

# 醴陵12人“业余游泳队”闪耀省锦标赛 队员夺首金时,教练掩面而泣



▲教练陈思洋 记者 陈驰 摄

▲队员们在泳池边合照 记者 陈驰 摄

## 2 放弃了稳定的工作 为找苗子上门打消家长的疑虑

本报讯(记者 陈驰)近日,2019湖南省青少年游泳锦标赛在邵阳落下帷幕,株洲青少年们共斩获6金8银10铜。其中,一支来自醴陵的业余游泳队引人注目:首次参加该项赛事,就取得了4金2银2铜的好成绩。让人惊讶的是,在没有室内恒温泳池,也没有经过系统化训练,这支业余游泳队队员是如何取得好成绩的?昨天,记者采访了他们的教练陈思洋。

2016年,陈思洋34岁,与家人沟通后,他放弃原来稳定的工作,开始招募小队员,并联系做训练用的游泳池。

“走遍各个小学搜寻好苗子,还要打消家长的质疑。我和我妈在晚上登门拜访说,劝家长应当让孩子吃吃苦,锻炼身体,在不影响学习的前提下,安排训练。”

2016年下半年,7个小学生,平均年龄8岁左右,成为这支业余游泳队首批队员。

场地的问题让陈思洋头疼不已,他和小队员们辗转于醴陵市区多家游泳池训练,直到在株洲市文旅广体局、醴陵一中的帮助下,将一中室外游泳池安排为训练场地,这才算有了“基地”。

## 3 边就读边挤出时间训练 寒暑易节,队员们克服种种困难

每当放学后,7名小队员迅速收拾好书包,来到泳池边,换好泳衣泳裤,完成几千米的训练量。

“孩子们很刻苦,他们知道只有一个多小时的训练时间,结束后还要回家写作业。”陈思洋说,这几年,孩子们几乎没有缺席训练,也没有因此影响成绩。只是每每到寒暑假,虽有充足时间训练了,但十分难受。

有朋友叫陈思洋“老黑”,他打趣称有队员比他还黑。炎炎夏日,即便错开时间训练,他和孩子们都要接受温水的“洗礼”,中暑了,就休息一会接着练,队员们一个个皮肤晒得黝黑黝黑。

冬天里,池水冰冷刺骨,陈思洋带头第一个跳下水,陪队员们完成3小时的训练。

“感冒、抽筋等意外情况经常有,冬天太冷了,大家都互相鼓励,咬牙坚持。”小队员范楚译说,实在太冷了,教练会带着大家在操场进行体能训练,练习“蛤蟆功”。

现在,在市少儿体校的帮助下,到了冬天寒假期间,他们会在市体育中心游泳训练池安排一条泳道训练。住在学校宿舍,队员们会早早起床集训,格外珍惜着来之不易的机会。

## 4 经费不够,他做起私人教练 为吸取经验抓住一切学习机会

在训练过程中,又陆续有几个小队员加入,这支业余游泳队发展到12人。陈思洋只收取少许训练费用,经费不足咋办?陈思洋做起了私人游泳教练,利用挣下的辛苦钱,给队员们购买装备。他笑称,过得越来越穷,有时候不好意思面对妻儿。

“最让我忧愁的是,我这个业余教练,带着业余队伍。如何提升队员们的技巧,改变陋习,真是棘手。”陈思洋说,只要有学习先进经验、技术的机会,他都会报名,也得益于职能部门和体校的支持,才有学习名额。

在外地有所收获后,陈思洋就会挨个传授给队员们,督促大家勤加练习。

3年多的坚持,只要付出是一定会有回报的。8月22日,陈思洋带队首次参加全省青少年游泳锦标赛。起初,他没想到能够夺金,毕竟业余队和职业队是有差距的,能让队员们在正式比赛场体验一下很有益处。

