



宁忠岩的“ning”，是坚韧不拔

回岸

龙头新闻记者 杨镭

宁忠岩的“宁”，用在姓氏里，通常读作四声——“nì ng”。

他的家乡——牡丹江市下辖的县级市宁安市，当地很多人也习惯读成“nì ng”。用宁忠岩家人、教练的话说，宁忠岩身上有一股子“拧”劲儿，巧的是，在形容人性格倔强时，这个“拧”同样读作“nì ng”。

18日下午，北京冬奥会速滑男子1000米比赛，宁忠岩获得第五名。虽然还是没能站上领奖台，但从8日他在自己的主项1500米获得第七，到如今在副项中获得第五，我们能看得出这位“nì ng”小伙在10天当中付出的努力。



宁忠岩在比赛中 龙头新闻记者 郭俊峰 摄



宁忠岩在牡丹江的家中摆拍的照片 图片由采访对象提供

拥有全村第一双旱冰鞋的男孩

宁忠岩的家，在宁安市石岩镇和平村。和很多运动员一样，宁忠岩小时候也是调皮好动，很小就学会了骑自行车，开始是骑着儿童版的小自行车在村里飞驰，等到长大一点儿，就可以骑大人的车了。宁忠岩的母亲赵淑艳告诉记者，宁忠岩就读的小学在与和平村临近的另一个村子，说是临近，其实也有好几里路。等他稍大一点儿，除了一些实在不好的天气，一直是自己骑车上下学。

“大概在小学二三年级的时候吧，具体是哪年我也记不清了，他突然向我提出，想要一双旱冰鞋。”赵淑艳说，儿

子的这个要求让她很是诧异，因为无论在和平村，还是在临近的村子，据她观察，没看到过有人穿旱冰鞋，“他是咋知道有这东西的？这个我至今都没弄明白。不过现在想想，大概他天生就是该练滑冰的吧。”

赵淑艳再三掂量，还是决定满足儿子的心愿。趁着到牡丹江市里办事的机会，她花100多块钱，为儿子买了一双旱冰鞋，这也是当时全村的第一双旱冰鞋，“也没人能教他，我们村都没有过这玩意儿，谁能教他啊？结果他就穿着旱冰鞋在屋里滑，没用上两天就无师自通了。”赵淑艳回忆说。

有一年冬天，宁忠岩所在小学体育老师耿玉花，在学校浇了冰场，教学生们滑冰。因为有滑旱冰的底子，宁忠岩几乎毫不费力地学会了滑冰。“上冰好几天了，别的孩子还在扶着凳子练站立，宁忠岩已经滑得嗖嗖的了。”说起宁忠岩，赵淑艳有点小骄傲。

发现了好苗子，耿玉花开始在宁忠岩身上下工夫，后来参加宁安市小学比赛，宁忠岩第一次参赛就拿了一个冠军。“当时的奖品是床单，现在还在我家留着，挺有纪念意义的。”赵淑艳说。

再后来，宁忠岩被选进了牡丹江市速滑队。这支队伍有着辉煌历史，从李琰到王曼丽，人才辈出。参加北京冬奥会的中国速滑“双子星”，除宁忠岩外，高亭宇也同样出自牡丹江队。

从张虹陪练到世界冠军

有天赋，训练起来又有这股“拧”劲儿的宁忠岩，进步自然很快。2017年，他就进了国家队，开始是给张虹当陪练。在此期间，名帅王秀丽发现了他的优秀潜质，开始重点培养他练习中距离项目。“训练、比赛肯动脑，很聪明，提高很快。”这是王秀丽对他的评价。

也许是1500米需要兼具速度和耐力，关键时刻需要咬牙坚持的特点，与宁忠岩的“拧”劲儿完美契合——这里可以把“拧”换个说法，叫“坚韧不拔”——2019年12月，刚过完20周岁生日一个多月的宁忠岩，在世界杯哈萨克斯坦站，获得了自己的第一个世界冠军头衔。进入这个赛季，他参加4站世界杯，在主项1500米比赛中获得1金2银，此外，还在1000米、团体追逐项目中各夺1金。

