

清凉 12 小时! 解锁长沙文化遛娃新主张

今日女报 / 凤网记者 赵周舟 实习生 覃凤

7月5日早上9点,湖南省科学技术馆门前,7岁的小宇拽着妈妈的手蹦蹦跳跳:“快点快点,今天要去造‘火箭’!”同一个时间段,李自健美术馆的工作人员正调试灯光,准备迎接第三届少儿美术双年展的首批亲子观众;而长沙天心区《疯狂星友团》剧场的道具组,已摆好当晚供孩子们“破案”的线索道具……

连日来,高温让长沙室外遛娃按下“暂停键”,但记者走访发现,从上午在艺术空间享受感官盛宴到下午在知识展馆实践科学,再到夜晚的互动剧场沐浴文化洗礼,一条“清凉 12 小时”的室内遛娃路线正成为家长新选择。这些场所不仅提供避暑空间,更以“体验式成长”重构亲子陪伴模式。



9:00-12:00 在艺术场馆用童真对话美学



在湖南美术馆做手工。

7月5日,“2025 第三届湖南少儿美术作品双年展”于李自健美术馆开幕。还没到开馆时间,门前就排起了长队。

“我 2023 年就带孩子来看过第二届作品展,展出的都是小朋友充满童趣与想象力的作品,女儿很喜欢。”家住长沙湘江新区的陈女士笑着推荐,正好这几天天气热,很适合带孩子来边消暑边长见识。

美术馆相关工作人员告诉今日女报/凤网记者,本次“双年展”首次面向全国征集优秀少儿作品,经过层层选拔,800 余件平面作品和 40 余组大型装置作品从 15000 余件(组)参赛作品中脱颖而出。展馆里,不仅能看到脑洞大开的现实版《山海经》、

颠覆想象的神话人物,还可以带娃在皮影戏台、少儿绘本角等区域参与多个亲子互动体验。

在展馆 B 区的“筷子城市”互动区,家长和孩子用一次性筷子搭建“橘子洲大桥”。“我要把长沙标志性建筑都搭出来!”8 岁的天天兴奋地说。工作人员表示,这类亲子共创活动让艺术从“欣赏”变成“参与”,有家长反馈“孩子回家后还在琢磨怎么搭更高”。

在湖南美术馆,“种子派对”与“锥面具艺术体验展”两场别具一格又充满童趣的展览正邀请星城的亲子家庭参与一场儿童艺术的狂欢。

“‘种子派对’就是为孩子们量身定制的。展览没有刻板的观展动线,可以随孩子的天性与喜好自由探索。这点我十分喜欢。”正在观展的家长陈女士告诉今日女报/凤网记者,“展馆里不仅没有‘不许碰’的牌子,

孩子可以摸、可以画,还可以把自己的画贴进展厅墙。”

记者了解到,该展览以“破土”为命题,共设四大主题展厅:“湘土之壤”“玩土之壤”“心灵之壤”和“家育之壤”。亲子家庭可在展览上看到 55 个鲜活的美育案例,涵盖山村留守儿童的非遗实践、自闭症孩子的绘画独白、城市亲子家庭的诗画共创、校园艺术课程的灵光一现。

馆内“锥面具艺术体验展”为喜欢神秘与冒险的孩子们提供了不一样的艺术空间,两百余件来自湘西、郴州、贵州等地的锥面具,有的瞪眼怒目,有的慈眉善目,在迷宫般的空间中,召唤着亲子家庭进入一个古老而陌生的文化系统。有宝妈当场科普起了“上刀山、下火海”的民间锥戏,小朋友听得既好奇又惊讶,在非遗传承人的示范下,有孩子把面具画成奥特曼,充满了传统与童趣的奇妙碰撞。



19:30-21:30 在夜间剧场互动让亲子感情升温

《开关 Switch》《天心阁魁星点灯》《杀死马克吐温》《笑工场》……今年以来,长沙小剧场演出持续升温,在“小而精”“小而美”的演艺新空间里,脱口秀、即兴喜剧、话剧等多元演出形式吸引大批市民游客打卡,也成为不少亲子家庭在夜晚遛娃的清凉选择。

“妈妈,我要看周六晚上 7 点的《疯狂星友团》!”最后一门考试刚考完,13 岁的六六就缠着妈妈周女士要去看剧。剧场内,笑声与“反对”声此起彼伏。当演员指出她猜测的凶手时,有小朋友举手大喊:“不对!我看到她有不在场证明!”带着孩子观演的张先生感慨:“孩子原本只爱看动画电影,但现在他会主动分析线索,甚至回家后自己设计‘小剧场’。这种互动模式,让娱乐有了教育的温度。”

