从中药材种植源头开展调研，为小镇中药材种植产业的健康持续发展提供助推剂，建立中药材发展新模式，并在中药材基础研究、应用研究方面创建高水平科技成果，实现中药材质量和效益双提升的产业发展格局。

采样酷暑下 躬身田野勘生态

黄河支流镇江河从余家镇穿行而过，汇入渤海。沿河两岸正是中药材种植的“聚集地”。

当天，药学院副教授林莺带着乡村建设考察队，扎进了实验园区金银花种植试验田和附近四、五个村庄，开展黄河流域中药材生态普查。考察队使用土壤电导率仪和土壤PH测速仪对盐碱地土地成分、酸碱度等信息进行测量与分析。由于连日的干旱，土壤干裂，仪器不能顺利地插入土壤进行正常的测算。考察队员们克服困难，采用先将土壤润湿，再区域性深挖，最后将仪器插入并测得准确的数据。

“中度盐碱地对开展金银花栽培影响不大。但当前咱们的栽培品种‘四季花大



专业教师指导中药资源普查。



宣传中药文化知识。

白’种植期短，很多花未采摘即开放，造成药材资源浪费；同时栽培废弃物茎叶的资源循环利用也存在问题。”林莺调研后发现。对症下药，实践队提出逐步更换大白期10至15天的金银花新品种，并发动动物饲料，延伸产业链，规划更为精准的土地种植模式。

正值伏天，田野里热气蒸腾，中药资源调查队员们躬身在低洼起伏的草丛间，就像长在地里一样。开展中药材资源普查，建设种质资源库，是摸清区域药用资源家底，助力中药材种植产业提质增效可持续发展的基础性工作。“一定要细致，套10×10样方时要尽可能多地把乔木圈进去、5×5时要多套灌木的地方、2×2时要尽量多套草本植物。”中药学专任教师杨爱琳和刘烨边布置分工，边指导队员操作要点。

从探寻药用植被分布、确定植株到编号采集、压制标本，普查工作环环相扣，实践队收获满满，累计调查采集药用植物标

本100余种。调查发现，余家镇为黏质土、草洼地，形成了多种植被类型，沿河两岸流转土地600余亩种植中药材，有利于实现中药材与乡村旅游的相互融合，依托皂角树等木本科开展沿河绿化工程，会助益生态效益和经济效益实现双赢。

变身“小先生” 研学并举长才干

与以往暑期社会实践相比，今年滨州医学院进一步突出了“医药为本”“科研挂帅”“梯次搭配”“学用结合”四个特点，真正让师生们在社会实践大课堂中受教育、长才干、作贡献。

博士研究生王红头一次参加这种大规模的田野实践。做中药材资源普查不仅让她体验到面朝黄土背朝天的辛苦劳作，土地上的丰茂药种更令她大开眼界，“以前大多是根据课题需要，才去相关的

药房、药企识别药材。到了田野里，才真正了解中药材怎么生、怎么长，对药理机制的思考一下子鲜活起来了。”王红渴望下一次再来的时候，自己能带着研究成果，切切实实帮到更多的农户。

小镇的夏夜，这几天格外热闹。教授、博士和同学们轮番在各村转场，开展安全用药、中药炮制等科普宣讲。伴着蝉鸣话匣，老老少少搬着小凳把宣讲人围在中间。

“种着中药材，为啥不认中药？”2021级中药学专业本科生张明涵和同学们在当中药“科普小先生”的过程中发现了问题，原来村民们对中药和中药材的认知还十分浅显，出现了很多养生和用药误区。同学们有针对性地制作了种植明白卡和中药宣传册。年过半百的刘大娘得知自家种的红花可以做成红花饮舒肝活血，能缓解牙龈痛，笑得很开心：“原来俺手里的还是个宝贝！”

张明涵们笑得更开心，自己学的中草药和方剂学知识派上了用场，很有成就感！他们打算，结合当地盛产的锅子饼里的中药，讲讲“药食同源”知识。同时把中草药小故事和小制作汇成视频，给当地孩子们开堂观课，效果会更好。

