

龙江教头带出全国冠军王谷开来

尚丽萍:掀起泳坛后浪

龙江力量 · 基层体育人①⑨

生活报记者 周际娜

如果说王濛的眼睛是尺,那么尚丽萍的眼睛就是秤。

尚丽萍今年50岁,是齐齐哈尔市游泳项目中心集训队的教练,队员们的体重变化,很难逃过她的“追击”。“一旦身体变沉,入水后的位置就会有变化,动作也会变形。比如王谷开来,我整天盯着他训练,太熟悉了,哪怕他长胖一斤,我都能看出来!”尚教练自信地说。

作为王谷开来的主管教练,多年来,她陪着这位“泳坛新星”南征北战,不断刷新个人纪录。在刚刚结束的全国夏季游泳锦标赛上,王谷开来斩获男子100米仰泳、200米仰泳金牌,以及200米个人混合泳银牌,为沉寂多年的龙江泳坛带来了惊喜……



尚丽萍和王谷开来 图片均由受访者提供



主管王谷开来训练“这小子以后肯定能行”

聊到徒弟王谷开来,尚教练满脸笑意。“从‘巴金’刚生下来,我俩就认识了!”尚丽萍解释,“巴金”是王谷开来的小名,2003年8月出生时,他的体重是8斤,而且当时著名作家巴金也即将迎来百岁寿辰,于是有了这个名字。王谷开来的母亲谷晓丹也是一名游泳教练,跟尚丽萍是同事。她和丈夫个子不算高,虽然3项冠军,被选送到国家队代训。

每个教练都想选出“千里马”,但“千里马”就在自家后院,这多少有点难以置信。这个“误判”后来成为了他们单位里的一个梗,尚丽萍笑道:“我们时不时就会跟晓丹提起这件事,调侃一下。”

去国家队陪练 手机里存满训练视频

从2019年开始,王谷开来在全国赛场上崭露头角,他在全国青年锦标赛和青运会上分别拿到了200米仰泳的冠军和亚军。2021年,他在全运会上获得男子100米仰泳第五名、200米仰泳第四名,并于2022年入选国家队,成绩逐年稳步提升。

“齐齐哈尔的游泳馆只有25米短池,没有50米标准池。王谷开来能够克服不利条件走到今天,真的太不容易了。”尚丽萍坦言,这也是她后来决心陪他去国家队训练的重要原因之一,她希望能像老教练徐娟那样能尽己所能,给队员提供更多的帮助和支持,“这也算是齐齐哈尔游泳的一种传承吧!”

在国家队陪伴王谷开来训练的一年多,尚教练压力很大,多了不少白发,“这个级别的运动员想要把成绩提高零点几秒,不是件容易的事。”他们一起研究动作技术,选择适合的划水

周日结婚周一上班 产假只休了30天

1980年夏天,6岁的尚丽萍嚷嚷着要学游泳,起因是她听到齐齐哈尔的一档儿童广播节目中插播了一条游泳班的招生广告,于是好奇地问母亲:“什么是游泳?”母亲答道:“就是在水里玩。”这让爱玩水的尚丽萍兴趣大增,求母亲带她去报名。在齐齐哈尔游泳馆暑期班学了一个月后,天赋颇佳的尚丽萍被选入重点班,11岁时夺得了全省青少年比赛混合泳、蛙泳、自由泳三冠冠军,被选送到国家队代训。

运动员生涯中,尚丽萍的最好成绩是全国青运会第八。1992年,她因腿伤难以承受高强度训练而转业,考入了沈阳体育学院。1994年,尚丽萍回到齐齐哈尔市游泳队担任重点班教练。当时由于年龄小、资历浅,她曾饱受家长质疑,直到带队第二年,有队员破了全国少儿游泳比赛纪录。

游泳项目具有特殊性,运动员要想保持手感,必须经常下水。“自从当了教练,基本上就没假期了,只有训练周期。大年三十和初一休息半天,就算放假了。”尚丽萍感慨道,她当年结婚也挺匆忙的,周日结婚,周一就回到了泳池边;生孩子时是剖腹产,只休了30天产假,“每天急得在家数日子,我的队员我最了解,谁带都不如自己带放心!”



