

一个大学驻村工作队的教育帮扶实践:

# “咱们,一起向未来!”



生活报记者 周际娜  
深秋的巴彦县丰乐乡遍地金黄,各村的空间地上堆满了刚扒完的玉米棒。在位于薛家屯的新立村村部,三个身着蓝色冲锋衣和迷彩裤的中年人,手头也有一堆活儿要忙:为村里新建的文体广场设计宣传展板、安装太阳能路灯、对接企业推销村里的农产品、走访农户了解秋收情况……他们是哈尔滨理工大学驻巴彦县丰乐乡新立村工作队的队员,已经来村里工作一年多了。

新立村2018年脱贫摘帽,下辖12个自然屯,目前常住在村446户、1240人。从2015年起,新立村成为了哈尔滨理工大学的定点帮扶村。经过多年的帮扶,在达成基础建设和产业帮扶目标之余,这届驻村工作队还能给村民们做点啥?队员们把目光重点投向了村里的那些在校大学生。

## 寒假开班指导就业 挨家走访动员大学生

驻村工作之前,三个人在学校从事学生管理工作:驻村“第一书记”兼队长徐岩,是哈尔滨工业大学经济管理学院党委副书记,臧若家是自动化学院辅导员,芦忠魁在学校保卫处工作。

2023年5月,工作队交接前一个月,他们在走访调研时了解到,新立村共有20多个在校大学生,其中高职高专院校居多。通过交谈,他们很快发现了问题:这些在校大学生普遍职业规划意识淡薄,缺乏明确的奋斗目标,学习动力不足。

怎样才能发挥高校的教育资源和人才培养优势,用高校的智慧 and 力量助力乡村振兴?三人经过研讨,制定了《新立村在校大学生“学业-职业-就业”一体化帮扶实施方案》,开篇第一句便说到了点儿上:“乡村振兴,人才是基石,农村经济发展,说到底,关键在人。”

## 精心分配职业规划导师“一生一策”精准帮扶

“大学生职业生涯规划的意义与如何进行自我探索”“物流行业发展趋势与职业机会”“智联招聘数据下的大学生就业趋势”……今年1月31日,新立村村部二楼格外热闹。哈尔滨经济管理学院团委书记、物流企业人力资源专家、第三方招聘机构经理齐聚线上。这或许是三位老师职业生涯中,人数最少的一次讲座,却对村里的17名大学生意义非凡。

“我是个学唱歌的农村孩子,毕业后能干啥呢?”新立屯的小姜同学,原本一提就业问题就消极回避,他本不想来,培训后却笑着跟驻村工作队反馈:“我还以为你们只是走走形式呢,这培训比我想象中用得有多!”

不只是办讲座,工作队还邀请三位专家担任职业规划导师,为新立村在校大学生建立了“一生一策”帮扶档案。在队员臧若家设计的

这份帮扶档案中,记者看到,上面罗列着每个大学生的学校、专业、性格、兴趣特长,还有帮扶指导记录、导师指导意见等。而每位导师如何分配,也经过了一番细心考量。

“参加完培训班,让我明晰了未来的就业大环境,也认识到了职业生涯规划的重要性。”大货郎屯的唐欣欣在哈市一所高校读大二,一度为考研还是找工作而纠结,在她看来,村里的培训师比大学里的职业规划课更有针对性,“我的指导导师是哈尔滨理工大学的臧晓明老师,我们加了微信,可以随时沟通,真的很方便!”

正在准备专升本考试的兰璐璐告诉记者:“我们学校专业课比较多,职业规划和就业的内容比较少,跟职业规划导师沟通后,他建议提升沟通表达能力,我现在正在努力锻炼自己……”



## “组团”体验哈理工招聘会 用身边榜样给大家鼓劲

就业指导,仅有理论课还不够。3月26日,驻村工作队组织省内的8位新立村大学生,参加了“走进哈理工”研学活动。其中最重要的环节,是让他们感受2024年春季双选会的氛围,提前了解招聘流程。

企业都有哪些用人需求?哪些证“含金量”更高?本科生和研究生的薪资待遇如何?在招聘会上,这些新立村的大学生们大开眼界。队员们还带大家参观了哈理工校史馆、大图书馆等,并在哈理工大学生就业服务中心,参与职业规划团体辅导培训。

“我们组织研学活动,是想激发这些年轻人的学习动力,感受哈理工的历史文化和大学精神,有的学生参观后已经下定决心,要参加专升本考试。”徐岩老师欣慰地说。

开了眼界之后,还要帮他们在精神上“添把柴”。今年8月8日,在村部,一场名为“榜样的力量”的新立村优秀大学生经验分享会,在线上线下同步开展。哈理工研究生赵锐,分享了考研经验和学习方法;正准备专升本考试的兰璐璐,分享了自己的学习心得;父亲重病卧床、初中险些辍学的研究生冯琳琳,讲述了自己坎坷的求学路,听得大家眼泪汪汪……