如今，儿子成为赵淑艳夫妇的骄傲。在他们位于牡丹江市的新家的客厅里，几张宁忠岩从小到大的

照片被放置在显著位置。赛前，赵淑艳告诉记者，为了不打扰儿子，他们已经有段时间没有和宁忠岩联系了，“我俩现在的心情就是紧张，心里就像装着只兔子，一直静不下来。”而宁忠岩也像师兄高亭宇一样，卸载了手机上的社交软件，排除一切干扰全身心备战。

然而，也许是首次参加冬奥会压力有些大，8日的1500米比赛中，本赛季世界杯两次夺得该项目冠军的宁忠岩没能发挥出最高水平，仅排名第七。赛后，他的失望与不甘溢于言表。18日，宁忠岩的副项1000米，他的状态明显好于10天前，最终获得第五，与冠军0.68秒的差距也并非遥不可及。

宁忠岩只有22岁，4年后米兰冬奥会进行时他将进入自己运动生涯的黄金期。我们相信，凭着身上那股“拧”劲儿，未来的他值得我们有更多期待。

奖牌榜

名次	国家/地区	金	银	铜	总
1	挪威	15	8	12	35
2	德国	11	8	5	24
3	中国	9	4	2	15
4	美国	8	9	7	24

截至2月19日24时

今日看点

收官日产生5枚金牌 闭幕式精彩值得期待

龙头新闻记者 杨镭
20日，北京冬奥会即将落下帷幕。当日，会产生本届冬奥会最后5枚金牌，其中最悬念和观赏性的无疑是由俄罗斯奥委会队对阵芬兰队的男子冰球决赛。而当晚举行的闭幕式，又将为世界奉献怎样的精彩？值得期待。
当日9:00开始，将进行高山滑雪混合团体赛。该项目采取淘汰赛制，首先进行的1/8决赛中，中国队的对手是实力强劲的瑞士队。

9:05，将进行女子冰壶决赛，由英国队对阵日本队。冰壶是北京冬奥会历时最长的一个大项，从2日混合双人比赛拉开战幕，到20日决出最后一个项目的冠军，纵贯本届冬奥会全程。
9:30起，将进行四人雪车第三、第四轮比赛。在19日进行的第一、第二轮比赛中，两队中国队运动员分别排名第16、第17；11:00，将进行越野滑雪女子30公里集体出发（自由技术）的比赛，池春雪等4名中国选手将参加该项目的角逐。希望中国选手能在这两个项目中取得突破。
最受关注的男子冰球决赛，将于12:10开打。
另外，20:00开始的北京冬奥会闭幕式绝对不容错过。开幕式上，中国已经向世界献上了一场充满创意、独具东方韵味的精彩表演。闭幕式上又将有哪些精彩上演？

搬家专栏
搬家刊登电话
王萍 13351116219

信誉搬家
原民 公企 大学生搬家 长途搬運 空调拆装
专业拆装家具 钢琴 可开发票 配货物流
搬家 15331886393
搬家 15904504951
搬家 18245175648

退役军人搬家
军人素质，真诚服务，七折优惠，全市各区均可发车
18745057660
18845765103

老年公寓
哈西一元养老院

招自理 半自理 卧床老人 吃的好 住的好 玩的好 对半自理和卧床老人提供专业护理。交通便利，配套设施全。药店 洗衣房。食堂 专业深教练了。他告诉记者，他进队当队员，比李琰还要早几年。另外，值得一提的是，陈培军还有一名弟子叫刘德光，现在也在牡丹江队当教练，教出了比宁忠岩成名更早的高亭宇。

百业信息
刊登电话 13796106320

哈西一元养老院
主营业务：财税筹划（应对金税四期，提供专业的税务筹划），代理记账，高新企业申请，企业注册（医疗器械优惠），工商服务。
联系电话：王经理 13101500809

富氧泉负氧离子液
富氧泉负氧离子液诚招全国代理商，负氧离子液使用方便，持久释放负氧离子，含量达5000cm³净化空气，抗菌除菌，新房净化，学校、办公场所优选。
加盟电话 19845256893

金福来全屋定制 家装工装一体化
承接家庭装修、办公场所装修；家装、工装整屋家具定制；承接同行二手房柜体定制；
一、安装 二、设计 三、施工 四、售后
工厂设有样板展厅，欢迎参观选购。
定制热线 18904515815 15846048899
工厂地址：哈尔滨市南岗区王岗镇哈双公路592号，金福来家具有限公司

