



迎宾路小学小记者站专版

别开生面的防溺水课

本报小记者(迎宾路小学3年级14班) 刘一鸣

6月21日下午,我们迎宾路小学部分晚报小记者来到北控冠深沧州游泳馆,一堂别开生面的防溺水安全教育课随之拉开帷幕。

“你们知道可以借助哪些东西来救助溺水者吗?看到有人溺水了,我们应该怎么做呢……”参观中,翟教练给我们普及了游泳安全要点以及相关防溺水知识。我们都听得十分认真,还不时与教练互动。

教练多次提醒我们,要

增强防溺水安全意识,做到远离危险水域,不在水深危险地段游戏打闹。

纸上得来终觉浅,绝知此事要躬行!我们换好泳衣,在教练的指导下跳入水中练习——收、翻、蹬、夹、划行,我们像一只只小青蛙一样欢快地游起来。

我们还认识了从迎宾路小学毕业的师姐刘雨欣,观摩了她的仰泳、自由泳等。

(指导老师:王岩)

校长寄语



“健康第一,快乐成长,为学生幸福童年负责”是我们的办学理念,“培养知礼、笃行的现代社会公民”是我们的育人目标。校园应该是生命成长的乐园,尊重规律、尊重个体差异,让爱充盈校园,愿每一名师生都能过一种有尊严的教育、学习生活。

——迎宾路小学校长
冯连群

珍爱生命,谨防溺水

本报小记者(迎宾路小学3年级5班) 孙梦乔

6月21日,我们迎宾路小学部分晚报小记者走进北控冠深沧州游泳馆。

一进游泳馆,我们就听到了水声,看到清澈的水在大大的水池里荡漾。翟教练给我们演示了怎样救人,还告诉我们预防溺水的一些注意事项:游泳要去正规的游泳馆;未成年人没有足够的力量不要下水救溺水者,更不要手拉手救人。

刘雨欣大姐还给我们演示了仰泳、蛙泳和自由泳。只见她一个鱼跃跳入水中,挥动着有力的双臂,飞快地向前游去,随之在她身后扩散出一圈圈的

水纹。我们都使劲儿鼓掌。

教练告诉我们,刘雨欣是国家一级游泳运动员,在去年的省运会上还拿了冠军呢。

接下来是令我们开心的下水环节。我们穿好泳衣,戴好泳镜,系好背漂,手拿浮板下了水。我们玩得不亦乐乎。不一会儿,我就能不用浮板了。

珍爱生命,谨防溺水。这次小记者活动让我意犹未尽,不仅了解了防溺水和游泳安全的相关知识,还对游泳这项运动产生了浓厚的兴趣。

(指导老师:陆霞)



采访



认真听讲解

我宛如一条欢快的小鱼

本报小记者(迎宾路小学4年级5班) 张照清

6月21日下午,我们迎宾路小学部分晚报小记者走进北控冠深沧州游泳馆,开启了一次探索之旅。

一进游泳馆,我们就被一个高达10米的跳水台吸引了,它好似巨人一般俯视着这里的一切。这时,一位教练出现在我们面前,他边介绍边带领我们往前走。

我们了解到,这里的游泳池浅水区有1.2米深,深水区则达2.2米深,而跳水台下的水足足有5.5米深。

采访环节,小记者们纷纷围住教练。我也勇敢上前,结结巴巴地问:“教练,请问

这里一共培养了多少名国家级运动员?”教练的回答一下子让我的胆怯飞到了九霄云外,取而代之的是震惊和自豪。本以为只有两三位运动员,没想到居然有20多位,我感到骄傲!

终于到了期待已久的下水环节。我们都换上了泳衣,此时的我宛如一条欢快的小鱼,自由自在地在水中游来游去。

快乐的时光总是短暂的,这次小记者活动深深印在了我的脑海里!

