

热血少年在这里挥洒汗水

小记者“实战”中接受国防教育

寻找城市初心 传承红色基因
无锡报业全媒体小记者
暑期特别家访活动



7月14日，无锡报业小记者“传承红色基因”系列活动来到无锡体验式国防教育发展研究中心，小记者们穿上迷彩服，在烈日骄阳下的“实战”中接受国防教育。一穿上迷彩装，小记者们顿时变身“小战士”，等待着他们的是一场特殊的国防教育。

随着教官一声：“全体小战士，列队集合”，体验式训练正式开始。首先，训练的是“军姿军礼”，通过军姿军礼的训练可以磨炼学员的意志力，纠正仪容仪表。队列训练可以改正孩子长期的错误站姿、坐姿，减少对身体所带来的不良影响，培养良好的军人气质，增强身体素质，磨炼钢铁意志。“立正！稍息！敬礼！”在训练场上，在教官的口令声中，小战士们很快进入了军营训练的氛围中。

小记者活动手记

在教官悉心教导和严格训练下，我和队友们一起勇敢前行，顺利穿越了封锁网，手上沾满了泥土，衣服脏了都全然不知。

——南长街小学五(6)班 祝珉

虽然“军姿军礼”是在树荫下训练的，但是没多久我的手臂又酸又痛，背上的衣服也湿了，站在那里，腿在抖，人不由自主地在晃。我只能打

教官为小记者演示了手榴弹投掷的基本要领，随后教官向小记者下达了作战任务：向“敌人”的战壕里扔手榴弹！突然，在小战士们前面出现了封锁网，封锁网交叉密集，稍有不慎就会触线，小战士们会怎么通过呢？不用担心，经过训练的小战士们，都熟练地匍匐向前顺利穿越封锁网！

“实战”过后，小记者们还参观武器装备，了解装备性能，一件件在眼前的武器装备让孩子们对国防安全有了更为深刻的认识。短短半天的体验，虽然在烈日骄阳下流了很多汗水，却感受到了团队协作的重要性，收获了友谊，在成长的道路上向前迈进了一大步。小战士们变得更加勇敢和坚韧，懂得照顾他人，团结队友。虽然军规很严，体验很辛苦，但小战士

了“报告”，坐在台阶上休息。看着其他小伙伴们还在烈日下认真地训练，我心里很难过，以后我要好好锻炼。

——金桥双语实验学校城中校区五(6)班 方子萱

在我趴下准备匍匐前进时，先是头部碰到了铁丝网，后又因力气不足，远远落在后面。我沉下心来，回想教官的动作，发现根本不是力气不足，而是用错了方法。通过调整，我在四十秒内匍匐穿过了铁丝网。

——惠山小学五(3)班 杨雨婷

们热情洋溢的笑脸说明了一切，当他们远离父母，远离网络，看似辛苦，学到的却比课堂上更多。

(章锂娜)

在杨教官响亮的口令声中，“魔鬼训练”正式开始！在场地上，我们扛弹箱，爬草地，扔炸弹，跨木桩……遇到困难，我们一起努力，一起解决。团结的力量总是这样强大，我们成功了！

——春城实验小学五(3)班 周朗曜

训练结束后我们参观了武器装备，有战斗机、高射炮、坦克等等，我明白了，正是有了千千万万个解放军战士守卫祖国，我们才有了现在幸福的生活。

——大桥实验学校二(10)班 徐立龔

暑期安全“不放假”

小记者采访疾控，学习急救知识

暑期安全主题采访活动

无锡报业全媒体小记者

7月12日，近百名小记者来到无锡市疾控中心，参加暑期安全采访活动。在这里，小记者们不仅采访了解疾病是如何传播的，还学习了自救自护的方法。

疾控中心的邹老师带领小记者们走进病媒生物标本馆。“大家



可能不理解什么是病媒生物，最简单的例子就是携带病毒的蚊子。”邹老师用大家最常见的蚊子开启了小记者们对病媒生物的认识。

在参观活动开始前，每个小记者都接到了一个小任务——参观结束后，要在所有人面前介绍一个自己印象最深刻的标本。连元街小学的朱晋毅同学说：“我们一定要保护好穿山甲，因为它们是白蚁的天敌，白蚁的数量一旦不能得到控制，那么我们将会失去森林。”

参观结束后，邹老师对小记者说：“病媒生物是一个值得探究的课程，我们还在这条道路上摸索前行中，大家可以朝着这个方向努力，为人类的生存发展贡献自己的力量。”

小记者们结束病媒生物标本馆的参观后，又来到急救中心。共青团无锡市急救中心团支部委员会的姜琳给大家上了一堂精彩的暑期自救自护安全讲座。姜老师先示范了如果对梗阻病人实施急救：“老年人和儿童非常容易发生梗阻，一旦梗阻发生后，黄金抢救时间很短，自救以及他救速度远超过120救护车。”她边示范边强调重点，用力一定要是冲击的方式，持续施力是没有用的。

最受关注的是学习心肺复苏



法，姜老师首先带领小记者和家长一起学习了心肺复苏的理论知识。她提醒大家，一定要确认病人没有呼吸和心跳的情况下才可以进行心肺复苏。“心肺复苏法的口诀是‘剪刀石头布’，剪刀表示，肚脐眼上方两横指位置是施力点，布包裹住石头，表示一手握拳一手按压在拳头上……”姜老师用简单易懂的语言告诉大家正确的操作要领，小记者们纷纷伸出双手尝试起来。实践才能出真知，在姜老师的指导下，小记者们轮流跪在假人身侧，跟着老师的指导进行模拟。“上身挺直，手臂不能弯曲，按压深度至少要5厘米。”在姜老师的指导下，小记者基本掌握了心肺复苏操作方法。

(陶淑璐)

小记者活动手记

我们排着队一个个在假人身上演练了一遍。实践出真知，看似简单的动作，操作起来并不容易，它需要技巧与力度的协调。平时在电视上经常会看到急救医护人员在为病人做心肺复苏，自己动手操作才知道这真是个“体力活”！

——吴桥实验小学六(1)班 邢轩祎

我们来到了疾控中心的病媒生物标本馆。馆内展出了许多病媒标本：大大小小的蚊子标本、老鼠标本、苍蝇标本……边上还写着许多关于疾病的介绍，让我们大开眼界。

——南长街小学五(6)班 王彦凯

在学习急救和自救的课上，我们学到了许多知识。被烫伤时，不能用冰袋冷敷，只能用室温水冲洗；被蜱虫咬到时，要用钳子轻轻将它夹出来。

——连元街小学五(4)班 章子瞻

通过这次活动，我学到了许多书本上没有的知识。海姆立克腹部冲击法，让我明白了如何快速将他人人口中的异物排出；心肺复苏，让我知道如何在他人昏倒时采取急救措施；病媒生物标本馆的参观，让我认识了哪些虫子是疾病的媒介。

——育英融创小学六(2)班 王浩宇

我们来到了急救中心，观看120宣传片，了解120急救工作的全过程，“1分钟调度，1分钟出车”让我真正感受到时间就是生命这话的意义。

——梨庄实验小学四(1)班 陆梁彦