

青春上善好活法

当年为国摘金夺银 如今为北京冬奥做什么都甘心

闭环里的卧虎藏龙



左上:林孟作为短道速滑运动员参加2012年短道速滑世界杯比赛。右上:2022年北京冬奥会,林孟,短道速滑项目运动员服务主管。左中:李卫作为教练员参加2008年北京奥运会。右中:2022年北京冬奥会,李卫,速度滑冰教练员。左下:俞陶作为艺术体操运动员参加2008年北京奥运会。右下:2022年北京冬奥会,俞陶,北京颁奖广场运行团队礼仪经理。

受访者供图

要把一切做得非常精细才能赢

北京体育大学体能训练学院副院长李卫曾带领中国场地自行车队参加北京、伦敦和里约奥运会。里约奥运会上,中国队摘得场地自行车女子团体竞速赛金牌,创造了中国场地自行车项目的历史,而在6年后的北京冬奥会,李卫和团队助力高亭宇,又写下新的历史篇章。

以教练的身份参加北京夏、冬奥运会,从自行车跨界到速度滑冰,作为教练员,李卫最常讲的一句话是,用理论与实践的高度结合,为运动员助力。

2019年,李卫加盟北京体育大学后,成立了运动减阻研究中心和力量-速度实验室,并加入高亭宇的教练队伍。

速度滑冰500米就是冰上的百米飞人大战,李卫说,这个速滑赛场上距离最短、也最不可预测的项目,输赢就在千分之一秒,要把一切做得非常精细才能赢,训练的科学化和精细化至关重要。

在为高亭宇安排训练时,李卫把超速训练法和三维姿态捕捉系统运用到训练中。他解释说,以三维姿态捕捉系统为例,就是对高亭宇的起跑通过三维动作捕捉系统进行分析和研究,及时发现问题,从而进行有针对性的训练。

要一帧一帧地研究,有时候就是千分之一秒的差异。李卫说,这样的工作几乎进行到了赛前的最后一刻。尤其,在赛前热身阶段制订了详细的工作方案,把每一分钟的工作内容都进行了细化,

并制订了突发事件预案。回忆起当天决赛的情形,李卫说,最后一组刚起跑后,我就知道赢了。

从台前到幕后,不变的是拼尽全力

北京冬奥会上跟着林孟的志愿者,赚了。刚进闭环时,北京体育大学中国冰上运动学院教师林孟就给大家上了一次短道速滑的陆地体验课。

林孟说,做过专业运动员的经历,让她更清楚应该为赛事做什么准备。每天给志愿者开早会时,她也会普及一些短道速滑的专业知识,让志愿者更了解甚至爱上这个项目,因为热爱,人们才能更懂得欣赏,因为欣赏,志愿者才能更恰到好处地服务。

这是林孟第一次以工作人员的身份参加重大体育赛事。作为运动员服务主管,林孟带领的团队是和运动员、随队官员在训练和比赛中接触最多的,会在运动员的更衣室、热身区和休息室这3个区域提供志愿服务。

在这位世界杯冠军看来,希望通过自己的知识和背景,让志愿者更好地体验到运动员比赛时拼搏的品质和专注的精神。

中国冰雪运动底子薄,起步晚,训练场所少,每个出了成绩的运动员都经历过太多的不容易。林孟看向年轻运动员和教练员时,眼光里透着对这项运动和事业的热爱和痴情。林孟说,本次冬奥会的赛场上,不乏她曾经并肩作战的战友和同事,比赛期间我不会去打扰他们,我也这样告诉我的志

愿者们,一定给运动员一个最专注的环境准备比赛。

同样从台前的运动员,转变为幕后的工作者,俞陶说这是不一样的辛苦。做专业运动员的时候,只需要在赛场上做最好的自己,但负责颁奖广场,就要让全世界的运动员感受到中国人的热情、周到。

俞陶的团队有20多名礼仪员,主要任务就是引领运动员和颁奖嘉宾上下场。每次颁奖,俞陶都会站在舞台一侧,随时关注颁奖仪式上的情况。当年,俞陶就是因为严重的颈椎病退役的,老伤时时折磨着她,但她在舞台的角落里也始终保持着挺拔的身姿,因为要向全世界展示一个挺立的中国青年。从领奖台到颁奖台,俞陶说,拼尽全力在哪儿都是一样的。