提起父母难掩泪水 赛后对夜空汇报成绩

“‘巴金’每年跟尚教练待在一起的时间更长,尚教练也更了解他,比我这亲妈还亲呢!”谷晓丹感激地说,孩子何时起床、吃饭、找队医,都是尚教练在操心。有一回,她俩一起出去买东西,尚丽萍挑了几样王谷开来爱吃的东西,而作为母亲的谷晓丹却是头一回听说。

尚教练的儿子雨杭也练过游泳,小时候他曾被母亲“冷落”,气愤地质问:“为什么你只管你的队员,不管我!”尚丽萍跟儿子说:“因为他们比你优秀,当运动员就是要凭真本事,如果想让我重点关注你,首先你得游得更好!”儿子不服,反驳道:“可是你是我妈妈呀!”尚丽萍说:“我的训练场上只有队员,没有孩子!”雨杭只好拼命训练,凭实力“抢”回了一部分母爱,进过国家队,现在在南方上学。

今年,尚丽萍当教练已经30年了。“每次去外省参加比赛,越到大城市我的学生越多,他们都会来看我!”尚丽萍骄傲地说,她的学生中除了有4人进入国家队,还有几十人进了专业队,不少人凭借游泳特长生考入中山大学、上海交大、北体大等名校……

采访时每次提到父母,尚丽萍都难掩泪水,“他们始终是我心里的遗憾。”游泳比赛一般是在晚上进行,每次走出场馆,她都会对着夜空汇报成绩,“爸妈,你们在天上看到了吧?希望你们也能跟着我一起开心!”

尚丽萍说,父母一直尽全力支持她的工作,而她能陪伴父母的时间却少之又少。尚丽萍记得,当年她早上五点起床出早操,父母三点就给她包饺子:怀孕时她险些流产,母亲风雨无阻地每天护送她上下班……如今父母都不在了,她眼下唯一能做的,就是用比赛成绩告慰父母。

9月末,尚丽萍又将离开齐齐哈尔,陪伴王谷开走去参加世锦赛选拔赛。作为徐嘉余、汪顺之后我国“第三块”的仰泳选手,21岁的“后浪”王谷开来大有可为,未来可期。“未来四年,我们会更努力,目标是冲击洛杉矶奥运会!”尚丽萍目光坚定地。

搬家专栏

13946092977

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
哈尔滨联兵搬家服务有限公司

老年公寓 华泽养老院

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,配套设施齐全、药店、洗衣房、食堂、专业医护队伍、老年大学、琴棋书画特色班、24小时热水、冰箱、互动电视、无线网络等。哈西红星城3号楼
电话:0451-51025111, 18545086229
乘坐57.58.236路公交车直达

13946092977

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、工装整体家具定制;承接同行二手房整体定制;工厂一站式服务—设计—加工—安装。

橱柜门、衣柜柜门定制加工(种类有PVC吸塑、PET、高光纳米板材等);免漆板材加工定制柜体(材料与环保等级自选)。工厂设有样板间,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

出租出售

13946092977

出售松北花园洋房

哈尔滨松北区天鹅湖花园小区31号楼洋房一套,因房主迁往外省急售,价格可面谈。房屋建筑面积180平米,四楼(顶层),毛坯房,三室二厅二卫带阳台,地供热,私家房。房屋紧邻松北虎园、哈尔滨大剧院,小区园林绿化率占30%以上,环境好,位置佳。
19846138248

低价急售别墅

哈尔滨房产别墅,因房主出国急售,6000元/平米。房屋建筑面积约400平米,车库2个,毛坯房,别墅内自带庭院面积1000平米,进口山景,约000平米。小区还配有高尔夫球练习场、钓鱼池、滑雪练习场、温泉等设施,免费对业主开放。
19846138248

房屋出售

出售松北江锦湘江湾住宅,四楼,建筑面积86.75平方米,楼间距大,采光好,无遮挡,2室1厅1卫,精装修,含家具家电,拎包入住,南北通透,供暖好,物业好,一楼两户,毗邻大润发超市,松北九中,新区中心公园,交通便利。
18686821351

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**

“大题小做”“小题大做”:

规则之下的软硬冷暖



生活报首席评论员 静伟

最近发生的几起新闻事件,引发了我对于规则的一些思考。毫无疑问,规则是个好东西,是人类最好的发明之一,没有规则,文明寸步难行。但什么时候我们应该坚持和捍卫规则,什么时候我们又该柔化一些,让规则之下的我们更有温度的温度?什么时候该“小题大做”,什么时候又应“大题小做”,都应该有所斟酌的考量。这并不是说,规则是死的,人是活的,而是我们该如何善用规则,善待规则之下的人。毕竟,规则的本质是为人,是让我们的社会更美好,更顺畅,而不是更丑陋,更逼仄。

首先说说青岛崂山区的“王某驾车进行辱骂殴打他人”案,在我看来,这就不是小题,更应该大做。因为这是对社会秩序陷入混乱,社会风气愈发污浊。

但在另两件事上,虽然也都事关规则,但我觉得本不是什么大题,也不该大做。一个是山西大同面馆所谓“阴阳价格”事件,另一个是一重庆幼儿园园长因为收了孩子一盒价值6.16元的巧克力,就被园方开除这事儿。在我看来,这就不仅是拿着鸡毛当令箭,简直就是拿着鸡毛当乱箭射了。

面馆没有明码标价,出于照顾,给

当地矿工和矿工家属的价格更低,也没有跟游客解释清楚,这确实是商家欠妥,也有违市场物价的规定和规则。但是平心而论,一碗面有鸡蛋有肉丸的,要你11块钱真的很贵吗?就算你觉得不公平,也很在意那4块钱,可以跟商家沟通理论,何必非要发到网上,砸人饭碗,断人生意呢?用评论员曹林的话说:“这已经脱离了维权应有的厚度,与人为善,尤其要与那些可能不会像你一样擅长发小视频动不动就‘发网上曝光你’的小人物为善。”

一个幼儿园的孩子,送给园长一块巧克力,不过是出于天真和喜爱之情,园长收下这块巧克力,也不是因为它多值钱,而是孩子的这份情谊无价。一个六块多的巧克力,总不至于砸坏师德师风,破坏教育的廉洁性和公正性吧?没想到,园方竟然因此撤出教育部印发的教监[2014]4号《严禁教师违规收受学生和家礼礼金等行为的的规定》,直接将园长开除。这不仅让人觉得过于严苛、不近情理,甚至给人一种是不是借题发挥、挟私报复的联想。看似按规则行事,实则是拿规则说事,甚至是对规则的滥用。

那么,我们该如何善用规则,把握好规则之下的软硬冷暖呢?这是技术,也是艺术,更是心术。对于违背规则的一方,要看是否怀有主观恶意,严

重侵害他人利益、危害社会秩序、败坏社会风气;对于使用规则的一方,要秉持公心,保持善意。

像那个女车主王某,已经严重违反交通规,威胁其他道路使用者的车辆安全乃至生命安全;更是先行辱骂、殴打让她觉得“冒犯”了自己的人,侵犯他人的身体权和健康权,以及人格尊严,构成身心的双重伤害。对于这样的恶劣行径,无论是受害人还是警方,都没有理由对其将规则的“枪口”抬高一寸。

但无论是那个面馆的老板,还是那个幼儿园的园长,他们的行为不仅对社会远远谈不上危害,甚至细想还有一些暖意,因为在这所谓“违规”的背后,有人之为人的善良与温柔。就算你觉得不妥,也大可提醒沟通,帮他们想想更好的办法。比如面馆老板不可以给矿工和其家属发些优惠券,或者明码标注给他们的是爱心价?也可以提醒那个幼儿园园长,是不是也可以回馈孩子一个礼物,让爱与温暖互动循环起来?

