

# 这么玩!夏都温泉水乐园节目单来了



杨司煜 摄

国庆中秋假期怎么玩转夏都温泉水乐园?

夏都温泉水乐园在“双节”有哪些精彩活动?

提前剧透,夏都温泉水乐园国庆中秋假期预告全放送,总有一款能触动你的心灵!

夏都温泉水乐园坐拥源自地下1650米深处的天然药泉水,汩汩暖流裹着天然矿物质,在温润滋养中解锁养生新体验;

夏都温泉水乐园有西北地区首家暴风骤雨水疗空间,模拟自然暴雨的脉冲水流拂过肌肤,在沉浸式水流中玩出新花样;

夏都温泉水乐园“双节”期间有全时段国潮主题互动场,日场造浪池电音狂欢、夜场温泉区灯谜趣玩,承包国庆中秋假期不同时段快乐。

10月1日至8日,夏都温泉水乐园将全程为您的假期欢乐保驾护航,精心打造一场涵盖“玩、赏、食、养”的全年龄段国潮盛宴,诚邀您前来打卡!

## 水乐园日场:活力玩法嗨翻假期

“双节”期间的水乐园日场,“国潮”是绝对主角,互动玩法层层递进,把节日热闹感直接拉满。造浪池旁的舞台上,水上国潮电音派对每日准时开启,开场先以国潮金曲混剪点燃氛围,工作人员还会主动为游客贴上印有“中国红”的小国旗彩绘贴,瞬间拉满爱国仪式感;待DJ(流行音乐播音员)带着国潮风打碟设备登场,造浪池同步切换“渐变浪”模式——从轻抚脚踝的柔浪,渐次升级为裹挟着尖叫与欢笑声的中浪,再搭配舞台上国潮元素的光影秀,身着汉服的舞者跳着动感编舞,现场秒变全民狂欢的海洋。

互动环节更让游客“沉浸式玩在其中”。MC(说唱歌手)会随机发起曲目点唱,游客可直接举手上台演唱,台下观众则默契地打开手机手电筒,跟着旋律挥动组成“星海”应援,歌声与光影交织,格外精彩;“水上蹦迪挑战”环节,游客需要跟着MC喊出的节拍做扭腰、挥手、踏浪等动作,现场镜头会实时捕捉最有活力的身影,被选中的“最佳舞者”能获赠小礼品,仪式感、满足感、参与感全部拉满!

为了让游客“一站式玩转双节”,夏都温泉水乐园还推出全区域集章打卡活动。游客入园时可在入口处领取“打卡手册”,14时起前往8个指定点位完成任务——比如与国潮打卡墙合影发朋友圈、回答“双节”相关小问题、完成闯关小游戏等,每个点位完成后可盖专属印章。集满3章可兑换定制小熊毛巾,6章兑换儿童戏水小书包,8章则能获得精美礼品。让游客既能享受探索的乐趣,更能把“双节”的满满心意带回家。

## 欢乐满满!亲子专区定格温馨时光

“双节”假期主打团圆,夏都温泉水乐园专为3岁至12岁亲子家庭,在水乐园与温泉区打造了三大专属互动玩法,全程兼顾趣味性与安全性,让家长和孩子

在协作中收获满满快乐。

**水上项目,等你挑战。**亲子水上投篮在造浪池热闹开赛,每队4人至6人组队,每场3队同场竞技。为保障安全,造浪池全程开启“轻柔浪”模式,既保留玩水的乐趣,又避免孩子因浪大失衡。5分钟计时内,投中次数最多的队伍,可赢取对应奖品;即便未夺冠,参与队伍也能获得零食礼包,让每个家庭都能满载而归。

**儿童沙滩区藏着惊喜!**除了水上项目,儿童沙滩区寻宝游戏绝对能让孩子们尽兴地玩、痛快地乐。工作人员提前在沙滩区域藏好定制卡片,孩子在家长陪同下寻找,集齐5份以上卡片即可兑换卡通玩偶。让孩子在探索中感受成就感。温泉“海底捞月”,则是专为4岁至10岁儿童设计的趣味挑战,每天两场。孩子需在3分钟内用筷子夹起温泉儿童水寨池中的小球并放入指定盆中,夹球数量最多的孩子可获卡通玩偶,所有参与者都能得到弹力球;家长可在池边加油助威,用镜头定格孩子认真投入的温馨瞬间。