“这三位村里优秀的大学生,也是我们讨论后认真挑选的,主要针对那些想要专升本、考研和学习动力不足的大学生,希望这些身边的励志榜样能给大家鼓鼓劲!”徐岩老师说。

## 鼓励听障女孩求学 招募志愿者为村里娃线上辅导

“在吗叔,我同意补课。”  
“我觉得你们说的话挺有道理的,我想通了!”  
6月17日晚上十点多,在收到汪家屯女孩小陈的微信后,芦忠魁老师那颗悬着的心终于放下了。小陈自小患有听力障碍,因为跟不上老师的讲课节奏,她打算读完初二去学化妆。这让“走户”的三位老师十分着急。“咱得有文化底蕴啊,要不学化妆都学不好!”“没有文化就没有高级的艺术”“我们帮你找个大学生免费补课吧”……在他们的轮番劝导下,小陈决定继续完成学业。

受益的孩子不只有小陈。今年暑假,驻村工作队还牵头举办了首期“大朋友小老师”线上公益支教行动。从哈理工大学招募了29名品学兼优的大学生志愿者,为新立村的16名中小学生在暑期线上学习辅导。

本版图片除署名外均由受访者提供

**房屋租赁**  
黑龙江省哈尔滨市南岗区东大直街85号,建筑面积约850平方米(地下室500㎡,地上第二层350㎡),仅限对公招租。电话:13304655770,关先生

**房屋租赁**  
黑龙江省哈尔滨市南岗区东大直街178号,建筑面积1200平方米,共三层(地上二层、地下一层),仅限对公招租。电话:13304655770,关先生

**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,因房主迁往外省着急售卖,价格可面谈。房屋建筑面积180平米,四楼(顶层),毛坯房,三室一厅二卫带阳台,地热房,私产房屋。房屋紧邻松北虎园、哈尔滨大剧院,小区园林面积占比30%以上,环境好,位置佳。19846138248

**低价急售别墅**  
哈尔滨滨产别墅,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,院内山林约2000平米。小区还配套高尔夫球练习场、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**  
出售松北汇锦滨江湾住宅,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,一梯两户,毗邻大润发超市,松北九中,新区中心公园,交通便利。可贷款。18686821351

**百业信息**  
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、工装整屋家具定制;承接同行二手单柜体定制;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

**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  
刊登电话:84681180 15004697804 13613600156

# 鸡西自行车教练周宗雷 破风者的骑迹



生活报记者 周际娜  
“你找谁?”回单位开会的周宗雷,被保安拦在门口。“我回来上班。”  
“你是干啥的?”“我是自行车教练。”  
由于常年在外地训练,周教练很难跟单位保安混个脸熟。10月末,记者采访他时,他正带队在4000多公里外的昆明训练。从东北角到西南角,他这一走又是大半年,“预计明年5月份能回家吧。”  
周宗雷今年56岁,是鸡西市体育运动项目中心自行车项目的教练。去年12月,国家体育总局颁发了“2023年全国体育事业突出贡献奖”,我省5人获奖,他是其中之一。而那份国家级的奖状,在周宗雷的办公桌上整整躺了5个月,直到回来后他才亲眼见到。

多年来,周宗雷为省队培养输送了40多名优秀的自行车运动员,2人进入国家队,他的弟子刘满锋曾夺得全运会冠军、鞠金洋去年夺得亚洲公路自行车锦标赛U23个人计时赛亚军。



## 带队在高原蓄力

昆明呈贡训练基地海拔2000米左右,空气中氧含量较少,这种高海拔环境是理想的自行车集训基地,有助于运动员提升和储备体能。鸡西市自行车队,是目前我省唯一在昆明转地训练的队市队。从2015年起,周宗雷一直带队居住在呈贡训练基地附近。眼下,队里有17名队员,3个女孩,14个男孩,平均年龄15岁。女孩们住楼上,他跟男孩们住一层,在客厅楼梯口对面住了个床。

自行车运动是耐力项目,训练颇为枯燥。队员们每天六点起床跑步,八点半正式训练。上午的课是专项训练和骑120公里公路。下午一般会用皮筋、杠铃等,锻炼上肢和腰腹肌力量。环滇南路草木繁盛,沿途风光秀美,大家却无暇看风景。每次骑公路,

平均时速35公里,开表中途不能停。“骑得越快阻力越大,需要有人‘破风’轮流打头阵,才能把全队的速度带起来。”周教练说,自行车这个项目有点特殊,人少了容易骑不动,得互相带动才行。

周宗雷掐着计时器,坐在银色面包车的副驾驶上,车里载着一大桶水和2套备用的前圈后圈。他一般会跟在队尾,小队员跟不上了,就用手扶一段,也会时常拿起对讲机,提醒领头的队员:“上坡冲一冲”“下坡慢下来”……骑公路还不是最累的,周教练介绍道,有种训练设备叫“固定式骑行台”,一般用来进行耐力训练和抗乳酸训练,“它的阻力可以调到很大,连续骑12分钟腿会特别酸,大汗淋漓,骑行服上甚至能搓出盐粒来!”