哈尔滨匠心施工团队
承接：轻钢、整装、单项、木工、油漆、水电工、瓦工。
承接：铜门、不锈钢门、氟碳门、感应门、旋转门、高隔间、玻璃隔断、铁艺、楼梯、卷帘门、批发各种规格不锈钢板、管材、配件。
哈尔滨市区内可免费上门测量！
欢迎致电 18249724111 13613643307

生活报中缝广告
受理地址：哈尔滨道里区地段街1号生活报一楼阳光大厅
刊登 84681180
电话 15004697804
广告发布请洽生活报数字报部
http://epaper.hlnews.cn/



生活报记者 张立
“南厂的，北厂的。”人们对哈尔滨平房区最初的记忆就是大厂，一排排水泥厂房、红砖砌起的工厂大院，有着那个时代的厚重。如今的平房区依旧是厂房大院，但智慧、云端的现代产业依然让这里成为科技味十足的现代产业之城，更是全国数一数二的经济开发区。近日，火热进行中的北京冬奥会打开了平房区的另一面，大厂背后有着冰雪的热与爱，这里成为国家冰雪运动人才的输送基地。

冰雪耀城 全国唯一三大冰上运动基地

走进平房区，穿行在街路鳞次栉比的大厂、大企中，火热的产业项目建设场面扑面而来，到处洋溢着冰雪的气息。“看见没，冬奥会上可有咱平房人。”几位在公园内运动的老人在聊冬奥的话题。而平房区的广场、公园里，到处可见冰场和赏冰玩雪的儿童。

“平房区是全省乃至全国唯一实现区（县）级坐拥冰球、冰壶、冰盘三大冰上项目和场馆的行政区域，更成为冰雪运动员的输送基地。”平房区文旅局局长陈生告诉记者，平房区打造体育事业产业发展先行示范区，冰雪体育是重点产业，将通过冰雪运动引领城区发展，是打造我国冰雪产业发展的重要人才培养基地。

平房区最为耀眼的冰雪建筑就是平房区冰球馆、奥禹冰壶运动中心、冰上运动中心三大冰雪运动基地，这里在全国也是首屈一指的，更是奥运军团和顶级赛事的举办地。采访中，记者了解到，平房区冰球馆于2019年7月开馆，是全国首个校园冰球馆。平均每年为专业、业余运动队和社会大众提供上千余场次的冰上训练和比赛，更被国家体育总局命名为中国女子冰球队后备人才培养基地。辖区内的冰壶运动中心，是由民营企业投资建设的国内最大冰壶运动综合体之一，举办过中国—中东欧国家大学生冰壶嘉年华冰壶比赛、首届中国冰壶国际公开赛等60余场赛事，也是国家残疾人冰上训练基地、哈尔滨工业大学体育教学训练基地。平房区冰上运动中心，则是面向市民开放的冰雪场地，以政府购买服务的方式每周向社会大众免费开放24小时。

午后，平房区三大冰雪运动基地场馆是最热闹的时候，一批批小学员、冰雪爱好者在这里感受冰雪魅力，也许未来这里也将有更多人走入冬奥军团。

解码哈市平房区的冰雪基因 大厂背后冰雪的热与爱



“冰球之乡”走出多个冬奥军团成员

为国家、省、市输送冰球运动员170余人，培养了国家级运动健将77名，其中有25人入选国家女子冰球奥运备战队和国家青年女子冰球队。本次北京冬奥会赛场，中国女子冰球队队员方新、何欣、王雨晴，中国男子冰球队队员国家宁、项旭东都是“平房娃”……平房区其实是一座具有冰上传统优势的城区，素有“冰球运动之乡”的称号，经历了艰苦的坚守，才迎来了从“筑巢引凤”到“花开蝶自来”的华丽转身。

采访中记者了解到，平房区南城一小和99中学在冰雪项目上都有着强大的基因传承，中国女子冰球队队员方新、何欣和王雨晴就是这两所学校的毕业生。

陈生告诉记者，2002年7月，南城一小的冰球队被确定为全国唯一一家少儿组业余女子冰球队，功勋教练王迺伟任领队。当时，学校仅有一个空空荡荡的大操场。他们凭借“发展冰球运动，创建品牌学校”的信念，在原校长刘万富的带领下，自己浇冰场、自制球杆、教师捐款给学生买装备。

