

# 一堂生动的急救课

■见习记者 刘净涛

“遇到有人突然倒地不起，应该怎么做?”“心肺复苏按压多少次之后开始吹气?”“吃东西卡住气管，该怎么求救和自救?”12月10日下午，漯河日报社小记者团邀请市红十字会讲师卢颖晖到召陵区实验小学，为300名小记者讲解急救知识并进行实操培训。

“老师，葡萄干卡在气管里怎么办?”召陵区实验小学二年级学生张瑞松提问。“绝对不能拍背哦。”说着，卢颖晖向大家介绍了“海姆立克急救法”，并提醒大家，除了葡萄干，果冻、樱桃、开心果等食物导致气道梗阻窒息时，都可以用这种急救方法解决。

为了让每个孩子学会如何急救，卢颖晖一边为孩子们讲解急救知识，一边现场演示并进行了动作分解。通过反复演示，小记者们学习了基本的急救知识。卢颖晖通过知识详解、真实案例分析、互动问答、现场演示等方式，深入浅出地为大家讲解了心肺复苏的步骤及方法、AED(自动体外除颤器)的使用方法以及气道异物梗阻如何急救等。

在实操培训环节，看着眼前的人体模型，小记者们跃跃欲试。听老师的讲解和自己亲手实践是完全不同的。小记者们跟着老师的指令，双腿分开站在模型面前，想象眼前就是需要急救的患

者。他们双手交叠，将手掌根放在老师所说的胸骨下三分之一处——两乳头连线中点处。

“大家跟着我的节奏进行按压。来，1、2!1、2!”跟随着节奏，小记者们用力伸直胳膊，向下按压。按压30次之后，小记者们抬起“患者”下巴，大口吸气，迅速俯身，捏住“患者”的鼻子进行人工呼吸。吹完气后，松开捏着鼻子的手，吹气2次，每次吹1秒钟以上。然后重复实施按压、人工呼吸。

“如果发生气道梗阻时，你周围没有人可以帮你怎么办?”问题一抛出，小记者们都瞪大了眼睛，皱着眉开始思考。小记者黄峻翊回答:“可以找一把椅子代

替。”卢颖晖给予了充分的肯定，“同学们，当周围没有人的时候，我们需要赶紧找一个其他东西代替，可以用椅子、桌子等物体对腹部进行冲击。”

“通过这次亲身体验，我知道了在有人突发心脏骤停时该如何急救。回家后，我要把这些知识教给我的家人，让他们也都能变成急救员，为可能出现心脏骤停的患者争取到宝贵的抢救时间。”小记者张瑞松在现场学习了各种急救知识后告诉记者。

“今天的课我学得特别认真。生活中随时有可能发生意外，学会这些急救方法，我就有可能在关键时刻救人一命。”小记者黄峻翊激动地说。

## 国防教育进校园

### 许慎中学



小记者体验军事训练。

本报记者 王培 摄

本报讯(记者 王培)12月7日，漯河日报社小记者团在许慎中学开展了“国防教育进校园 同心共筑强国梦”主题活动，为小记者们上了一堂生动的国防教育课。

当天，漯河日报社小记者团的工作人员组织该校小记者们聚集在校园内。教练们一上场，便牢牢吸引了大家的目光。大家兴奋地互相讨论着，期待着活动的开始。活动一开始，教练们给大家表演了擒敌拳、硬气功和战术协同突击。他们威武的身姿、帅气的动作瞬间“圈粉”了小记者们。小记

者们看得激动不已，不停鼓掌，表演一结束，就纷纷围着教练问这问那。

接下来，小记者们在教练的带领下分组学习了持枪姿势、擒敌拳等。教练们先向大家讲解了相关知识。小记者们好奇又认真地听讲解、看演示，并在教练的指导下进行体验，举枪、瞄准……一系列动作学得有模有样。小记者们认真训练，很快就掌握了动作要领，赢得了教练的夸奖。