范楚译夺得首金时,陈思洋蹲在泳池边,双手捂面,哭的像个孩子。他说,这一路,虽然有不少支持他的朋友,但更多人却不看好,认为他不务正业,难有所成。

游泳队勇夺接力赛金牌,范楚译连拿个人赛两金并获评“未来之星”;12名参赛小队员有8人获奖,接二连三的好消息,让这支业余游泳队教练欣喜不已。

陈思洋说,昨天,他们恢复了训练。他知道,这次成绩是队员们拼尽全力获得的,在实力上还是不及发挥欠佳的职业队员,所以不敢有一丝懈怠。

## 5 希望给业余游泳队取个名字 并找一个室内恒温训练场

昨天,在泳池旁,陈思洋告诉记者,经过这次比赛,他更有动力将这条路走下去。他想让更多人知道,“游泳之乡”并不是浪得虚名。

他说,他们虽然是一支业余游泳队,但一直还没名字,要和队员们好好商量下,取个名字。他还希望,能找到给孩子们训练的室内恒温训练场,就能让孩子们少吃点苦。

# 10月1日将举行盛大阅兵式 部分先进武器装备将首次亮相

8月29日,国务院新闻办公室举行新闻发布会,中宣部常务副部长王晓晖介绍了国庆70周年活动的有关情况。文化和旅游部副部长李群,北京市委常委、常务副市长林克庆,北京市委常委、宣传部部长杜飞进,国家发展改革委党组成员、秘书长丛亮,阅兵领导小组办公室副主任、军委联合参谋部作战局副局长蔡志军共同出席新闻发布会并回答记者提问。

## 庆祝突出群众性,礼敬先驱先烈

据王晓晖介绍,庆祝中华人民共和国成立70周年活动主要包括:举行庆祝大会、阅兵式和群众游行,举办首都国庆联欢活动,颁授国家勋章和国家荣誉称号,举行向人民英雄敬献花篮仪式,举办国庆招待会,举办国庆文艺晚会,举办庆祝中华人民共和国成立70周年大型成就展,颁发“庆祝中华人民共和国成立70周年”纪念章,制作播出大型文献专题片,发行纪念邮票和纪念币等。

据王晓晖介绍,10月1日的群众游行将有10万多名群众参加,晚上的联欢活动将有6万多名群众参与。庆祝大会、阅兵式还将邀请3万多名群众参加观礼。

他同时表示,庆祝活动突出礼敬先驱先烈和共和国建设者。庆祝大会、阅兵式将邀请为新中国建立和发展作出突出贡献的老同志或其家属来参加观礼,邀请包括优秀共产党员、人民满意的公务员、时代楷模、最美人物、大国工匠、优秀农民工等近1500名各界先进模范人物代表来参加观礼。还将评选表彰一批最美奋斗者和道德模范,各地也将广泛开展走访慰问老战士、老党员、老模范、残疾军人、烈士家属等活动。

“在庆祝新中国成立70周年的时候,我们不会忘记那些曾经为祖国和人民作出过牺牲和奉献的人们。”王晓晖说。

## 将在首都天安门举行盛大阅兵式

“10月1日,将在首都天安门举行盛大阅兵式。这是国家重大纪念日阅兵的制度化安排。”蔡志军说,此次阅兵是中国特色社会主义进入新时代的首次国庆阅兵,也是人民军队改革重塑后的首次集中亮相。这次阅兵将安排部分先进武器装备首次亮相。

蔡志军表示,有别于纪念抗战胜利阅兵、“沙场”阅兵和海上阅兵等专题阅兵,此次阅兵将在充分展示改革强军成就的同时,凸显国庆阅兵的庆典特色,规模上要比庆祝新中国成立50周年、60周年阅兵和纪念抗战胜利70周年阅兵大一些。

据蔡志军介绍,本次阅兵部队由徒步方队、装备方队和空中梯队三部分组成。徒步方队重点体现我军重塑重构后新的领导指挥体制、规模结构和力量编成,展示我国“三结合”的武装力量组成;装备方队重点体现我国国防科技工业自主创新能力和武器装备研发水平,受阅武器装备全部为国产现役主战装备,不少装备将是首次亮相;空中梯队重点体现我军航空兵发展体系化水平,展示空中作战新质能力和强大实力。