据学校药学院党总支书记、实践队指导教师高佳佳介绍，这种“师生同台，研学融合”的三下乡实践服务模式已坚持了多年，培养出多支全国大学生科技志愿服务示范团队和“投身乡村振兴，助力健康中国”全国大学生暑期社会实践专项活动表现突出团队。一批药学、中药学专业学生从中得以锤炼、滋养，投身基层奋斗青春，汲取动力提升学业，去年，毕业生李双秀获得“全国高校毕业生基层就业卓越奖”，成为唯一入选的山东省医学本科院校毕业生。在全国大学生生命科学竞赛和药苑论坛项目中，滨医学子多次荣获国家级一等奖和二等奖。

教小学生做巧果

近日，由福山区妇联、门楼街道主办，富丽社区承办的“巧果飘香，爱在七夕”亲子活动在富丽社区妇女儿童家园开展。此举旨在传承中华民族传统文化，丰富社区小学生的暑期生活，帮助学生们加深对传统节日的了解，“沉浸式”体验节庆习俗，感受浓厚的节日氛围。

活动开始前，社区工作人员提前将面和好、醒发、挂好横幅、摆好揉面垫和模具，并依次为社区20多名小学生戴上头套、围裙、手套。随后，社区工作人员将醒发好的面团分给大家，先将面团揉光滑，根据模具大小，切成小剂子。在家长的帮

助下，学生们纷纷把面团放进模具，压实。不一会儿，巧果就制作出来了，有梅花、莲子、鱼、福禄寿喜、招财进宝等，各种图案栩栩如生、惟妙惟肖，引起了学生们兴趣。学生们边制作着巧果，边听社区工作人员讲述七月七的传说，听得津津有味。制作好的巧果被整齐摆好放进烤箱，不到一个小时，香喷喷的巧果就出炉了。

本次活动不仅让小学生了解到中国传统节日的民俗知识，更让他们体会到了自己动手的乐趣，同时活动还促进了邻里沟通，为和谐社区打造夯实了基础。

(YMG全媒体记者 徐峰)



“沉浸式”体验节庆习俗，感受浓厚的节日氛围。

帮助新教师顺利进入“新学期”

烟台理工学院培训入职教师

本报讯(YMG全媒体记者 徐峰 通讯员 张敏)临近开学，近日，烟台理工学院开启2023年新入职教师培训工作，帮助新教师全面了解学校，顺利进入“新学期”。

在烟台理工学院食品与生物工程学院，学院依照学校的统一部署和安排，于近日正式启动了2023年新入职老师系列培训工作，帮助新入职教师了解学院并强化其对学院的归属感，更好更快地适应教师教学岗位。

8月19日下午第一次培训活动开始了。食品与生物工程学院副院长高娜主持，并交流了教学经验和发展体会，教师代表王跃猛分享了他入职以来的感想感受。高娜带领新入职教师一起学习了《烟台理工学院教学要求细则》，就教学过程中尤其是开学初容易出现的问题进行重点说明。她说，为帮助和带领新入职老师

快速熟悉讲台和所讲授的课程，学院开展一对一传帮带活动，让新老教师一同探讨交流授课内容、授课方法、考核方式等，助力新进教师快速成长。

“作为初登讲台的新教师，一定要充分备课，上课要有底气，但不要有牛气，要做学生的良师益友。上课时，建议携带教学日历，随时记录自己的授课进度和遇到的问题，便利于自己课后反思并改进……”培训会上，教师代表分享了心得体会。高娜说，建议针对不同专业、不同班级的学生，做到充分了解，认识不同学生的差异，课间多与学生交流，做到有的放矢，遇到问题及时和班主任沟通交流；严抓课堂纪律，充分利用学习通等现代信息技术，全面把握学生课前、课中、课后学习动态；课余时间应多听其他老师授课，取长补短，快速提高授课水准。

赴全国“一村一品”示范村

鲁东大学实践团助力乡村振兴

本报讯(YMG全媒体记者 徐峰 通讯员 郑涵文 时伯惠)近日，鲁东大学信息与电气工程学院“振兴之钥”探索服务实践团赴全国“一村一品”示范村——山东栖霞肖家夼村开展暑期社会实践活动，助力乡村振兴。

实践团走进全国“一村一品”苹果示范村肖家夼村，在村干部的带领下，开展实地调研，分别与村党支部书记、党员干部、果农、青年等进行了访谈，全面了解了肖家夼村脱贫攻坚举措、特色产业的发展及振兴成果，深刻感受近年来乡村振兴之变，坚定了每个学生的强农兴农使命和爱农兴农情怀。