此次活动让小记者们学习了国防知识，增强了国防意识。不少小记者表示，这样的活动很有意义，既让大家学到了很多知识，也培养了大家自觉遵守纪律的意识和团结协作的精神。“少年强则国强。我们一定会努力学习，将来为祖国贡献自己的力量。”小记者李明宇说。

### 许洼小学



小记者学习简易军体拳。

见习记者 刘净涛 摄

本报讯(见习记者 刘净涛)12月10日上午，漯河日报社小记者团走进郾城区许洼小学开展国防教育。该校600余名小记者学习了军事训练基本要领，接受了国防教育。

擒敌拳、硬气功、战术协同突击、步枪射击……河南豚豚教育咨询有限公司刘景周教练在军事训练科目现场展示环节的一系列演示吸引了大家的目光，赢得了一阵热烈的掌声。

教练为小记者们示范了匍匐前进的动作要领。随后，参与体验的小记者们趴在草地上，一边想着教练刚教过的姿势，一边向目标爬去。他们很快掌握了诀窍，一个个都顺利通过了障碍。

训练中，教练为小记者们演示了

标准的擒敌拳，并详细讲解了动作要领、安全要求等。小记者们看着教练笔直的身姿，整齐的步伐和利落的动作，纷纷表达了崇拜之情。

“大家听我口令，出拳喊‘嘿’，收拳喊‘哈’。”随着教练一声令下，小记者们伴随着模拟的战场音效，迈着整齐的步伐，练得不亦乐乎。

“这样的活动形式很好。孩子们既放松了身心，又学到了课堂上学不到的知识。通过近距离感受，孩子们加深了对国防的认识，也激发了他们的爱国热情。”活动结束后，参与此次活动的学校老师表示，本次活动最大的亮点莫过于让孩子们深入了解了国防知识，认识了国防的重要性，树立了保家卫国的爱国主义情怀。

## 新闻监督热线

13939500232  
13938021037

了解更多小记者活动  
请扫描我们的二维码

政策信息  
投诉建议



### 习作园地

## 第一次做饭

■郾城区实验小学三(3)班  
林泓钊

今天是我第一次做饭，所以一早就起床了。

我先用烧水壶将水烧开，再倒进锅里。然后，我把面条往锅里一放，只见面条东倒西歪，还有不少掉到了锅外面。我手忙脚乱，赶紧把不安分的面条重新放进锅里。接着我开始洗菜了。水冰凉冰凉的，冻得我直哆嗦。洗完菜把菜倒入锅中后，我便开始切香肠。香肠可真调皮啊。我捣鼓来捣鼓去，它就是不肯让我切成一段一段的，在菜板上滑来滑去，好像是在和我进行滑冰比赛。不过，最终我还是战胜了它。

接下来要磕鸡蛋了。我好不容易把鸡蛋磕开，把蛋壳往两边一掰，蛋黄和蛋清就以迅雷不及掩耳之势落了下去。幸亏我迅速地把它们接住，让它们安全落进碗里。然后是搅拌鸡蛋。调皮的蛋清和蛋黄



紧紧抱在一起，不肯分开，像是用胶水粘起来了一样。我费了九牛二虎之力才把鸡蛋搅拌均匀那么回事儿。我把鸡蛋倒入锅中，搅了一会儿，香喷喷的面条就做好啦!

今天我做了一顿早饭就感觉那么辛苦，可是爸爸妈妈每天那么忙，还要为我做早、中、晚三顿饭。他们该是多么不容易啊!

