

# 练习搏击,真人CS对抗

## 小记者周末嗨翻天,直呼“玩不够”

“在学校里遇到同学欺负你怎么办?”“如果在学校门口遇到手持棍棒的不法分子,该如何处理?”……上周日,30多位小记者在家长的陪伴下,来到位于莱山区的猎鹰国防教育基地,学习实战搏击,体验真人CS对抗,玩得不亦乐乎。

YMG全媒体记者 张怡 摄影报道

### 学习搏击保护自己

“一旦遇到手持刀具或棍棒的不法分子,我们该怎么办?”基地杜海涛教官话音刚落,小记者们便争先恐后地回答,“告诉老师”“找门卫保安”“打110”……

杜海涛教官笑了笑,严肃地告诉小记者们:“第一反应,应该是跑!我们要快速地离开危险的地方。那么,应该往哪里跑呢?”

“往人多的地方跑。”芝罘区东方外国语实验学校四年级的项泓锦大声回答。

“对,要往人多的地方跑,而且要往大人多的地方跑。”杜海涛教官又进

一步问小记者们,“如果没有退路,只能和欺负我们的人面对面,该如何做好防卫呢?”

“在进行正当防卫的时候,有几个部位是需要注意的。”杜海涛教官告诉大家,“像后脑、太阳穴、面部三角区、下颌等几个部位一定要做好防护。”

为了让大家切身感悟到搏击术的实用性,小记者孙志杰自告奋勇要与教官进行实战演习。学了几年武术和跆拳道的小家伙儿十分自信地站在杜海涛教官面前,却被教官两下就打倒在地。这让一旁观战的小记者们对这套独具特色的防卫搏击术赞叹不已。

在进行了半个小时的学习后,

基地负责人王祝涛教官再次提醒小记者们:“遇到危险时,一定要及时保护好自己。如果没经过训练,没有能力防御的时候,一定要快速离开危险区域。当跑不了的时候,要注意保护好自己重要部位,切记不要正面应对,可以侧身站立,以防被踢打到要害……”

### “真人CS对抗”没玩够

在欢呼声中,小记者们迎来了期盼已久的真人CS对抗。杜海涛教官把当天的小记者们分成两队,两位小队长项泓锦和孙志杰分别给自己的小队起名为“战狼队”和“猛虎队”。

随后,杜海涛教官给两队设置

了战斗情景:“战狼队”饰演一伙匪徒;“猛虎队”饰演特警。随着杜教官一声令下,两队进入了激烈的“战斗”阶段。

别看“猛虎队”有一半是女生,却丝毫不输男生。港城小学三年级小记者姜钰杰是个带伤“参战”的小姑娘。看到她贴着纱布的腿,记者一再叮嘱她,找个地方趴着就行了,可小姑娘面对敌方火力毫不畏惧,直捣敌巢,颇具“巾帼不让须眉”的气势,着实让记者有点吃惊。

经历了三轮实战对抗后,小记者们直呼“不过瘾”“没玩够”。家长们也按捺不住进入比赛场地,不同的是,小记者们是在“对抗”,家长们则是在忙着拍摄孩子的精彩瞬间……

# 写一笔好字并不难

## 小记者一起学习“永字八法”

友。他们结伴坐在一起,开启新奇的“硬笔书法探索之旅”。

8:30,学习正式开始。当小记者们得知授课的钱鸿举爷爷经常到学校给老师们上书法课的时候,眼神中都溢出了满满的崇拜之情。

“中国书法是一门艺术,最实用的艺术。”钱鸿举爷爷说,“其实,想写一手好字并不难,但一定要专心,笔画要书写到位。”钱爷爷告诉小记者和家长们,想写好硬笔书法,可以经常练习“永”字。“永字八法”是由东晋时期著名书法家王羲之提出来的,因为“永”字包含了中国汉字中“横、竖、撇、点、捺、挑、折”共8个基本笔画,所以经常练习会有意想不到的收获。

“‘永’字先写最上面的‘点’,由轻到重再到轻,‘点’就出来了。”跟随钱爷爷的细致讲解,小记者和家长们纷纷拿起笔跟着一一起练起来。“‘横’先轻轻顿一下笔,写出一‘横’,最后要‘驻’一下笔。写竖的时候,起笔先顿一下,然后写出‘垂露竖’……”

看到有的小记者“竖”写得直,

钱爷爷告诉大家一个窍门:“吸一口气,憋住,再写竖,一笔呵成。”

按照钱鸿举爷爷传授的诀窍再写“竖”时,果然直了许多。对此,小记者和家长们也是佩服不已。“写字不难,首先需要掌握好方法,只要掌握了正确的书写方法,人人都能写出一手漂亮的汉字;其次要坚持,在精不在多,每天坚持10分钟,只写一个字足已。要写精、写熟,再举一反三。”

看大家把“永”字练得差不多了,钱鸿举又升级了一下内容,教授大家写“家”字的笔画和方法。

授课内容结束后,钱鸿举带大家来到户外练习“地笔”。他拿出为小记者们专门制作的几十支“地笔”,分发给小记者和家长,指导大家执笔开练,并手把手指点小记者书写,对孩子们的字一地进行点评。

“钱老师讲得太好了!”奇山小学小记者王艺凯的妈妈告诉记者,“这节课书法课既通俗易懂,又特别实用。回头专门让孩子过来跟着钱老师把字好好练练。”

本报讯(YMG全媒体记者 张怡 摄影报道)上周末,晚报小记者和家长们位于芝罘区只楚路上的鸿大书法培训学校,跟随烟台市硬笔书法协会终身名誉主席钱鸿举爷爷学习如

何写一笔好字。

10日早晨8点,开发区第八小学的柳焱申和港城小学的姜钰杰便来到鸿大书法培训学校,分别来自两个区的小记者一见如故,很快成为好朋