

科普角

读懂气象异常 学会科学避险

（一）为什么今年的暴雨来得这么早这么猛？

中国气象局国家气候中心监测数据显示，今年入汛以来，全国平均降水量达110.1毫米，较常年同期偏多18.6%。尤其是5月中旬以来，中东部多地接连受暴雨过程影响，部分地区出现洪涝灾害。为什么今年的暴雨来得这么早这么猛？一起来看专家解读。
 天气系统异常，导致南北多地降水增多
 中央气象台首席预报员盛杰介绍，究其原因，实际上是天气系统发生了异常，这就涉及在海上的副热带高压，这个重要的天气系统今年5月份在我国的位置相对于往年来说更偏强，而且还会偏北。这导致水汽输送更加偏北，使我国北方的降水偏多，同时副热带高压偏强也会导致我国南方降水偏强。
 此外，2026年全球处于厄尔尼诺状态，海洋温度偏高，为大气提供了更多热量与水汽，导致我国南方降水与高温提前出现，强度偏强。往年通常在6月才出现的梅雨式湿热天气，今年5月下旬便提前登场，呈现出“高温+高湿+多雨”的复合型特征。据气象部门预测，5月底至6月初，副热带高压将稳定维持，暖湿气流继续输送，以多云和阵雨天气为主，气温28～33℃，湿热天气仍将持续。

全球变暖叠加厄尔尼诺，为降水提供有利条件
 国家气候中心专家介绍，从更长期的时间尺度看，全球快速变暖叠加厄尔尼诺的发展使得大气含水量增加，也为我国汛期强降水事件的发生提供了气候背景条件。目前赤道中东太平洋海温持续增暖，5月进入厄尔尼诺状态。热带大气对海洋的变化出现快速响应，有利于西太平洋副热带高压增强，为南方降水增多创造了水汽条件。但是强降水过程受到多种因素的影响，厄尔尼诺提供了一个背景条件，实际的天气气候特征存在多样性和复杂性。
近期的湿热天气，要怎么防范？
 1. 注意防暑降温。面对湿热、闷热天气，应采取适当的防暑措施，如避免正午时段外出，穿着透气轻薄的衣物，以减少中暑风险。湿热天气下，汗液分泌增加，及时清洗或更换衣物，避免细菌滋生引发皮肤炎症。
 2. 科学合理饮食。湿热天气会影响人的食欲和消化吸收功能，容易出现腹胀、腹泻、食欲减退等不适症状。建议调整饮食结构，避免食用过于油腻的食物。
 3. 适当用中药。藿香正气水适用于暑湿感冒伴随呕吐腹泻的寒湿证，若属于口干口苦、舌红苔黄的湿热体质，服用后可能加重便秘。外用方面，建议用荷叶、佩兰煮水擦拭太阳穴和手心。

4. 用风扇空调。可以用风扇空调来解决暑湿。空调也有降温除湿的功能，但注意使用风扇和空调除湿时，不能直吹。

（二）极端天气防范指南

遭遇极端暴雨如何转移避险？
 做好“转移谁、何时转、谁组织、转到哪、转后管”五个关键环节：一是全面开展隐患排查，汛前认真摸排识别隐患点；二是定期组织应急演练，勘查隐患点，划出路线图，定期组织演练；三是提前布局安置保障，确保安置群众有饭吃、有水喝、有住处等；四是及时进行预警叫应确保每户每人都能收到预警信息；五是配齐配强转移力量，配备应急队伍，责任到人。
 遇到暴雨天气，要及时关注天气预报，山洪灾害气象风险预警。如有强降雨预报时，尽量避免前往山区。如果身处山区，要远离沟边、河边，留心观察山洪灾害危险区的标识和转移避险路线，尽快离开危险区。不在河滩地露营，不在堤防、桥涵上逗留、围观看热闹。
如何应对内涝和山洪泥石流？
 出现内涝，注意接收有关部门发布的暴雨和预警信

息。接到预警后，地势低洼的小区、商场、车库等提前做好防护措施，可用门板、沙袋等筑起挡水坝。暂停室外大型集会和高空、户外作业。各单位要确保厂区电气设备、线路及防雷设施的安全运行。危险化学品生产企业要加强对敞开式和半露天式库房的防风措施。在建工地要做好深基坑、塔吊等安全检查，落实应急排水、设备加固等防范措施。
 在野外遇到山洪时，应当机立断、毫不迟疑地向沟道两侧高地移动，切不可顺着沟道方向逃生；被洪水包围时，要设法尽快与相关部门取得联系，报告自己的方位和险情，积极寻求救援；洪水继续上涨，暂避地方难以自保，要充分利用身边能漂浮的材料逃生；被卷入洪水中，一定要尽可能抓住固定或能漂浮的东西，寻求机会逃生。
 发现泥石流后，应设法从危险地区撤离，到开阔地带，尽可能防止被埋压。往与泥石流呈垂直方向一边的山坡上面爬，绝对不能向泥石流的流动方向走。注意不要上树躲避，也不要停留在低凹处。选择平整的高地作为营地，不要躲在滚石或者乱石后面，不要在山谷和河沟底部扎营。在泥石流上游地区的人，应设法立即通知泥石流可能影响的下游村庄、学校、厂矿等。
 （来源：安康市应急管理局微信公众号）