荣耀之后,又是一段新征程

2月6日晚,在短道速滑混合团体2000米接力决赛中,中国队由曲春雨、范可新、张雨婷、武大靖、任子威获得中国队北京冬奥会首金。

回忆起那场比赛,林孟说,比自己比赛还紧张,根本不敢看,知道夺冠的一刹那,眼泪就没绷住。当时,脑海里全是他们备战的辛苦,训练的细节、满身的伤。

林孟说,2012年拿到世界杯短道速滑冠军的时候,她并没有哭,而这次看到战友和同事拿到接力赛的冠军后,喜极而泣,觉得也是自己的一份荣耀。赛后,林孟带着所有志愿者,在休息区站成两排迎接他们。林孟特意想了一句口号,带着志愿者一起喊:中国中国,首金摘得,短道速滑,还得中国。

这位曾经的运动员说,这种来自国人的鼓励和

呐喊对运动员来说,特别有力量。

对颁奖广场的工作人员俞陶来说,印象最深刻的也是这枚中国队首金的获奖时刻。他们都是我的校友,也是冠军班的学弟学妹。她说,自己当时还悄悄对范可新说,我是你的学姐。

在为冬奥会工作的这段日子,俞陶说,经常会想起几乎快要忘记的运动生涯,对于我而言,曾经的那段日子还是非常引以为傲的。以后的人生会以此激励自己,继续努力成为更加优秀的人。

有志愿者感叹,他们都拿到金牌银牌了,该有的荣誉也都有了,其实完全可以躺平了。就像李卫,在自行车项目已经获得了很多成绩,可以算功成名就了,但国家需要他助力,他就来了,当了速度滑冰教练,真是荣誉看淡,不服就干。

李卫说,面对奖牌,自己这次更淡定了。参加了4次冬奥会的李卫说,他发现,年轻的运动员也越来越不一样了。对他们来说,奥运会只是人生的一个小插曲,冬奥会结束了,还会去上学,还要工作,要重新开始人生的另一段旅程。

对于这几位运动员教练员来说,最重要的,就是升国旗唱国歌,这种最朴素的感情,让他们觉得在闭环里忙忙碌碌的幕后工作,也是人生闪亮的时刻。

参加完北京冬奥会,回头看2008年的奥运会,最大的感受是祖国更强大了,这些年轻的运动员更有活力了。运动员的衣服变了,赛场上的科技越来越厉害了,大家的心态也不一样了。李卫说,2008年的北京奥运会,让世界了解中国,而这次,中国人在世界面前更自信了。

“温暖的BaoBao”用户供稿TOP排行榜 (2022.2.19-2.25)

全天候可视化栏目“温暖的BaoBao”在中青报客户端、中国青年网、中青在线已运行八周。栏目收到来自祖国各地的视频投稿。本报青年编委会每周评出一份用户作品TOP排行榜,希望以此加强与基层一线青年的互动,激发各地各类组织以及个人的投稿热情。欢迎大家入驻“温暖的BaoBao”!

- 1.《苏州夫妻志愿者:最浪漫的事是与你并肩作战》
供稿单位:苏州工业园区唯亭街道
- 2.《黄山花事·初春雪后赏梅花》
供稿单位:中共黄山市委网信办
- 3.《城市英雄夜行者——轨道检修技术能手》
供稿单位:重庆邮电大学移通学院
- 4.《90岁老人在北京国贸迷路,沿途“陌生人”温暖回家路》
供稿单位:北京交警警方
- 5.《暖心!清华老师亲笔致信高考生:做自己的评价者》
供稿单位:清华大学
- 6.《“除了老婆,我最喜欢的就是蜜蜂了”》
供稿单位:共青团四川省委
- 7.《走进冬奥开幕式背后的“火焰蓝”》
供稿单位:北京消防
- 8.《国旗红雪花白一起向未来》
供稿单位:中央民族大学
- 9.《内蒙古青年志愿者零下20℃坚守防疫一线》
供稿单位:内蒙古自治区青年传媒中心
- 10.《南国青少年在家门口体验户外滑雪》
供稿单位:全州县委宣传部

苏州一家三人组和疫情车轮战

中青报 中青网记者 李超
通讯员 尤强 李静

凌晨3点,1986年出生的江苏苏州胥口小伙沈麒关掉响了的闹钟,轻轻起身,生怕打扰熟睡的妻子李恒。

洗漱完毕后,他就来到了苏州吴中区胥口镇新峰村新麓片区的核酸检测点开展核酸检测帐篷搭建等准备工作。

沈麒是新峰村的一名基层工作人员。2月12日参与疫情防控工作以来,沈麒没休息过一天。每天凌晨3点起床,4点到岗成了他工作的常态。

今年60岁的朱培英是沈麒的母亲。每天清晨,她都会和儿子一起参加志愿工作。在安排好核酸检测点的事宜后,沈麒就和母亲分头出发,骑着小车,挨家挨户地用大喇叭宣传防疫知识,并引导居民们尽快参加核酸检测。

我和我妈穿着红马甲,每天接着村子转。让沈麒印象深刻的是,工作认真负责的妈妈遇到人就会讲:赶紧抽时间去检测吧,做好防护!

