

# 清凉一夏，解锁长沙暑假另类“玩水”

今日女报 / 凤网记者 赵周舟 实习生 覃凤

当夏日热浪席卷而来，长沙城北的水域边却弥漫着别样的清凉与生机。今日女报 / 凤网记者发现，5月以来，长沙城北上新多处遛娃“玩水宝地”。如今，“玩水”不再局限于传统嬉水打闹，而是与“生态+”深度融合，衍生出多元且富有内涵的亲子体验。

无论是大泽湖近自然湿地公园依托生态资源打造的寓教于乐空间，还是月亮岛在生态基底上构建的诗意亲水徒步道，抑或是长沙博物馆中以水文化为脉络的历史文明探索，都让亲子家庭在与水的亲密接触中，感受自然之美、文化之韵。

走，去开启一场充满惊喜与意义的夏日亲子之旅吧。

## 乐水：探索大泽湖“生态+文旅”的N种可能



蓝天下研学农作的稻田。

6月初，刚开放的大泽湖近自然湿地公园摇身一变，从被遗忘的城郊湿地成为炙手可热的“亲子游顶流”。儿童乐园内，五彩攀爬架上孩子们追逐欢笑；湿地湖畔旁，白鹭掠过香蒲丛，一幅幅生机勃勃的画面跃然眼前。

“小时候这里只有泥巴路和菜地，现在居然成了‘网红’！”家住金星北路的张女士感慨。曾经父辈钓鱼的野塘，如今已化作由益智谷、雾虹谷等12个主题乐园构成的“自然游乐场”。

踏入公园，如同走进童话

世界。田野篮球场、足球场成了孩子们挥洒活力的天地；青少年拓展园里，孩子们挑战攀爬，锻炼勇气；滑板乐园中，小酷仔们脚踏滑板，感受风的呼啸……栈道、桥梁与隧道串联起各个区域，墙体和涵洞变身巨型画布，“魔童”哪吒、星际迷航等炫酷涂鸦，让每一次穿梭都充满冒险趣味。

“孩子玩累了游乐装置，我就带她去益智谷散步。”张女士常带女儿在此散步，公园里可互动的湿地科普装置能让孩子直观感

受湿地生态魅力，在玩乐中播下环保的种子。遍布公园的软胶步道与科普展板更是让亲子散步变成知识探索之旅。

在张女士看来，大泽湖近自然湿地公园就是一本全面而生动的“自然教科书”。作为湘江鸟类迁徙的重要中转站，大泽湖栖息着200多种鸟类。漫步3.5公里廊桥，可见白鹭翩跹起舞、悠然觅食，与碧绿湖水相映成趣。

儿童乐园北面是400亩的休闲、艺术和社区农园。夏季，绿油油的玉米丛与稻浪交相辉映，双色稻田地的大草帽和大相框成了热门打卡点。张女士期待地说：“等秋季成熟，要带孩子体验从‘认’到‘收’的农作研学。”

公园东南角4万平方米的超大草坪宛如巨型绒毯。湖泊波光为绿意镶上银边，湖畔荷花已悄然绽放。一家人在此野餐露营，在清风草香中享受亲子时光。

记者了解到，大泽湖近自然湿地公园以现代科技赋能“生态+”，通过多样游玩方式，为亲子家庭提供了初夏“玩水”的全新选择。此外，公园里延续至7月底的刘慈欣科幻漫画宇宙体验展，以装置、光影等形式，为公园增添了神秘的科幻色彩，也为孩子们带来生动的科幻启蒙。

## 知水：探索一场关于长江的记忆

湘江奔腾不息，流淌着岁月的故事，而关于“水”的传奇，在长沙城北又开启了新的传颂。结束了户外的玩水之旅，亲子家庭可以带孩子前往长沙博物馆，探寻一段更加古老、更加深厚的历史传说。

6月14日至10月12日，“不尽长江滚滚来——长江与中华文明展”正在长沙博物馆开展。

这个展览跨15省（区、市），携手全国51家文博单位讲述长江与中华文明，汇聚河姆渡文化、良渚文化、石家河文化、三星堆文化等200余件（套）重磅文物，每一件文物都承载着历史的记忆，见证了中华文明的发展与传承。

