

笔下生花、巧妙沟通、采访实战、心灵守护、家长辅助……“小记课堂”十连讲 辽沈晚报小记者迈出成长第一步

小记者，大视界！
长见识、练胆识！
强素质、学知识！
有梦想，那就来！



扫描“辽沈教育”二维码
进入活动报名

为了助力首批辽沈晚报小记者们的成长，辽沈晚报成长学院结合疫情期间居家的现实情况，启动了“云集合”计划，十位来自不同领域的成长学院专家，通过线上的形式，与小记者以及家长们进行交流和互动。

“小记课堂”十课连发，硬核输出！这里有关于“写作与观察”“采访与沟通”这些记者必备的职业技能的传授，也有居家状态下如何调整生活和

学习节奏的心理健康疏导，甚至还创新式的采用“直播采访”的方式，给小记者们真正的实战机会。

“小记课堂”也得到了小记者们的热情互动与反馈，首期线上课堂的参与人数就超过了600人，平均点赞过万。此外，成长学院还特别将每堂课的精华剪辑制作成短视频，即便错过“小记课堂”的直播，也可以在辽沈教育的微信公众号重温“云集合”活动的主要内容。

辽沈晚报成长学院2022级小记者的招募仍在继续，辽沈地区的小同学们报名热情高涨，而要成为一个合格的、优秀的小记者，还要在成长学院经历重重考验。

现在，我们的小记者们已经迈出了成长第一步！成长学院也会继续给小记者们提供最适宜的“土壤”。善观察、勤思考、有文笔、有眼界，我们期待着每一个小记者在这里成长！

写好日记和作文 养成爱听故事和讲故事的好习惯

栾俊学：中国记者风云人物、全国百佳记者

每个小记者心中，可能都有一个“英雄梦”。辽沈晚报成长学院特别邀请到著名记者栾俊学老师，来为小记者“讲故事”。

栾俊学在新闻界是著名的打硬仗、打胜仗的名记者。在辽沈晚报工作期间，他先后任要闻部主任、首席记者、首席记者、要闻部主任、特别记者调查部主任、编委。曾连续7年被评为辽宁日报“优秀共产党员”。2000年，栾俊学被评为“辽宁

省十佳新闻记者”；2001年被评为“辽宁省十佳青年记者”；2002年被评为“全国百佳记者”；2004年被中央电视台评为“中国记者风云人物”；同年被评为“辽宁省新闻标兵”。2007年他再次被评为“辽宁省十佳新闻工作者”。2004年8月，辽沈晚报社授予栾俊学“功勋记者”称号。

栾俊学老师身上的“精彩故事”数不胜数，他的讲座总是干货满满、引人入胜，受到很多同行的追捧。他认为，想做一个优秀的小记者，要从加强文字功底入手，培养自己对事物观察、记录的好习惯，“爱听故事，经常阅读，在听故事后还能够讲出来、写出来，传播给别人看。”

妙笔生花背后的秘密

西楼老师：北京师范大学海威学生课堂客座教授、铁岭师范学院文学院特聘专家

写，是记者必须具备的职业能力。西楼老师从“我眼观世界”“我口诵经典”“我手写我心”“我文皆佳作”四个方面，对小记

者进行写作方面的指导。此外，西楼老师还以“我眼中的大白”为写作主题，为小记者们破题如何写出一篇优秀作品。

我的状态我做主

杨留留：大东区教育研究中心心理健康教研员、国家二级心理咨询师、国家级优秀课指导教师、教育部规划办课题主持人

心理健康对孩子的成长，是绝对不能忽视的部分。致力于学生心理健康教育的杨留留老师，曾提出“教育是培养人创造幸福的品格与能力”的理念。杨留留老师为小记者们带来一堂心理辅导课——“我的状态我做主——疫

情居家情绪调节与学习方式改善”。这节课以缓解疫情给学生带来的焦虑和不安、启发学生寻找适合自己的情绪调节和居家学习的方式、认识到面对人生中特殊事件要保持积极乐观人生态度为目标，灵活运用多种辅导方法，线上营造轻松平和氛围，完成特殊时期对学生心理健康的温暖守护。

写作中的思维训练

邢敏：沈阳大学大语文一线授课教师、冰心作文大赛指导教师

作为邢敏国学堂、国学深度研学活动的创办人，邢敏老师将另辟蹊径，针对小同学们的兴趣点、知识和理解能力，以“国学”的角度，根据历史的纵向，为小记者们由浅入深地

阐述“记者”的含义。除此之外，邢敏老师还将记者的职业素养与大语文的文学素养相结合，为小记者们进行阅读和写作技巧指导，其中还包括对写作非常重要的“思维训练”。

新闻实战 直播带你去采访

经淼：辽沈晚报时政新闻中心主编

“心贴心”教小记者学提问，“手把手”带小记者去采访。虽然受到疫情影响，辽沈晚报小记者团的线下采访实践活动暂时不能开展，但大记者们却创新式采用线上的方式，给小记者们上了一堂生动的新闻实战课。