(指导老师:李丹)

星星点灯

不能贸然下水

教练对我们进行了防溺水安全教育。

我真切认识到,一定要在有家人陪伴的前提下到安全、正规的游泳池游泳,并做好相应的准备活动,防止溺水事件的发生;发现有人落水时,不能贸然下水营救,应立即大声呼救,同时将救生圈、竹竿、木板等物抛给溺水者。

我们还下水体验了一把,更从中体会到了预防溺水的重要性。

本报小记者(迎宾路小学3年级14班) 储培轩

走进游泳馆

一进泳池区,我们就将目光投向那个设有10米、7米、5米的跳水台。

之后,我们下水体验。游泳是一项快乐而艰辛的运动,这让我体会到了游泳运动员的不容易。

本报小记者(迎宾路小学5年级6班) 李承霖

扫码看视频 新闻料更多

快快扫描二维码,跟随迎宾路小学晚报小记者去游泳馆看看吧。



本版摄影 聂影

奇妙的旅程

本报小记者(迎宾路小学4年级5班) 苏闫壹一

6月21日对我来说是难忘的一天,这一天,我们走进了北控冠深沧州游泳馆。

活动中,我们了解了救生时的一些注意事项,见识了救生绳等很多救生器具。

采访环节,有小记者问教练:“咱们这里有没有溺水事件发生?”教练微笑着答:“当然有,前几天就有一个溺水的,是我把他救上来的,给他做的心

肺复苏。”我紧接着问:“人在溺水的时候是什么样子的?”“溺水的时候,人的眼睛是呆呆的,身体是僵硬的。”教练答。

游泳馆里的水清澈见底,我们都忍不住下水体验了一把。这次游泳馆之旅,我们玩得不亦乐乎,还收获了很多知识,真是一次奇妙的旅程。

(指导老师:李丹)

认识许多施救工具

本报小记者(迎宾路小学5年级6班) 杨焯

6月21日下午,我们迎宾路小学部分晚报小记者走进北控冠深沧州游泳馆。

翟教练热情接待了我们。25米长跳水池、7米跳台、5米跳台……我被游泳馆内符合国际跳水标准的设施震撼了,听说从这里走出去20多位国家一级运动员呢。

活动中,我认识了许多游泳器材和施救工具,比如:救生

杆、漂浮板、救生圈、救生绳等。

翟教练还让我们下水体验。为防止下水后肌肉抽筋,我们先跟着教练做热身运动,之后学习如何在水中保持安全姿势,玩得不亦乐乎。

在这次活动中,我不仅感受到了玩水的乐趣,还学到了一些防溺水知识。

(指导老师:王春华)

我游出去了

本报小记者(迎宾路小学3年级16班) 赵敏含

6月21日下午,我怀着激动的心情来到北控冠深沧州游泳馆。参观中,教练告诉我们,这里的跳水台都是国家标准的。

教练还教给我们一些溺水后的救生小技巧,并现场做了示范,如救生圈、救生绳如何使用等。我们还看到了一种救生器具——“跟屁虫”。听到这个名字,我不禁笑起来,想到了我那个黏人的妹妹。“跟屁虫”是个椭圆形的充气器具。我们游泳时可以把它绑在身上,游累了还可以趴在它上面休息呢。

之后,我们换上泳衣,在教练的带领下做热身运动,充分活动手脚,防止下水后

抽筋。热身之后,我们坐到泳池边上,一位大姐给我们示范了仰泳、蛙泳、自由泳等。我看得那个心急啊,真想快点下水去试试。

接下来,教练给我们讲解了下水后的注意事项,并指导我们挨个下水体验。终于轮到我了。教练告诉我放松,让身体浮起来,然后用手一推我的脚,我就冲了出去。借助着浮漂的浮力,我的脚一下又一下地往后蹬。“呀,游出去了。”我惊讶地叫起来。

在这次活动中,我不仅体会到了戏水的乐趣,还学到了一些防溺水小技巧。

(指导老师:陈晗)



留住这一刻