

健身教练员、救生员、服务员……

# 鹰城 10 名师生参与 亚运会服务保障工作

□记者 邢晓蕊

本报讯 9月28日早上4点半,高继航准时起床,洗漱完毕后,便和众多志愿者一起乘车赶往亚运村,开始了一天繁忙的工作。

杭州亚运村运动员村健身中心2号楼的3层设有一个游泳训练区,泳池边的屏幕上实时显示着水质情况。这里就是高继航工作的地方。“检测水质、服务运动员、卫生保洁、安全保障……我们要做很多工作,通常5点半到岗,6点开始工作,要一直忙到晚上10点才休息。”高继航说。

高继航今年19岁,是平顶山职业技术学院体育系2022级运动健康专业的学生。6月19日,他和虎呼德、高昂、贾旭栋、蔡钟琪、王闯、王怡焜等同学一起,在3名教练员梁旭、王黄鹤、苗佳仪的带领下入驻亚运村,在游泳训练区负责运动员备赛训练或游泳健身期间的服务保障、安全保驾等任务。

平顶山职业技术学院运动健康专业负责人李小鹏说,高继航等7名学生是经过层层选拔、面试培训,具备接待国际赛事服务的资格后才被选拔到亚运村工作的。之所以能顺利通过选拔,还缘于他们在校期间已经通过游泳救生员、健身教练员、运动康复师等

课程训练,取得了国家职业资格救生员证和水质管理员证。

进驻亚运村健身中心后,他们就投入到紧张的培训和训练工作,先后完成了《破冰级团队活动技巧》《大型赛会志愿服务上岗要求及纪律规范》《杭州亚运会赛会服务组织管理实务》等课程。

高继航说,志愿服务培训涵盖面广,包括仪容仪表、健身器材的识别及使用、英语口语、应急突发事件处置、除颤仪的操作流程等系统考核,以及场馆运行团队所必需的其他知识、技能。

参与亚运会开幕式最后一次彩排,是高继航十分难忘的事。“从下午4点开始集合,从亚运村坐车到奥林匹克体育中心,直到晚上11点退场。”当时作为中国代表团的一员出场,虽然是彩排,但依然让他心潮澎湃。“我看到了众多志愿者、工作人员为亚运会所做出的努力与付出,既感动又为能亲自参与亚运盛会而深感自豪。”他说。

第十九届亚运会正式开幕后,每天前往游泳训练区训练或健身的各国运动员络绎不绝,高继航等10位师生及现场的工作人员轮班工作,每个人都间隔一天上班。

最让高继航和同学们为难的是,和运动员语言不通,交流起来比较困难。“来自吉尔吉斯斯坦、巴基斯坦、土

库曼斯坦、乌兹别克斯坦等国家的运动员通常用母语交流,有时翻译器都翻译不出来,我们只能用手语来沟通。”高继航说,好在现在都有志愿者翻译,沟通起来好多了。

早出晚归,工作一天长达10多个小时,师生几人常常累得筋疲力尽,休息时间通常用来睡觉。不过,他们累并快乐着。“我们看到了好多喜欢的体育明星,像中国游泳队的覃海洋、张雨霏、汪顺、徐嘉余等人,还有一些CBA球员。”高继航说,最让他惊喜的是见到了姚明。“如果不参与亚运会服务保障,哪有见到体育明星的机会呀!”他开心地说。

“我们的工作挺累的,不管是老师还是学生,大家工作起来都打起百倍的精神,因为我们的一举一动都代表着国家的形象。”3位教练表示,不仅是他们,学生们也都是身兼健身教练员、救生员、服务员等角色,看到学生们训练有素地为外国运动员服务,他们感到欣慰和自豪。

“能为亚运会服务,我们感到很幸运,从中也得到了锻炼,开阔了眼界,收获挺大的。”“听到外国运动员夸奖中国好,还说喜欢中国的时候,我们感到很骄傲。”“我们会以最高标准、最严格要求完成组委会安排的各项任务,在大会上留下青春身影,努力为学校争光。”虎呼德、高昂、贾旭栋等同学说。