辽沈晚报时政新闻中心主编经淼，

利用直播方式，带小记者云采访了疫情期间的志愿者“大白”。为让小记者们能收获真正的新闻采访经验，这节课无论是采访对象的选择、采访提纲的准备，还是采访现场的互动，都是针对小记者群体精心设计的。这堂新闻采访实战课，让小记者们热情高涨，他们纷纷通过线上方式提问，向采访对象发送自己的问题。这堂创新的线上采访课，也让小记者们对之后的线下采访活动，充满了期待。

听大记者给小记者讲如何沟通

邱国栋：辽沈晚报外埠新闻中心主编

想成为一个优秀的小记者，只有写作能力是远远不够的。记者的创作是基于新闻采访，在写作之前，收集资料的环节相当重要，能不能写出精彩的文章与是否收集到重要信息息息相关。因此，沟通和采访能力，是一个优秀记者不

可或缺的。而对小同学们来说，良好的沟通能力能带来很多优势，沟通的过程，不仅可以锻炼孩子的胆量、自信与逻辑能力，也可以让孩子有更广泛的人际交往空间。辽沈晚报资深记者邱国栋，将从自己多年的采访经历出发，以讲故事的方式，为小记者们揭开记者采访工作的幕后，教孩子们掌握巧妙的沟通技巧。

把难熬的居家转化为有效的亲子时光

李巍：沈阳市精神卫生中心副主任医师

居家期间，最崩溃的一个群体就是孩儿爸孩儿妈了。什么时候能把“神兽”送回学校去？这是不少家长每天都会发出的灵魂拷问。无论是辅导作业，还是看管精力旺盛的孩子，都让家长心力交瘁。而家长的心态管理，不仅

关乎着自己的心理以及生理健康，同时也会对孩子产生不小的影响。如何把这一段难熬的时间，转化为有效的亲子时光？家长们应该如何调节自己的心理状态，用什么方式来面对孩子？李巍老师为家长传授经验。

做一个爱运动的小记者

高鹏：辽沈晚报资深体育记者

做一个优秀的小记者，应该德智体美全面发展。作为辽沈晚报资深体育记者，高鹏为小记者们带来了一堂关于“运动与采访”的分享课。

高鹏拥有多年副刊、教育、体育战线的新闻采访经验，更是辽沈地区知名的篮球

记者。高鹏认为，养成爱运动的好习惯，对小记者来说，不仅可以强身健体，同时还能有其他额外好处。“尤其是对于写作来说，想要写好体育运动题材的稿件或作文，如果自己一点不爱运动，是不可能做到的！”

当代小记者的“全媒体”能力

于佳平：纪录片导演、剪辑、辽沈晚报见习记者

随着互联网的发展，传统媒体也逐步向新媒体转型。作为当代的小记者，必须拥有“全媒体”能力，除了文字新闻的采写，拍摄制作视频新闻，也是一项重要技能。于佳平从新媒体的角度，为小记者们带来一堂“视频新闻的拍摄与制作”主题课。

于佳平作为导演、剪辑，曾参与过包括《那一抹粉色》《热土——影像中的珍贵记忆》等多部纪录片的制作，对于视频拍摄以及后期制作，很有经验。不难发现，目前无论是中小学或大学，在课题的完成中，都可能会出现“视频制作”这一环节。因此，这堂新媒体课无论是对小记者的新闻采访，还是对小同学的作业完成，都很有实际操作意义。

镜头后面那颗头远比前者重要

吴章杰：中国摄影家学会会员，专业从事新闻摄影20年

手机与互联网的高度普及和发展，令摄影的门槛降低，加上有许多平台和出口展示作品，使摄影成为现代人必备的技能之一。而对新闻行业来说，拍出好的新闻照片，更是每位从业者必备的技能，也是小记者综合能力的体现。

法国雕塑家罗丹说过：“世界上并不缺少美，而是缺少发现美的眼睛。”从平淡中发现精彩，从无序中寻找关联。学习摄影，

首先要能从平凡生活中发现美的瞬间与情感；否则，用多高档的摄影器材，看多少摄影书籍，也很难拍出震撼心灵的作品……辽沈晚报资深摄影记者吴章杰将通过大量的新闻图片和课件，为小记者们带来一堂“经验分享和手机摄影课”。吴章杰曾参与过“嫦娥一号”发射、“神舟七号”升空、周正龙“虎照风波”、5·12汶川地震、西南地区特大干旱等国内诸多重大新闻事件的采访报道工作，他将从“欣赏照片”开始，带领小记者们迈进新闻摄影的大门。本版稿件均由辽沈晚报记者 张铂采写