规则是规范人的,不是难为人的,是我们维护自身权利和公共秩序的工具,但不是任意伤害他人的武器。规则之下的软硬冷暖,其实是人心人性的温度与硬度。无论面对和运用什么样的规则,都得先有人味儿啊。

枸杞可以不红 人心绝不能黑

日前,央视财经曝光青海、甘肃多地不法厂家、商户在生产枸杞的过程中使用焦亚硫酸钠进行“提色增艳”,有商户为了节省成本会选用工业硫磺。报道播出后,甘肃靖远、青海格尔木通报称已成立联合调查组、工作专班,表态对违法违规责任人将依法严惩。

硫磺熏制食品已经不是第一次。往前追溯几年前,乃至十几年前,都有类似硫磺熏制枸杞及其他食品中药的报道。2020年,《新京报》披露,广西南宁三塘镇使用硫磺熏制八角,商家谈起应变之策时,曾坦言“检查的时候市场会通知”。

通过硫磺熏制食材、中药材,可以实现某种延长保质期、防止氧化、增加色泽的效果,虽然按照我国《食品安全国家标准 食品添加剂使用标准》的规定,硫磺可以作为食品添加剂,但工业硫磺严格禁止用作食品加工。在媒体曝光的涉事地方,用硫磺熏制枸杞似乎成了毫无顾忌的常规流程。涉事枸杞的检测结果显示,

抽检的11个枸杞样本,依照《食品添加剂使用卫生标准》,所检二氧化硫项目全部不合格。很难说这其中的责任分配究竟是该更多地归咎于“无良商家”,还是地方市场监管。遍观央视镜头下多地硫磺熏制枸杞的村庄,几乎是毫无遮掩的全民皆熏,地方监管部门在所谓传统产业的日常抽检执法过程中,究竟扮演着什么样的角色?

央视镜头之下,“夜幕下多处可见的熏制棚,已经成了白茨林村的一景”,就在路边可见的枸杞晾晒大棚里,“只要稍微靠近,就会被刺鼻的味道呛到,难受不已”。赫然矗立在村庄里、马路边的大棚,和大棚里飘出来的刺鼻气味,这些对于基层政府而言却似乎不存在,“大袋的工业硫磺,非常显眼地摆放在院子里”……

靖远枸杞,毫无意外是当地特产,还入选“中国国家地理标志产品”,当地官方报道显示,靖远县把枸杞产业作为富民强县的主导产业来抓,围绕特色建基地、重视科技扶龙头、打造品牌创市场,

大力实施基地稳杞、龙头强杞、科技兴杞、质量保杞、品牌立杞、文化活杞6大工程,先后打造了2个万亩有机枸杞示范基地。地方文宣口径中的特色产品,与央视财经镜头下的硫磺熏制乱象,给公众怎样的时空错乱之感?

按照甘肃靖远对自身枸杞产业发展的短板描述,靖远县枸杞产业存在着“品种老化退化严重、规模化标准化程度低、人工采摘成本较高、产业链条短、精深加工严重不足”等问题,却独独没有一句提到硫磺熏制的问题,哪怕是个别现象需要加强监管的表述。而在此番同样被曝光硫磺熏制枸杞的青海海西蒙古族藏族自治州,其《促进枸杞产业发展条例》里则明确规定,生产、加工枸杞及其产品过程中,禁止使用焦亚硫酸钠及其替代产品。明文禁止却又明知故犯,对诸多村庄大面积存贮在硫磺熏制枸杞的情况,作为最了解地方市场状况的监管执法部门,为何能对此视而不见,泰然自若?

市场监管不应该有真空地带,更不能存在监管盲区。如果

因为地方支柱产业,就为其“保驾护航”,对刺鼻的气味装作看不见、闻不到,那么地方监管机构的职责,使命在此处就只是名义上的存在。护短绝不是护航,只会让劣币驱逐良币。此前热播剧《山海情》中,村民因枸杞而生活得到改善后,也曾出现过要不要硫磺熏制的讨论,主人公一句“枸杞可以不红,人心绝不能黑”可以说振聋发聩,特别是现在回看,依然让人感佩。

“枸杞可以不红,人心绝不能黑”,良性有序的市场要让那些顶住压力不用硫磺熏制的种植户、商户获得正当收益,才是建立市场秩序内生驱动力、建立健康生态的关键。不违法违规使用硫磺熏制枸杞,不应该是奢求,它要靠种植户自觉,更要有强有力的市场监管,和能即时发现问题、说出问题进而解决问题的良性社会纠错机制。提升社会食品公共安全的水准,监管执法必须要用尽心,就不能再把媒体曝光仅当舆情来应付。

据《南方都市报》