## 半路出家的“破风者”

“破风者”,是自行车比赛中的一个专业术语。指的是在自行车比赛中,前面的选手通过降低空气阻力,为后面的队员节省体力的人。这其实很像默默奉献的基层教练们,一直在做的工作。

周宗雷曾是速度滑冰运动员,退役后教过16年滑冰。2008年,鸡西市自行车队成立,他被选调为自行车项目的教练。虽然都是曲体运动,但转型之初颇为艰难。自行车运动主要分为场地自行车、公路自行车、山地自行车和越野自行车四大类,他们车队重点练前两类。周教练坦言,自己刚开始“不知道该练啥”,只得摸着石头过河,参加各种培训和上网学习,研究肌肉类型、发力点、训练器材、比赛战术等。

“自行车不是蹬的,要想比别人骑

得更好更快,从技术上讲,就是没蹬到底就要往上提……”周教练说,随着研究的深入,他不仅对自行车项目越来越感兴趣,甚至还发现自己的优势,比如,“场地自行车跟速度滑冰的战术就挺像的。”

每年夏天,周宗雷都去虎林、鸡东等地选材,一般会优先选择身材匀称、小腿细、胯窄的孩子。以前教滑冰时,队员年龄普遍比较小,而自行车项目一般从初中开始练,队员们正是叛逆期,相当难管。这些年,他跟队员们斗智斗勇,练就了一副“火眼金睛”。周教练能精准识别手机模型;有人躲被窝里熬夜看网文,即便把手电亮度调到最低,也会被逮到;谁要是抽烟了,铁定逃不过他的鼻子,哪怕藏在走廊的消防带里也能被他翻出来……

## 训练场上秒变“夸夸侠”

到了训练场上,周宗雷虽然很认真但不严苛,堪称“夸夸侠”。在互联网上,“夸夸侠”是指那些经常赞美、表扬他人的人,像超人一样,拥有给予他人正面评价和鼓励的能力。教练往往给人的印象是脾气暴躁,周宗雷恰恰相反。他似乎更信奉“谦虚使人进步,夸奖使人噌噌进步”,为了“夸得有理有据”,他会把每个运动员的闪光点都记在教案上。

“有的运动员跳得好,我就经常找他做示范,我一夸他,他就更卖力地做动作,都不好意思偷懒了。我觉得,教练应该牵着队员走,而不是赶着他们走。不要想着去打压他们,而是要从心底里认可他们!”记者发现,外表粗犷的周宗雷,其实内心相当细腻。他感慨道:“很多练体育的孩子,家庭条件一般,队里单亲的占了一大

半,他们千里迢迢地跟我来昆明训练,真的很不容易。”

周宗雷是性情中人,不仅擅长发掘“金子”,也爱送金子。每当有弟子拿了全国冠军,他就自掏腰包,奖励个小小的黄金吊坠当作纪念品,送完还不忘叮嘱一句:“你可千万别给我卖喽!”

全运会冠军刘满锋,就曾收到过周宗雷送的“小金虎”。他曾跟周教练练过3年,如今自己当教练了。“每次快没耐心的时候,我就想自己的师父,他一批批地带小队员,半辈子都在讲‘1+1’,却从来都没有不耐烦。”刘满锋说,他一直记得一个场景:当年在山东训练,冬天气温比较低,为了让队员能喝到温水,周教练把水桶抱在怀里,用棉衣和体温给水桶保温……

精准预判“降服”全运会冠军  
“他的思想挺深邃的,好像啥都懂!”刘满锋笑道,周教练平时不抽烟也不爱喝酒,他的抽屉里总有书。放假时,有的队员喜欢靠补觉来恢复体力。在周教练看来,这不仅对身体不好,他拉着队员们出去逛街,不逛满2个小时不让他回来。

从鸡西队进入省队后,刘满锋仍然经常跟周教练交流。2019年,在聊到训练方式时,俩人一度产生分歧。这位全运会冠军跟记者回忆道,自己当时有点“飘”了,对周教练的话不以为然。周教练很有风度,心平气和地跟他说:“这个话题咱们先放一放,到明年这时候再聊。”一年后,一切正如周教练所料。“周教练对自行车项目的研究很深,他的预判很准,胸怀也特别宽广!”刘满锋钦佩地说。

当滑冰教练的时候,周宗雷带队在省冰上基地训练,成为自行车教练

的这十几年,他先后到山东、云南外训,依旧不沾家。2018年,他的父母先后患上脑梗,由姐姐照料,当时他在昆明带队回不去,“每天干着急使不上劲,太煎熬了”。对妻子和儿子,他同样心怀愧疚,“我一般回鸡西后会表现好点儿,让媳妇下班后能直接吃上晚饭。”  
周宗雷已经56岁了,他这岁数还坚守一线的自行车教练已经不多,同行大多早已升官或者转岗。周教练坦言,每年一批批队员被招上来,他实在舍不下,一旦发现好苗子,会尽快输送给省队,“省队的训练环境更好,早点送去,能确保咱省的优秀人才不流失!”  
对这位勇猛的“破风者”而言,去有风的地方,追的不是风花雪月,只要大风不止,就要不断创造“骑迹”……  
图片由受访者提供