“生态+文化”的深度交融，让亲子家庭走进展厅，像走进了一部生动的历史教科书。“很难得有机会在这里一次性探索完长江的故事。”特意从天心区赶来的李女士告诉记者，孩子因在学校参与了水域环保的志愿活动，对长江文化产生了浓厚的兴趣。“我们在欣赏文物的同时，能深刻感受到长江文化的博大精深，以及中华文明的源远流长。在坚持水域环保的同时，其实也

在保护着我们的文化命脉。”

展览现场还特别开展了“不尽长江 趣玩一夏”——长江主题游园活动，为不同年龄阶段的小朋友们精心设计了多种有趣的活动，带领他们“畅游长江”。家长们可以带孩子参与各种丰富多彩的互动环节：拨动转盘回答与长江有关的问题，在游戏中学习长江的地理知识、历史文化等；抽签背诵长江有关的诗词，感受古人对长江的赞美与情怀，提升自己的文学素养……

李女士的女儿李乐用空瓶换了一杯“江水”，选择了一个“长江支流”，让手中的水“汇入”长江：“妈妈！我们的湘江水与长江汇合了！”

“这个游戏其实是让孩子了解长江水系的构成。”李女士解释道，在游玩的过程中，知识如同涓涓细流，快乐地输入孩子们的脑海中。

“生态+”碰撞亲子游，为星城家庭提供了独特而难忘的体验。这个夏日，不妨带着孩子来长沙城北，开启一场别样的“玩水”之旅，在自然与历史的怀抱中，创造属于你们的美好时光。

## 亲水：长沙“最富诗意的亲子徒步道”

在老长沙的记忆里，月亮岛并非如今这般热闹。那时，这里是湘江中的一片宁静绿洲，岛上住着世代以打鱼为生的渔民。清晨，渔民们驾着小船，在江面上撒网捕鱼；傍晚，渔歌声声，回荡在湘江之上。

“小时候，我经常跟着爷爷来月亮岛钓鱼，那时候岛上很安静，只有风声和鸟叫声。”家住湘江边的李伯伯回忆，“那时候的月亮岛，就像一个世外桃源。”

随着长沙城市的发展，月亮岛也迎来了它的“变形记”。今年5月初，闭关三年重新开放的月亮岛，从荒芜的野岛摇身一变成为名副其实的亲子乐园。

记者在现场看到，在“生态+运动”的改变中，如今，孩子们可以在岛上宽敞标准的足球场上尽情奔跑，在郑钦文奥运同款室内外红土网球场上尽情挥

拍，卡丁车、沙滩公园等人造娱乐区域也在逐步开放中。

“月亮岛已经完全变了样，变得更漂亮、更热闹了。”李伯伯感慨地说，“虽然没有了以前的宁静，但这里也给孩子们带来了更多的快乐。”

沿着亲水平台的步道漫步，游走于初夏葱茏而蓬勃的岛上绿意之中，记者发现，在这里能找到月亮岛现代化游乐设施之外，自然宁静的一面。

全长2.7公里的亲水平台沿月亮岛东岸蜿蜒，北起湘江主航道，南接薰衣草花海，晨雾中芦苇轻摇，暮色里大桥如虹，被不少喜爱骑行与散步的家长称

为长沙“最富诗意的亲子亲水徒步道”。

亲水步道的北段是远眺霞凝港的绝佳位置。对岸的霞凝港吊机林立，货船往来不绝。浩浩荡荡的货轮群像积木一样排着队，在水面上缓缓驶过，勾勒出一幅“湘江黄金水道”的繁忙图景，无声诉说着城市的繁荣与活力。

与北段的工业风相比，亲水步道南段则充满着浓郁的自然野趣。垂柳之下，有亲子家庭在露营野餐，也有亲朋好友聚会娱乐，三三两两围着室外的梨树上，沉甸甸的青梨挂满枝头，仿佛在向人们展示着丰收的喜悦。带娃露营的家人们还能带着孩子随手采摘野梨，让孩子们在亲近自然的过程中，体验到收获的乐趣，这正是“生态+生活”的真实写照。



亲水步道适合亲子散步、骑行。



小朋友在仔细拼图。