## 可爱的小猫

■郾城区实验小学二(4)班  
吴靖姍

我家有一只可爱的小猫，叫小汤圆。它有着锋利的小爪子，耳朵毛茸茸的，一双眼睛像宝石。它浑身的毛发以浅黄色为主，中间夹杂



着一些白色的斑点。小汤圆最爱吃鱼。每次只要我“喵喵喵”地学它叫，它就知道有东西吃了。它迅速跑过来，蹲在我面前，像小孩子一样向我撒娇，向我讨食物。看它可怜兮兮的样子，我就会给它一块儿鱼肉吃。吃完鱼肉，它就会用舌头把身上舔个遍。它真是爱干净啊。

小汤圆是我最好的朋友。每当我我不高兴的时候，它就会到我身边来，用舌头舔我或是“喵喵喵”地叫，好像在说:“小主人，别不高

兴了，看我的‘动胡神功’。”每当我我看到它的“动胡神功”，就会笑起来，把烦恼抛到九霄云外，心情也由阴转晴了。

我爱你，我的忠实伙伴——小汤圆。

## 足球比赛

■源汇区许慎小学二(5)班  
王欣睿

阳光明媚的一天，太阳公公早早起床照耀着大地。我们学校组织了一场别开生面的足球比赛。

操场上，运动员们排着整齐的队伍，场外啦啦队员们的呐喊声热闹非凡。我们五班是蓝队，六班是红队。只听裁判员一声哨响，比赛正式开始。

红队先锋发起猛烈攻击，巧妙地绕过我方先锋，球像离弦之箭一样飞入球门。幸好我方守门员死死地盯着球，眼疾手快地伸出双手向球扑去。球被挡住了!接着，我方先锋使劲儿向球踢去。只见那球不飞直线偏飞曲

线，一下子就飞进了球门，为我队赢得了一分。红队队员们不甘示弱，猛地反扑。红队队员们看准球的落点，抬脚使劲儿一踢，球在空中划出一道美丽的弧线。球进了!两队1:1持平。比赛更加激烈了，你追我赶，互不相让。我方队长朝先锋望了一眼，先锋队员心领神会，做了一个假动作。红队守门员很容易就上当了。此时，队长飞起一脚，球漂亮地飞进了球门。我啦啦队发出阵阵欢呼声。

这时，哨声响起，比赛结束了。最终，我们班以2:1赢得了比赛。同学们怀着无比欢快的心情向教室走去。



漯河日报社小记者官方抖音号开通啦!小记者的多彩瞬间，在抖音里为你呈现。如果家长们想要保留孩子们的精彩时刻，小朋友想要看到自己的闪亮瞬间，敬请关注漯河日报社小记者抖音号(lhrbxjz)，了解更多的内容吧!



### 图片新闻



12月9日下午，漯河日报小记者团的小记者们在召陵区翟庄中心小学参加了纪念“一二·九”学生爱国运动演讲比赛。此次演讲比赛分为低年级组、中年组和高年级组，并分别评出了一、二、三等奖。

见习记者 刘净涛 摄



## 小记者写作训练课

# 人物写作的四种方法

对于以写人物为主的记叙文，有些同学感觉困难的是对人物的刻画。究其原因，主要是没有把人物写活。一般来说，写活人物的关键是掌握对人物的描写。

### 1.肖像描写

肖像描写就是对人物外貌特征的刻画，用来展示人物的精神气质、内心世界和性格特征，给读者留下深刻的印象。

肖像描写不必面面俱到，可以用简练的文字勾勒人物肖像，力求符合人物的年龄、身份、经历和个性，切忌“千

人一面”或“脸谱化”。

### 2.语言描写

语言描写既可以表现人物的性格特征，又可以发展故事情节。

语言描写有独白和对话两种手法。独白是人物的自言自语;对话是两个或两个以上人物之间的交谈，是语言描写

中最常用的一种手法。

### 3.行动描写

通过描写人物的具体行动，能展示人物的思想感情。要使行动描写活起来，关键在于准确而又恰当地使用动词。要点明人物“做什么”，把笔墨的重点放在“怎样做”的描绘上。这就要

靠平时仔细观察，反复琢磨，特别要注意通过细腻动作和无声动作的描写，来写活人物。

### 4.心理描写

心理描写一般是和语言、行动描写结合在一起的。因为人物的心理活动最终不是表现在语言上，就是反映在行动。心理描写多由作者直接描述，也有由文章中的人物通过自语、梦境倾吐的。

总之，想把人物写生动，就要学会运用不同的描写手法。

张腾飞 整理