“需要指出的是,这次阅兵是庆祝新中国成立70周年活动的重要组成部分,不针对任何国家和地区,不针对任何特定事态。”蔡志军说。

## 联欢活动歌曲演唱全部由群众完成

杜飞进介绍,群众游行活动采用“讲故事”的方式,每个方阵展现一个场景、讲述一段故事,小方阵连成大画卷,小场景反映大时代,小故事传递大道理,在长安街上徐徐展开一幅流动的新中国发展、新时代奋进画卷。

据介绍,群众游行活动中,游行群众涵盖各行各业、各族各界。彩车主体形象精准选取生动传神、便于理解的人物形象和造型载体,将传统文化与现代艺术充分结合。天安门广场布置“红飘带”主题景观雕塑,广场东西两侧平行悬挂70个红色充气灯笼。广场内还设置临时观礼台,让更多的各界群众能够到现场观礼。

他表示,联欢活动充分体现群众性,主题表演、中心联欢表演、群众联欢全部由各界群众来承担,联欢活动上没有一名专业的歌唱演员,所有歌曲演唱全部由联欢群众来完成。

## 文艺晚会也是本次庆祝活动一大亮点

将在人民大会堂举办的庆祝中华人民共和国成立70周年文艺晚会,也是本次庆祝活动的一大亮点。据李群介绍,这台名为《奋斗吧中华儿女》的文艺晚会将充分展现音乐舞蹈史诗的艺术特色,既有人耳熟能详的经典节目演绎,也有体现新时代的全新创作。

李群表示,晚会汇聚了全国优秀的老中青艺术家,来自港澳台和地区的热爱祖国、维护“一国两制”和祖国和平统一的艺术家,也将与内地艺术家们同台献艺。同时,晚会还将运用最新的视听技术,相信会给观众带来全新的艺术体验。(据新华社)



▲8月29日,国新办举行庆祝中华人民共和国成立70周年活动有关情况发布会

## 中共中央、国务院、中央军委将颁发 “庆祝中华人民共和国成立70周年”纪念章

近日,中共中央、国务院、中央军委将颁发“庆祝中华人民共和国成立70周年”纪念章。颁发“庆祝中华人民共和国成立70周年”纪念章是新中国成立70周年系列庆祝活动的重要组成部分,对于加强爱国主义教育,培育和践行社会主义核心价值观,增强中国特色社会主义伟大事业凝聚力和感召力,具有重要的意义。



## 哪些人能获得?

据党和国家功勋荣誉表彰工作委员会办公室负责人介绍,“庆祝中华人民共和国成立70周年”纪念章颁发给下述对象符合条件的人员:——中华人民共和国成立前参加革命工作的、健在的老战士老同志;——中华人民共和国成立后获得国家级表彰奖励及以上荣誉并健

在的人员;——中华人民共和国成立后因参战荣立一等功以上奖励并健在的军队人员(含退役军人);——为中华人民共和国成立作出杰出贡献的国际友人;——2019年1月1日以后去世的,在此次发放范围之内。

## 纪念章啥模样?

纪念章使用铜胎镀金材质,通径为50毫米,主要元素为五星、“70”飘带、团团结、如意祥云和光芒,主色调为红色和金色。核心部分为五星,代表国家荣誉。“70”飘带象征中华人民共和国70年奋斗历程。团团结环绕在五星和“70”飘带周围,寓意全国各族人民大团结,构建人类命运共同体

的愿景。章体外环以如意祥云、光芒构成,象征人民对美好生活的向往,同时表达隆重庆祝中华人民共和国生日,礼赞国家富强、民族振兴、人民幸福的辉煌成就,以及在70年辉煌奋斗成就的基础上不忘初心、继续前进的坚定决心。(据新华社)