## 温泉夜场:温润养生尽享慢时光

当夜幕降临,夏都温泉水乐园画风一转,切换到“养生休闲模式”。温泉区以源自地下1650米的天然药泉水为核心基底,数十种特色主题汤泉错落排布:酒香沁人的红酒池、奶白滋养的牛奶池、茶香袅袅的茶汤池,再搭配38℃至42℃的科学温度梯度,既能满足长辈偏爱“暖身不烫”的温润体感,也适配年轻人追求“舒缓解乏”的放松需求。随着灯光渐次亮起,暖黄光晕裹着汤池蒸腾的氤氲水汽,沉浸式温馨氛围瞬间拉满。

温泉走廊里,猜灯谜活动充满传统趣味,游客取下灯笼上的灯谜纸条作答,答对可兑换书签或迷你灯笼,在脑力比拼中感受中秋独有的韵味。

对于追求“养生+休闲”的中老年游客,温泉区的茶歇与相声专场堪称“养生宝藏组合”,园区每日设置两个时段,游客可免费领取1份糕点,搭配桂花茶、银耳羹等兼具“润肺”“滋补”功效的饮品,一口甜蜜一口温润;相声专场则由专业演员登台,用接地气的段子搭配传统曲艺技巧,让游客在阵阵笑声中放松心情,慢悠悠享受“双节”假期的惬意慢时光。

## 地址与交通指南

夏都温泉水乐园位于西宁市城中区麟河路31号。公共交通:市民游客可乘坐909路、302路、905路、912路、911路、52路、48路、U68路公交车前往。

自驾出行:千余个车位的停车场正常开放,扫码缴费、无感支付等快捷方式让停车更省心,停好车步行3分钟即可入园。

国潮狂欢、亲子温馨、养生慢时光……10月1日至8日,夏都温泉水乐园的“玩赏食养”全维度体验已拉满!国庆假期你还纠结去哪儿玩?快约上家人朋友,来夏都温泉水乐园定格“双节”的快乐时光吧!

(记者 措毛)

## 我市各公园“浓妆重彩”绘秋景

以五彩斑斓为底色,以匠心园艺为笔触,一幅幅秋日画卷铺展开来!

从北山美丽园的金色花海到南山公园的枫林秘境,从人民公园的彩色花道到文化公园的丁香雅韵,金秋时节,西宁各个公园以独特的景观语言诉说着古城西宁的生态之美!

为营造国庆中秋的节日氛围,西宁市各大公园提升绿化养护管理、基础设施维护、环境卫生整治等工作,结合各自特点,为游客装扮出一处处喜庆、绚丽的景色。“双节”前夕,记者走进各大公园,提前领略一处处最美秋色。

### ■ 多彩花海“画”出斑斓秋景

走进人民公园,一簇簇万寿菊黄灿灿,一片片秋海棠红彤彤,各色小丽花铺就成花的彩道,吸引众多游客驻足拍照。作为西宁资历最老的综合性公园,人民公园以“三季有花、四季有景”的园艺造诣闻名。为迎接“双节”,园方公园主入口、主干道悬挂起国旗。在主干道周边,布置了多处花坛、花径,如今时令花卉竞相开放,高低错落、色彩斑斓,形成了花团锦簇的景观。为了展示秋季本地花卉魅力,园方种植了6000余株小丽花,有红色、黄色、粉色、白色,各色小丽花成片开放,低矮的花海与高大的绿树相呼应,阳光下更显多姿多彩。此外,花坛里穿插其间的矮牵牛、天竺葵则勾勒出精致的几何图案。这种“草本花卉+攀援植物+造型灌木”的立体种植模式,使景观层次更鲜明、色彩更绚丽。记者从人民公园管理中心获悉,除了各色开花景致外,进入10月后,人民公园的五角枫、白蜡等彩叶树将公园打扮得更加多彩,其中170余株银杏将成片变黄,成为每年秋季游客打卡胜地。

说到秋景,依托南山而建的南山公园,将是市民秋季登高赏景的好去处。为了营造更加醉人的秋景,南山公园通过补植补种、修剪造型等方式,营造层叠交织的景色。沿着蜿蜒的山路拾级而上,沿路的杨白蜡已先披上金