在进行宣传工作时,沈麒发现,村中不少村民将房子租给了外来租户。一栋房屋内可能有不少租户,情况较为复杂。沈麒一点也不敢马虎。他向每一户村民询问家中租户的情况,并一一记录。

我已经快成村子里的包租公了。每一个租户租了多长时间、家中有几个人、从哪里来,我都一清二楚。沈麒说。

沈麒性格开朗,这个朴实的汉子脸上常常挂着笑容。其实,他也有旁人难知的辛苦。沈麒有两个儿子,老大10岁,老二6岁,都是上学的年纪。年事已高的父亲最近突发腰椎疾病,需要卧床静养,等待医院安排手术。

家里大大小小的事情并没有影响沈麒坚持下去的决心。我们是一家齐上阵,不仅要齐上阵,我们还要跟疫情车轮战!沈麒的妻子李恒今年34岁。2008年,



沈麒骑着车在路上。
吴少琛/摄

她进入胥口镇卫生院工作,如今已有14个年头。此次疫情防控,她参与了全部的四轮核酸检测工作。

每天早上6点,李恒就要赶往位于吉祥二村的核酸采样点,参加采样工作。她只能看看熟睡的孩子,吻一吻他们的额头,就奔赴到岗位上:每天都见不着孩子,我回来了,他们在睡觉。我出发的时候,他们也在睡觉。

可是,李恒每天面对最多的也是孩子。年龄偏小的孩子对于核酸检测抗拒性较强。

在这方面,李恒有着丰富的经验。来,阿姨喂你吃棒棒糖!让阿姨看看你嘴巴里有没有小虫子呀!在轻松的氛围中,李恒手中的棉棒轻柔、快速地深入了孩子们的口中。

四轮核酸检测下来,李恒听到最多的就是感谢。疫情结束以后,一定要来我家吃饭。淳朴的村民用他们自己的方式

表达。

当问及孩子和公公怎么办的时候,李恒的声音稍显哽咽:我觉得我最对不起的就是他们,我没有尽到一个当母亲和儿媳的义务。李恒介绍,婆婆朱培英也上了年纪,村里每天只安排她进行几个小时的志愿服务。早上9点,朱培英就回到家中,开始照顾孙子与丈夫。

最多的时候,李恒一天要为2000人做核酸检测。回到家已是凌晨,她才有时间看看老师发在家长群里的微信。

疫情发生后,学校进行线上授课,每日的作业也改成了线上提交。朱培英对于网络并不熟悉,两个孩子也还没有掌握操作方法。好在学校老师主动关心这些抗疫一线志愿者的孩子的学习情况,每天都会在网上帮助孩子辅导功课,李恒的发愁事儿也解决了。

如今,让沈麒感到最幸福的是,这几轮核酸检测下来,当地所有居民全是阴性。

一心愿



共青团湖北省天门市委
副书记 彭倩

共青团基层组织改革试点以来,团天门市委在提升引领实效、增强组织活力、完善社会功能上不断下功夫,各项改革举措落地见效。全体团干部主动增强学习意识、创新意识、拼搏意识,不断提高服务中心大局本领,为天门融入城市圈、建设示范区、晋升百强县积极贡献青春力量。



共青团湖北省鄂州市峰峰区委
副书记 康雪

团峰峰区委作为中长期青年发展规划全国县级试点地区,通过实施服务青年发展的项目、出台促进青年发展的政策,建设了青年发展友好型城区。通过一系列聚青阵地的落成,为本区青年的全方位需求保驾护航。围绕青年急难愁盼,针对痛点、难点、堵点下苦功。在下一步的工作中,团峰峰区委将继续研究出台有利于青年发展的相关政策,协调解决青年最关心关注的实事项目,提升青年在城市中的获得感,推动美丽峰峰青春之城建设,让峰峰青年更友好,让青年在峰峰更有为。

温暖一平方 × 北京燕京八绝博物馆

以匠心创造未来

扫码了解更多