## 市十一中开展 法治宣传活动

□记者 邢晓蕊

本报讯 9月26日,市公安局湛河分局姚孟派出所所长朱晓轲走进市十一中,开展法治宣传进校园活动,为学生们上了一堂生动的法治教育课。

在这次活动中,作为市十一中法治副校长的朱晓轲重点为学生讲解了校园欺凌产生的原因、预防和应对的方式、产生的法律后果和责任等。他还与学生们一起讨论了身边可能存在的校园欺凌现象,以举例等方式教导学生面对违法犯罪行为要如何进行自我防范,并告诫学生提高自我保护意识,用法律武器保护自己。

针对校园中常见的违法犯罪现象,如校园欺凌、非法侵害等,朱晓轲为学生们详细地讲解了应对办法。他建议学生在遇到不法侵害时,应及时向学校或公安机关求助,让专业机构来处理问题。同时,他也呼吁大家要珍惜自己的权益,不侵犯他人的合法权益,共同维护一个和谐、稳定的社会环境。

该校有关负责人说,通过开展此次活动,不仅让同学们了解了更多的法律知识,也增强了学生的法律意识和素养。学生们纷纷表示,今后要做一个知法守法的好公民,遇到侵权事件发生时,一定要用法律武器保护自己。



### 诵经典 赞祖国

9月28日,卫东区矿工路小学学生在表演节目。在中秋节和国庆节到来之际,为激发广大师生的爱国主义情操,弘扬中华优秀传统文化,丰富校园文化生活,该校举办了“诵中华经典 赞伟大祖国”经典诵读活动。 本报记者 田秀忠 摄

## 南环路小学举行迎国庆书画比赛

本报讯 近日,湛河区南环路小学举行了“迎国庆现场书画大赛”。

比赛中,学生们的绘画内容采集时代信息,形式丰富多彩。他们采用丰富的材料,运用多样的形式,玩转曼妙的色彩王国。一个多小时后,宇宙空间站、探索月球火星、高铁名片绘就锦绣

中华、一带一路等元素在画纸上自豪展现,美丽中国的一片锦绣跃然纸上。

相较于绘画的色彩丰富,书法作品也毫不逊色,学生们的书写流畅大方,整洁美观,稚嫩却不失规范,一笔一画里蕴含着文明的传承,在提笔落墨中书写时代的赞歌。

“此次迎国庆书画大赛,激发了学生们的爱国之情,今后我们将继续在书法绘画教育的热土上执着耕耘,传递文明的火种,增强文化自信,传承中华优秀传统文化精髓,打造浓厚校园文化氛围。”该校副校长陶红勋说。

(郝晓芳)



### 生活中的科学小常识

1. 冬天摸铁制的东西为什么感觉比摸木头制的东西凉?

冬天,小朋友在操场上摸滑梯的铁扶手,觉得比摸木船或木马要凉得多。这是为什么呢?其实,它们本身的温度是一样的,人们之所以会感到铁比木头凉,是因为铁传热比木头快得多。我们握着滑梯的铁扶手,觉得冰冷刺骨,是因为我们手上的热很快地传到整根铁扶手上,散失掉了。用手摸木船或木马的时候,手上的热只传到摸着的那小部分木头上,不容易传走散开,就不觉得像摸铁那么冰凉了。

2. 为什么冬天我们嘴里会呼出白气?

天气冷的时候,我们轻轻地用嘴呼出一口气,就能看到一股白气冒出来。夏天,你大口大口地呼气,却一点也看不见白气。那是为什么呢?

我们正常人的体温是37摄氏度左右,冬天的气温比我们的体温低多了。我们呼出来的热气含有水分,碰到外面的冷空气,就凝结成很小很小的水珠,看上去像阵阵“白烟”似的。夏天天气热、气温高,我们从嘴里呼出来的气不会凝结成小水珠,也就看不见“白烟”了。 (田秀忠 整理)