7月4日晚,历经 10 个月的打磨升级,《聂小倩》2.0 版在长沙天心区坡子街湘江剧场首演。这部被称为“来长沙必看”的沉浸新中式湘剧,用全新面貌重返舞台,再次点燃长沙夏夜。

“湘剧不是过去的艺术,我们要让年轻人知道这点,而且主动进

来体验。”《聂小倩》创作编剧瞿茵透露,此次升级从技术、音乐、视觉、衍生产品甚至味觉等多个维度入手,实现了创新突破。剧情和人物设也进行了重要调整,剧中经典角色“姥姥”从凶神恶煞的传统形象转变为美艳绝伦的女妖,而“燕赤霞”则突破大胡子道士的刻板印象,化身符合年轻人审美的“可盐可甜”二次元形象。制作团队还开发了系列衍生周边产品,包括人物角色盲盒、人物卡片、钥匙扣、冰箱贴、剧情彩蛋卡片等。

“没想到湘剧还能这么演,孩子很喜欢。”演出结束后,从衡阳来长沙旅游的李女士带着小朋友开心地上台,与“可盐可甜”的“驰焉”合影。

从艺术探索到科学求真,再到沉浸式剧情体验,暑期室内遛娃正逐渐从单纯的娱乐向知识探索与能力培养转变。这些地点不仅为孩子们提供了清凉的避暑之地,更在互动体验中激发了他们的好奇心和探索欲,把以前遛娃“耗时间”变成了“赚成长”。



家长和孩子共同搭建“筷子城市”。



14:00-17:00 在知识展馆让好奇在互动中发芽

针对暑期一路高涨的遛娃需求,长沙诸多科技展馆推出了主题特展,室内遛娃也从“纯玩乐”悄然升级为“沉浸式成长”。

7月5日,“妈妈,那霸王龙从我头上跨过去了!”伴随着孩子们惊奇的呼喊声,湖南省地质博物馆数字文旅融合场景项目《开普勒纪元:恐龙的星际复苏》沉浸式 VR 展览正式揭幕。该展览综合运用行进式大空间多人 VR 互动技术、全景声技术和光影显示技术等前沿科技手段,为亲子家庭打造了一场跌宕起伏的星际恐龙探秘之旅。在占地 200 平方米的虚拟交互空间里,观众以探险队员的身份步入开普勒 452b 星球的恐龙生态系统,实时感知恐龙的动态行



在地博戴 VR 眼镜撸恐龙。

为与环境交互反馈。据相关工作人员介绍,展览开幕短短两日,便吸引了近 500 组家庭深度参与。

在湖南省科学技术馆,除了常规的科技展览陈设,馆内还打造了暑期特供周末研学活动。7月5日,在该

馆 B 馆实验教育中心三楼,“科学大爆炸 I 问知者·求真实验”和“未来建设者 I AI 足球战警·竞技无人机”两个项目让孩子们沉浸其中,孩子们从飞行操控到竞赛策略,在模拟对抗中融合机械、物理、气象多学科知识,尽情享受科技带来的乐趣。

此外,研学活动还推出了“厨房奇遇记”,孩子们亲手制作“厨房火山”,提取香蕉 DNA,创作彩虹牛奶艺术画,通过“看、听、触”多感官联动,发现科学规律,帮助孩子建立“现象-猜想-验证”的思维方式。一位参与活动的小朋友兴奋地说:“我喜欢揉香蕉的环节,就像在制作香蕉泥果酱,然后变成了科学魔药。”



TIPS

湖南地质博物馆

地址:长沙天心区杉木冲西路 49 号
时间:9:00-16:30(周一闭馆)
预约:公众号“湖南地质博物馆”提前 3 天免费预约
停车:5 元/小时(周末建议早到)
交通:地铁 1 号线省政府站 2 号口步行 10 分钟

李自健美术馆

推荐展览:第三届湖南少儿美术作品双年展
展期时间:7月5日-8月31日
时间:9:30-17:30(周一闭馆)
门票:免费
停车:洋湖湿地的露天停车场与地下停车场均可停车
交通:地铁 3 号线,在洋湖湿地站下,距离美术馆 2 公里

湖南美术馆

推荐展览:种子派对·童年艺术计划/锥面具艺术体验馆
展览时间:6月25日-7月25日/6月24日-9月15日
门票:免费(记得提前预约)
停车:湖南美术馆西北门免费停车场
交通:地铁 3 号线中南大学站,公交大科城 2 号线/239 路等至“靳江路潇湘路口”