藏在饺子里的爱

汉滨小学五年级（2）班 丁骏铭 指导老师 朱雪梅

“快出来尝尝！你外婆包的水饺太香了！”爸爸推开门，嗓门大得像在喊广播。
 我正躲在房间里，对外婆送来的速冻水饺提不起兴趣。之前吃过的水饺，皮厚馅淡，咬一口就不想再咬。爸爸喊了好几声，我都推说不饿。他只好把我的那碗先搁在一边。
 但爸爸不死心，又端了一碗送到我鼻子底下。我半信半疑咬了一口——薄皮裹着鲜美的肉馅，带着淡淡的葱姜香。汤汁在嘴里化开，好吃得我眼睛一

下子亮了。我一口气吃了十来个，连汤都喝得干干净净。
 后来我才知道，外婆知道我不爱吃外面的水饺，特意在网上翻了好多教程，反复调试馅料。第一次肉太硬，第二次咸了，第三次还是不满意。她一连试了五六次，才包出合我胃口的味道。她对妈妈说：“孩子挑嘴，我就想让她多吃两口热乎的。”
 我听完这句话，愣住了。四年级那会儿，我家饭菜总是重复，吃到后来连

筷子都不想动。只有外婆，隔三岔五送新鲜吃食来，总能挑中我爱吃的口味。有时是红烧排骨，有时是炸鸡腿，都一样都是她琢磨了好久才做出来的。
 那碗水饺，不是外婆第一次包给我吃。可直到那天，我才真正吃出了里面的味道。
 外婆不说什么大道理，只把一袋袋水饺默默塞进冰箱。那不是普通的饺子，而是她藏在烟火里的温柔，是永远暖在心头的牵挂。
 大家举杯时，我只能勉强端起

圆缺

汉滨区南门小学五年级（7）班 张紫萱 指导老师 姜敏

以前我总觉得，妈妈周末陪我是天经地义的事。可那一刻，我忽然明白了：我需要妈妈，但她的工作岗位更需要她。妈妈不在，这个家的“圆”确实缺了一个口子，可那个缺口里，装着她的责任与付出。长大是什么？长大就是从只在意自己的感受，到学着体谅别人的不易。就在那一刻，看着那个再也拼不完整“圆”，我真正懂得了：有些缺口，不是因为缺失，而是因为爱去了更远的地方。

蛋壳旅行记

安康市第一小学二年级（5）班 赵芸希 指导老师 李雪梅

草地上，一只蚂蚁正拖着一个比它大好几倍的鸡蛋壳，一步一步往前挪。小青虫和蝴蝶看见了，赶紧跑来帮忙。
 “搬这个干吗？”小青虫喘着气问。蚂蚁指了指河对岸：“我想坐蛋壳船去看看那边的风景。”大家一听，都觉得这个主意不错。它们合力把蛋壳推下水，坐了进去。蛋壳船晃悠悠漂在河面上，柳枝轻摇，阳光暖暖的，蝴蝶在空中为它们引路。
 上了岸，蝴蝶提议：“要是能飞上天

看看该多好！”蚂蚁举双手赞成，小青虫有点害怕，但还是好奇占了上风。它们找来一张旧渔网，绑在蛋壳上，做成了一个热气球。热气球升起来了，蚂蚁和小青虫坐在蛋壳里，蝴蝶扑扇着翅膀陪在旁边。风从耳边吹过，云朵近得仿佛伸手就能摸到。
 好景不长，天空突然阴沉下来，狂风大作，电闪雷鸣。它们赶紧降落，把蛋壳翻过来，扣在地上，变成一间小房

子。刚钻进去，大雨就哗哗地落下来了。蛋壳小屋又结实又暖和，雨水打在蛋壳上，噼里啪啦像在敲鼓。
 雨停了，天也黑了。三个小伙伴躺在蛋壳里，听着草丛里的虫鸣和风声，像听着一首温柔的摇篮曲。不知不觉，它们睡着了，脸上还挂着甜甜的笑。
 这一天，一只蛋壳变成了船、热气球、房子和床。几个好朋友用小小的蛋壳，玩出了大大的快乐。
 推开院门，一团粉色的“云”便映入眼帘——院角的绣球花开了。
 周末的早晨，阳光暖暖地洒在小院里。一进门，就瞧见了那粉粉嫩嫩的花团，好看极了。我小心翼翼地伸手捧住花朵，像捧着一件珍贵的小宝贝。
 绣球花的成长可有意思啦。刚长出花苞时，它是淡淡的绿色，一颗颗圆滚滚的，像青涩的小果子挂在枝头。慢慢地，花苞一点点舒展，绽开

