

每天步行约8公里 宁海7岁女孩和父母一起 “重走长征路”



旅途中收集的景区门票和火车票。

磨破的鞋底、高原刺骨的寒风、泸定桥上突如其来的暴雨……近日，记者收到一个特殊的包裹，里面静静躺着一本《我的重走长征路》成长日记。这是宁海7岁女孩陈楠用稚嫩的笔触记录下的旅途见闻与感悟。

这个暑假，这个身高不到1.3米的女孩在父母的陪伴和鼓励下，每天步行约8公里，用稚嫩的脚步丈量着历史的厚度。记者采访了女孩的家长，一起来听听他们旅途上的故事。



陈楠在泸定桥上。受访者供图

1 穿着凉鞋日均步行8公里

7月3日清晨，宁海县华山小学一年级学生陈楠背起小书包，带着中国地图开启14天的特殊旅程——和父母一起“重走长征路”。

因为时间有限，父亲陈明忠深知不可能完整地走完长征路，于是他精心设计了一条适合女儿寓教于学的“小长征”线路：从浙江出发，途经江西、湖南、贵州、四川，最终抵达陕西吴起镇会师地，跨越6个省。井冈山、江西瑞金、遵义会议会址、泸定桥、陕北吴起镇、延安，这些红色旅游地都被纳入此次行程。

为了高效利用时间，他们选择夜间乘坐火车赶路，常常凌晨才到达目的地。“别看照片上她笑嘻嘻的，其实这一路上她哭闹的时候更多，毕竟才7岁。有时候累得走不动了，就坐在地上‘耍赖’；有时候半夜到酒店，困得连澡都不愿意洗就睡着了。”陈明忠说。

陈明忠分享了几件有意思的事，这让他感受到了女儿在此次旅途中的成长。

7岁的小女孩正是爱美的年纪，出门前，陈楠执意要穿着她最心爱的连衣裙和黑色牛皮凉鞋出门，任凭父母怎么劝说，她也依旧坚持不肯换，这让她在日均8公里的跋涉中尝到了苦头。

在遵义娄山关的盘山道上，陈楠突然蹲下不肯走了，崩溃大哭：“妈妈，我的脚像被辣椒抹过一样疼。”凉鞋带子把磨破的脚背

勒出红痕，成群的蚊子叮咬着她因穿裙子而裸露的小腿。当孩子父亲拿出花露水时，陈楠已经哭成了“小花猫”。此后，她把漂亮的连衣裙塞进行李箱，换上了长裤。但“倔强”的她依然坚持穿着这双陪伴她跋涉的凉鞋。

“中途我们也想给她买双运动鞋，但她还是喜欢那双凉鞋，反正看她还能走，我们也尊重她。我觉得自己的决定对不对要让她自己去检验。果然，回家后，女儿说下次旅游不穿凉鞋了。”陈明忠说。

在四川泸定桥，陈楠也面临着严峻的考验。突如其来的暴雨让气温骤降到20℃，陈楠冷得发抖，全家临时购置秋装。雨停后，当踏上摇晃的铁索桥，看着脚下奔涌的大渡河，小姑娘死死抓住父亲的手大哭。陈明忠告诉她：“当年红军是在枪林弹雨里爬铁索，桥面连木板都没有。”听完，陈楠才抽噎着迈开了步子向前走。孩子父亲看着她的背影，感慨道：“好像她前进的每一步都在与艰难险阻搏斗。”

在海拔2000米处，陈楠首次体验耳膜鼓胀的压迫感；有次走错路多绕3公里，她累得躺倒在石椅上……这样的小插曲还有很多，时刻考验着这个从未出过远门的小女孩。但每晚整理行李时，陈楠都会叠好次日要穿的衣物：“这样明天就不会手忙脚乱。”父亲惊喜发现，曾经的“小迷糊”有了行军般的条理。

2 课本知识在实践中具象化

“吃水不忘挖井人，时刻想念毛主席。”在江西瑞金沙洲坝红井旁，陈楠突然背起了语文课文。当她真正喝下井水，触摸井沿磨损的痕迹时，课文内容有了不一样的分量。小姑娘发现井水比想象中的还要清甜，而当年毛主席带领战士挖井的故事，随着父亲讲解变得具象起来。

这种奇妙的“知识落地”时刻不断发生。在井冈山黄洋界，陈楠试着挑起扁担走山路，真正理解“朱德的扁担”有多重。在陕西延安参观窑洞时，她摸着土炕上磨破的旧棉被追问“红军叔叔睡这里冷不冷”。甚至回家后，电视里循环播放的动画悄悄换成了抗战片。

旅途中的教育渗透在细节里。父亲发现野菜后让饭店炒熟，当陈楠只吃肉时，他说：“当年红军遇到这菜可高兴了，营养又促进消化。”挑食的孩子终于尝了几口。最让父母欣慰的是，曾经每天要买零食的“小馋猫”现在会说：“钱要省着用，下次能去更多红色景区旅游。”

一路上，陈明忠也深有感触：“我18岁高考落榜时，是挑货担走村串户挣到第一桶金。母亲总说‘吃水不忘挖井人’，如今，孩子上小学了，该懂这些

道理了。”这位靠做小生意脱贫的农民，特意安排了这段行程，希望孩子明白幸福生活的由来。

回来后，陈明忠鼓励孩子将一路的见闻记录下来，并把这份《我的重走长征路》成长日记制作成册。开学后，孩子要把这份特殊的“暑假作业”分享给同学们。而父亲已开始计划明年带她走新路线：“教育不是打鸡血，是让她用脚丈量，用心感受。”

据悉，这个暑假，宁海县华山小学创新推出“强国”德育实践作业，通过“沉浸式体验+家庭参与”的方式，让红色教育真正“活”起来。学校精心设计了“看红色影片、访革命圣地、听英雄故事、记感悟成长”四维实践任务，引导学生观看《长征》《鸡毛信》《闪闪的红星》等经典影片，鼓励家长带孩子实地探访，在行走中感悟历史。

“红色教育不该停留在课本和口号里。”宁海县华山小学党支部书记、校长吴定河表示，“我们希望通过这种实践，让革命精神成为孩子们生命中的精神坐标。开学后，学校还会展示这些特色德育作业，让孩子们假期收获影响更多身边人。”

记者 钟婷婷 通讯员 王坤