



# 我跟“蓝朋友” 烈日战烈焰

本报记者 吴一凡

口号声、训练器材的碰撞声在清晨的空气中回荡，消防员们早已开始了新一天的晨练。

上午8点，徐州淮海国际港务区西三环专职消防救援站的营区内一派火热景象。值班班长刘宇臣吹响了集合哨，消防员们迅速整齐列队，精神饱满地开始第一项专项训练——绳索攀爬。

攀爬大绳，是消防员最基本的体能训练科目之一，也是考验耐力、爆发力和身体协调性的重要标准。年轻消防员攀爬12米高楼，26秒完成才算满分，老队员也必须控制在合理的达标时间内。

训练前，刘宇臣组织全员充分热身，重点活动关节，随后认真检查主绳与保护绳，确保无安全隐患。消防员王全文双手紧握绳索，双脚夹住绳身，深吸一口气后猛地向上升。手脚协同，找准发力点，脚踩稳绳、手抓牢绳向上攀爬。他的动作干净利落，不到20秒就攀上了楼顶。

通过平时的刻苦训练，他练就了一身“硬本领”。这次绳索攀爬项目，4层楼的高度王全文用时19秒8。面对这个“第一名”的好成绩，王全文并不满足。“我对这个成绩还不是很满意，我要加强训练，突破自己，争取在下次取得更好的成绩。”

上午10点多，记者跟随队伍来到百米障碍训练场。百米综合障碍操是消防员的核心技能之一，要求队员在全副武装的状态下翻越板障、过独木桥、铺设水带，一气呵成。副班长陈家威告诉我：“这项训练考验的不仅是速度和体能，更重要的是在奔跑中保持冷静的头脑和稳定的操作。”

“火场上没那么多时间让你慢慢想，平时练到形成肌肉记忆，到了现场才不会手忙脚乱。”他边说边示范了一组动作，翻越、冲刺、甩带，行云流水。陈家威话不多，但每一句都落在实处。他说他最看重的是班组协同，一个人再快也没用，整支队伍齐心协力才能在救援中发挥最大效能。在他的言传身教下，每个队员都高标准、严要求完成训练。

中午简短休整后，下午的训练转入15米金属拉梯架设训练。15米金属拉梯的操作使用，是消防员扑救楼层火灾、开展高空救援的基本技能之一。时值午后，阳光炙烤着训练场，消防员们没有丝毫懈怠，他们身穿厚重的消防战斗服，精神饱满地列队等待训练开始。



消防员王全文进行绳索攀爬。



副班长陈家威正在翻越障碍板。



副班长陈家威穿越独木桥。

刘宇臣在训练前向全体队员讲解了拉梯的使用方法、性能参数和安全操作规范。刘宇臣个子不高，皮肤黝黑，是站里的老队员，带队严谨负责，对每个细节都不放过。他反复叮嘱大家操作时要稳、要准，梯子架设角度必须到位，梯钩必须锁死，绝不能有任何安全隐患。随后他开始示范，只见他扛起金属拉梯快步冲向训练塔，精准地将梯脚插入指定位置，拉梯快速升展，金属撞击声清脆有力。待梯子稳固后，他迅速逐级攀登上楼，整套动作一气呵成。

队员们的汗水早已顺着发丝不断滚落，但他们毫不在意。“重不重？”我问道。“当我们以最快的速度，把被困人员从火场中救出的那一刻，我觉得训练场上再苦再累都是值得的。”班长马伍格用手背抹了把眼角的汗水。

就在队员们轮流操练的时候，训练场一侧的广播突然响起——“火灾预警！火灾预警！”

刚才还在操练拉梯的队员们脸色瞬间凝重，条件反射地放下手中的器材，像离弦的箭一样冲向车库。马伍格指挥着队员们各就各位。他们冲到衣帽架前，按照各自的名字找到战斗服和抢险救援服，抖袖、套裤、系腰带、戴头盔，整套动作一气呵成，快的消防员仅用40秒就穿戴整齐。车库内顿时充满了急促的脚步声、装备柜开关的砰砰声和引擎启动的轰鸣声。穿衣、蹬靴、背空呼、登车，一切在疾速中完成却又井然有序。随着拉响的警报，消防车疾驶而出。

记者站在空旷的训练场上，看着呼啸而去的消防车，愣在原地——刚才还在一起训练的“蓝朋友”们已经奔赴火场了。大家的背影在警报声中一闪而过，很快汇入那道红色的光。

夏季高温，大地似火炉，消防员们身着35公斤重

的装备，开展高强度训练。攀爬、奔跑、破拆，每一个动作都充满力量。汗水湿透衣衫，但他们眼神坚定，毫无退缩。

每一次刻苦训练，是为了更好的实战；每一滴汗水，是为了守护人民群众的生命财产安全。致敬这群负重前行的火焰蓝，致敬千家万户平安夜色背后那群最质朴、最英勇的守护者。



出警的路上，通信员和指挥员确认出警信息。



消防员全副武装进行15米金属拉梯训练。



消防员将拉梯安全摆放到位，准备爬梯。



消防员进行爬梯实战训练。



出警前检查消防设施是否安全摆放。