成粉嫩的大花团，仿佛偷偷染上了天边晚霞的颜色。凑近细看，整朵花圆乎乎的，活像个蓬松的小毛球；又像一群抱成团的小精灵，凑在一起叽叽喳喳说悄悄话。每一朵小花都有着几片娇嫩的花瓣，层层叠叠，软软柔柔。小小的花蕊圆圆、细细的，像一粒粒金灿灿的小米粒，悄悄藏在花瓣中间，好像是在和我玩捉迷藏呢。
 每天放学回家，我第一件事就是跑去看望我的绣球花。看看它是
 不是又多开了一朵小花，叶片是不是又悄悄长大了一点。把鼻子轻轻凑过去一闻，一股淡淡的清香钻进鼻尖，那是我专属的小幸福。
 绣球花不仅长得美丽可爱，还每天安安静静守在院子里，默默陪伴着我。每次看着这一团团粉嫩的花球，我心里就装满了甜蜜。
 我真爱我这团会变魔术的花——从青涩的绿，到温柔的粉，它把整个春天都开在了我的眼前。

一缕暖阳

安康市第一小学五年级（4）班 王睿然 指导老师 温洁

篮球场上，阳光正好。树叶沙沙作响，像在唱一首轻快的歌。篮球课的后半节，老师让我们打一场友谊赛。巧合的是，我和她分到了一组。她平时很文静，我们虽在一个篮球班上课，却几乎没说过话。她总是安安静静的，脸上也总是淡淡的，很少露出笑容，像一朵开在角落里的花。
 比赛开始了。我负责防守，她负责打后卫。几个回合下来，我就累得气喘吁吁，双腿像灌了铅。可我们的比分一直咬得很紧，谁都没打算放弃。每一次抢断、每一次投篮，我们都拼尽全力。

终场哨响，我们赢了！我喘着粗气，双腿发软，下意识转头看向身边的她。那一刻，我愣住了——平日里总是淡淡的她，脸上竟漾开了一抹浅浅的笑意。她没有欢呼，没有大喊，只是嘴角轻轻上扬。那笑容，像冰雪中化开的一缕暖阳，温暖又干净。
 她原本安静、淡然的眼神里，像燃起了点点星光。她没有说话，只是弯着腰，微微抬眼看向我，眼神里带着欣喜和几分小小的认可。她缓缓走过来，轻轻拍了拍我的肩膀，动作简单，却透着真诚。那一刻，我的心好像也被什么东西轻轻拍了一下。
 下课了，我走到场边，穿上外套准备回家。我正低头收拾东西，突然感觉有人在看我。我抬起头——她转过头，四目相对。她的嘴角又一次上扬，冲我笑了一下。对我说道：“嗨，打得不错，以后交个朋友吧！”一缕金灿灿的阳光正好洒在她脸上，她的笑容也是那么灿烂。平时社恐的我，也忍不住弯起了嘴角。
 一场不起眼的比赛，一次并肩的胜利，让我明白：有些笑容，如一缕暖阳，只为并肩努力的伙伴绽放。



套色剪纸十一月花之山茶花

汉滨区南门小学五年级（5）班 胡铭轩 指导老师 陈凤



汉滨区南门小学四年级（2）班 杨语桐 指导老师 程丹

海底清洁工

汉滨区江北小学三年级（3）班 李文卓 指导老师 李兴苗

“噙”小鸚鵡螺的净化系统启动了。一只塑料袋被吸进船底，化为蓝色的能量光点。这是我第十次驾驶它潜入深海。
 这艘船是我自己“造”的。读完《海底两万里》，我就在作业本背面画草图。船身要流线型，舷窗要大，还要有一套能把垃圾变成燃料的装置。我给它取名“小鸚鵡螺号”。
 下潜到三百米，海水从浅蓝变成墨色。我打开净化灯，一束光射出去，照亮了悬浮的颗粒。一团破
 渔网漂过来，我按下吸附键，渔网被吸进去，能量指针跳了一下——好，又能多跑五海里。
 舷窗外闪过一群风帆鱼。它们把鳍条全张开，像撑着风帆，顺着洋流滑行。一条彩鱼游过来，身上闪着金、银、蓝、橙的光。绒须鱼的鳍软软的，像水里的绸带。刺鲀鱼躲在石缝里，“咕咕”叫，像在说“有客人来了”。
 突然，一个巨大的黑影从上方笼罩下来。鲸鲨！它比我的船长三

倍。我紧张得手心冒汗，可它只是慢悠悠转了一圈，用身体蹭了蹭船头。它的眼睛对准舷窗，小小的，却很亮，好像在说：“别怕，我只是来看看你。”我愣了几秒，朝它挥了挥手。鲸鲨摆了摆尾巴，游走了。
 小鸚鵡螺号的净化灯还在亮着。海里的垃圾越来越少，鱼越来越多。这艘船不只是带我看海底，更像一座移动的“海洋清洁站”。我想告诉同学们：保护海洋，是从捞起一个塑料袋开始的。