2018年，在哈市政府的支持下，在南城一小校园里建成了一幢现代化的冰球馆，场馆条件有了根本改善。二十年来，该校共培养出国家级运动员77人，省级女子冰球队员17人，30%的市冰球队员都来自这里。



“学校+冰雪”培养出“冰雪之星”

寒假的每个周末，7岁的平房娃彤彤和奶奶都要前往家附近的平房区冰壶运动中心练习冰壶，彤彤说：“冬奥会上冰壶比赛太带劲儿了，我得好好学，也要站在冬奥赛场。”

平房区积极响应国家“三亿人上冰雪”号召，创办冰雪基地，增加冰雪特色，让更多“平房娃”爱上冰雪运动，成为国家队培养优秀的冰雪运动员的基地。为发扬冰上运动传统优势，平房区坚持推进“学校+冰雪”育人模式。平房区教育局局长李文慧表示，围绕“增强学生体质，发展学生技能，培养体育专业人才”总目标，平房区积极探索，逐渐形成了以“学生体质健康提升为基础，特色品牌学校创建为抓手”的教体融合新模式，培养出一个又一个冰城校园“冰雪之星”。

平房区99中学数十年如一日，将冰球运动作为学校的特色体育项目来抓。他们聘请专业教练，科学制定训练计划，培养孩子们的兴趣。正像“黑龙江省U12最佳运

推动冰雪文化 新建冬夏结合体育场馆综合体

采访中记者了解到，冰球、冰壶、速滑、冰壶、雪地足球等项目均已走进平房区的体育课堂。平房区拥有国家级冰雪特色学校5所，省级冰雪特色学校6所，市级冰雪特色学校1所。省级冰球基点校3所，省级冰壶基点校2所，省级百所短道速滑学校2所。其中3所学校被授予王嘉廉冰球希望小学。

今后，平房区也将以“冬奥”为契机，继续推动冰雪文化，科学设置冰雪课程，为冰雪专业人才的选拔和培养做出积极的贡献，让更多平房学子，乐享冰雪，逐梦未来。目前，平房区正积极开展校地合作，推进哈尔滨体育学院教学科研和哈尔滨市平房区经济社会发展合作，利用学校

运动员潘姝琪在接受央视新闻频道采访时所说：“我要刻苦训练，进入国家队，站在世界最高的领奖台上。”

2003年新疆二校被认定为哈尔滨市冰球基点校，2006年首批认定王嘉廉冰球希望小学，2016年成为省级冰球传统校。十几年来，学校冰球队向哈市输送26名队员，其中5名入选国家队。现中国男子冰球队队员国家宁、项旭东，小学曾就读于新疆二校。看着激烈的冰球赛事，国家宁的班主任张浩老师和教练常大勇也很感慨：“国家宁从小在训练中就肯吃苦，严格按照要求训练，总是一丝不苟。现在他成了奥运赛场上身手矫健的主力队员，更成了母校的骄傲。”

保国一校是黑龙江省百所短道速滑学校，该学校于2018年组建了平房区第一支速滑队，张涌铂就是其中最耀眼的那颗星。今年1月，他获得哈尔滨市速滑比赛金牌，黑龙江省速滑比赛500米、1000米双料季军，团体追逐赛冠军。

技术与人才优势，培养青少年冰雪竞技后备人才和国家产业发展职业人才，打造我国冰雪产业发展的重要人才培养基地；同时，制定体育运动后备人才培养计划。成立冰球、冰壶、冰盘、花样滑冰、速滑等冰雪运动社团，建设冰雪运动后备人才基地、冰雪特色学校和冰雪体育基点校。此外，平房区还在谋划打造哈尔滨体育科技创新产业园区。计划利用区域闲置的大型工业厂区、厂房、公园等，通过商业化运作的方式引入资本，打造由A、B、C、D、E、F（“3+3”模式）6个区域组成的集冬夏结合体育场馆综合体、体育产业研发制造、“赏冰乐雪”网红娱乐打卡地等于一体的特色产业。

图片平房区提供