在实践过程中，实践团根据肖家夼苹果的特点与优势，利用

抖音号进行直播带货，团队成员通过讲解、试吃、抽奖送体检装等方式介绍当地特色产品，更直观、更深入、更具有互动性地为线上的“粉丝”提供优质服务，实现助农增收。团队设计了产品logo，设计了包装方案和产品宣传页，有效提高了苹果销量。

除此之外，实践团成员联系农业专家，一起深入果园，为果农讲解果树种植、管理技术。拜访种植经验丰富的农户，了解当地苹果种植和收入情况，学习套袋、分拣、包装的技巧，并进行了苹果采摘、田间除草、农机维修等一系列助农活动，体验了劳作的艰辛和快乐，为乡村振兴贡献了智慧和力量。

来自29省的5500名本科新生即将入学

山东工商学院9月3日报到

本报讯(YMG全媒体记者 张莘)近日，山东工商学院发布的新生入学报到须知，2023年山东工商学院新生报到时间为9月3日，新生凭《2023年录取通知书》、准考证、居民身份证按时报到，具体操作流程详见“山商学生”微信公众号或山东工商学院招生信息网。

8月3日新生可现场报到。今年新生中男生共2303名，女生3197名，全校男女比例约4:6，在各个学院录取的新生数中，男生比例最高的学院是电子信息工程学院，女生比例最高的学院是人文与传播学院。

新生入学后，进行全面复查，

省级心理学应用技能大赛

滨医大学生团队斩获一等奖

本报讯(YMG全媒体记者 徐峰 通讯员 常静)近日，第十五届山东省大学生科技节——首届山东省大学生心理学应用技能大赛决赛闭幕，滨州医学院大学生团队斩获一等奖。

据悉，本届大赛由省科协、省教育厅、团省委等六部门联合主办，设有心理辅导技能创新、心理教育教学创新、应用心理案例开发、心理科普影视创作4个赛道，各高校95项作品进入决赛。

滨州医学院人文与社会科学学院精心组织、积极备赛，比赛中充分展示了应用心理学专业学生良好的专业基本功和出色的团队意识并取得优异成绩，通过赛事对学生的专业技能、创新意识培养起到了良好的促进作用。

暑期进入尾声，学生近视问题引发关注

增加户外活动时间对视力最好

本报讯(YMG全媒体记者 张莘 通讯员 王朝霞 曾颖雪)暑假接近尾声，近视防控等问题再度受到关注，市疾控中心专家详细回答了家长及学生预防近视的问题。

专家说，户外活动时间与屈光度数、眼轴长度呈显著相关，增加户外活动时间是最有效、最经济的近视防控方法。一般建议每天户外阳光下活动不少于2小时，或者每周累计达到14小时。户外活动的关键是“户外”，而不是活动内容、方式和强度等。即便是阴天，户外活动也有视力保护效果。

持续、近距离用眼易诱导近视形成。学习阅读时，要保持合理用眼距离，建议大于30—40厘米用眼，相对越远对眼睛越好。通过按摩眼部周围的穴位和皮肤肌肉，达到刺激视神经，促进眼部血液循环，松弛眼部肌肉，缓解眼睛疲劳的目的。做操时，注意清洁双手，找准穴位，力度到位，以感觉到酸胀感为宜。

书写姿势建议做到“一尺一拳一寸”，即眼与书本的距离要保持一尺以上，身体与课桌之间保持一个拳头的距离，握笔时手指尖和笔尖要保持一寸的距离。连续用眼20分钟，建议休息远眺几分钟，即“3个20”，阅读等近距离用眼20分钟，向20英尺外(约6米)，抬头远眺至少20秒。

传统穴位眼保健操是根据中医的推拿、穴位按摩，结合体育医疗综合而成的一种按摩疗法。可以通过按摩眼部周围的穴位和皮肤肌肉，达到刺激视神经，促进眼部血液循环，松弛眼部肌肉，缓解眼部疲劳的目的。

通过按摩眼部周围的穴位和皮肤肌肉，达到刺激视神经，促进眼部血液循环，松弛眼部肌肉，缓解眼部疲劳的目的。做操时，注意清洁双手，找准穴位，力度到位，以感觉到酸胀感为宜。