色,风吹枝叶,满树“碎光”令人陶醉,高大的杨树也渐渐褪去了绿色,叶片被黄色浸染,而香茶藨子的红色点缀其中,让秋季的山景更加多姿。

### ■ 60亩月季花为公园披秋装

金秋送爽,北山美丽园里一场盛大的花事将浓郁的秋意泼洒开来。

60亩月季花海迎来了今年的第二波盛放,地栽大花、地栽丰花、地栽灌丛、精品盆栽、树桩月季等多个品种的月季以优雅的姿态装点园区。不远处,72亩孔雀草热烈绽放,明艳的橙黄铺展成流动的画卷,犹如大地披上了流光溢彩的秋装。秋风拂过,花香馥郁,还有那山杏金黄、卫矛赤红的叶片与珍珠梅的橙黄秋叶点缀其间,构成一幅多彩秋日美景。市民游客们漫步其间,非常惬意。

转至湟水国家湿地公园,则是一幅静谧诗意的秋日画卷。

茂密的树林将大地遮掩,流水潺潺、鸟声阵阵,微风吹过,芦苇摇曳生姿,与水畔姿态成熟的水蒲、菖蒲共同勾勒出了一幅宁静致远的水墨画面。在园内,还能看见由枯死树枝制成的木质护栏、坐凳、衣架等绿色废弃物循环利用装置,上面绘有小青蛙、小黄鸭等图案的“生态小火车”,为自然增添了几分活泼生机。值得一提的是,作为“全国科普教育基地”,国庆期间园区将开展系列科普教育活动,湟水国家湿地公园工作人员介绍:“在举办全国科普月宣传活动的同时,还将开展5场自然教育活动、两场主题宣传活动,围绕生态科普宣传、相关摄影作品展、青少年自然教育课程等内容展开,让游人在欣赏美景之余,更能感受到人与自然和谐共生的智慧。”(记者 张国静 文月婷)



## 看通用语言如何“赋能”五育融合

本报讯(记者 衣凯玥)“反方请注意!药剂师定价过高违背医德,我方承认!”日前,在西宁市十一中优质教育集团明远校区的德育课堂上,一场关于“海因兹偷药”的辩论正激烈上演。正方以清晰标准的普通话阐释法律底线,反方用流利有力的表达捍卫生命尊严。这场围绕“道德两难”的激辩,正是青海师范大学教育科学学院副教授魏凤英教学实验团队精心设计的语言思辨课堂。

作为教育部教育类教学指导委员会教育教学改革重点课题《教育强国背景下国家通用语言文字教育与“五育”深度融合研究》的落地成果,课题组扎根西部教育实际,以国家通用语言文字为基础,率先在西宁市十一中优质教育集团明远校区展开探索,将国家通用语言文字教育融入德、智、体、美、劳全程,为教育发展注入新活力。

“玉米淀粉和水2:1混合,硬击时硬化,缓

人则如泥沼……”初二23班的“挑战不可能”实验课上,学生们正用精准术语描述非牛顿流体特性。精准的学科语言描述现象,语言成为连接具象实验与抽象思维的桥梁。体育课堂上,操场化身汉字文化迷宫。课题组独创的融合国家通用语言文字的定向越野活动,让学生们在奔跑中拆解、组合、运用汉字,让语言文化以充满活力的方式内化于心。美育课堂上,青海省博物馆的“舞蹈纹彩陶盆”投影在教室,教师用标准普通话解析,语言成为连接远古美学与童心创意的纽带。劳育课上,“中国结制作”环节,教师用清晰标准的普通话分步讲解。严谨的术语和条理化的指令,引导同学们理解编织逻辑。编织完成后,学生在“劳动日记”中用准确流暢的书面语详述步骤。通用语言实现了劳动技能掌握与书面表达能力的同步提升,让传统工艺之美在规范的语言实践中转化为可传承的文化智慧。

## 【天露乳品】系列推荐

天露香草冰激淋酸奶 | 一口穿越草原与甜品屋的味觉冒险

**宝贝们! 酸奶界的跨界CP闪亮登场!**

**天露香草冰淇淋酸奶爆款强势来袭,承包你的舌尖四季!**

**天露香草冰淇淋酸奶! 甜品店开进酸奶杯**

吃惯了没有料包的冰淇淋酸奶,尝尝有料包的吧! 自带6g独立谷物包,有料才有料,拌谷物更好吃。这款酸奶融合了冰激凌的香甜、酸奶的醇厚营养,谷物的脆爽、不仅口感丰富,DIY撒料的过程也充满乐趣,带来极致甜品体验。

**联系方式: 赵经理(常温酸奶、牛奶) 13897498770 马经理(巴氏鲜奶到户) 18609788085**

**生物园区品牌企业 宣传专栏**