

冠军之路

——湖南省第九届职工职业技能大赛金牌获得者的故事

株洲日报全媒体记者/何春林

编者按

9月28日至30日,湖南省第九届职工职业技能大赛在株举行,我市选手包揽六个赛项的全部冠军,倍感荣耀!可你知道吗,他们都来自平凡岗位,有穿梭于大街小巷的外卖骑手,有守护一江碧水的治污人,有与机床、代码为伴的技术工人……这些闪耀的技术新星,有什么样不凡的经历?记者对部分获奖者进行深入采访。

刘灿： 送外卖送出来的冠军

话不多、车骑得稳、路记得牢——这是同事对刘灿的一致评价。他从流水线上走下来、开过米粉店、低头躲过熟人送外卖的年轻人,这次竟站上了省级技能大赛网约配送员赛项的最高领奖台。

刘灿37岁,从事外卖行业9年。此前,他打过零工、进过工厂,在流水线上站了整整三年。离职后,他在石峰区开了一家米粉店,每天凌晨三四点起床熬汤,生意却不温不火。不到半年,前期投资的10万元血本无归。

2017年,刘灿成了一名外卖骑手。刚开始,他最怕在送单路上碰见熟人,远远看见熟人,下意识把头盔往下压,甚至侧过脸假装看手机。“总觉得送外卖低人一等,说出去不体面。”刘灿说。

一次次职业技能竞赛的积累,让他体会到了职业的获得感。2025年,他第一次参加株洲市“神农杯”职工技能比赛,获得网约配送员赛项第二名;随后又征战湖南省第八届职工职业技能大赛,并拿下第四名。虽然名次不算耀眼,但两次大赛的历练让他意识到:送外卖,也是一门需要钻研的技能,同样可以闯出一番天地。

上个月,他走进湖南省第九届职工职业技能大赛的赛场。比赛对标国家职业技能高级工标准,设置配送准备、订单取送、驾驶技能、异常处置等模块。驾驶技能环节的“平稳驾驶”考核,要求在车上放置水杯,过弯道、窄桥、绕“8”字时水不能洒出。训练时,刘灿把每一个转弯角度、每一次刹车时机反复抠了无数遍,练到最后,杯子里的水过桥时几乎纹丝不动。

这份“稳”来自日常跑单的积累。备赛前,他就是站里有名的“活地图”,哪个小区的侧门能省三分钟,哪栋楼的货梯比客梯快,哪条背街小巷雨天不积水,他都记在脑子里。

“三百六十行,行行出状元,只要肯钻研、吃苦耐劳,在株洲都能干出一番成绩。”刘灿说,这份工作让他养活了一家人,也让他站上了领奖台。目前,他正在集训备战下个月的国赛,“我想一直跑下去。”他说。

谢乐开:首次 参赛就拿金牌

谢乐开29岁,第一次参加全省职工职业技能竞赛便斩获工业废水处理工赛项金牌。

2023年,“制造名城进名校”招才引智活动走进北京大学,谢乐开现场投递简历,选择回家乡工作。彼时她手握北京等大城市多家单位的offer,却最终选择回株洲,一头扎进工业废水处理一线。

“你是北大研究生,你上!”得知省赛、国赛将在株洲举行,公司领导找到谢乐开,希望她拿下一枚金牌,为公司争光。

工业废水处理工赛项从来不是纸上谈兵。竞赛严格对标国家职业标准三级(高级工)及以上要求,采用理论机考+现场实操的考核模式,重点考察选手解决现场实际技术难题的能力,核心考点覆盖废水处理基础原理、典型工艺流程、安全操作规范、水质化学检验、核心设备运维等。裁判长介绍,本届赛事“节奏更快、任务更紧凑,设备结构复杂,经验充足的选手才能从容应对”。

对谢乐开而言,这些并不复杂,因为考核内容就是她日常工作。赛前,株洲代表队组织了集训,公司又放假让她安心备赛。“感觉不拿个名次,怪



全省职工职业技能竞赛,株洲包揽六个赛项冠军。
记者/何春林 摄

不好意思的。”谢乐开笑道。

“只要肯努力,株洲有足够大的舞台给我们展示。”这是谢乐开工作以来最大的感受。3年里,她除了在实验室与数据打交道,还前往污水处理厂生产一线岗位、公司团委、综合部等岗位历练。每年的环境日公众开放活动,她以主持人身份上台,向市民讲述环保知识;株洲日报校园记者参观污水处理厂时,她则化身导游,向小记者们普及污水处理知识,引导孩子们树立珍惜水资源、爱护环境的意识。

目前,谢乐开已投入集训,备战下个月的国赛。“比赛让我看到了自己的短板,也看到了这个工种更多的可能性。”谢乐开说,接下来她想把比赛中接触到的先进工艺和标准带回日常工作中,“技能这条路没有尽头,我想继续精进,同时把这份手艺传给更多年轻人,和大家一起成长。”

相关链接

湖南省第九届职工职业技能大赛 冠军名单

工 种	姓 名	公 司
数控机床装调维修工	廖 洲	株洲九方装备股份有限公司
智能网联汽车装调运维员	李思晨	湖南造梦工坊科技有限责任公司
人工智能训练师	全 皓	中车株洲电力机车研究所有限公司
电子设备装接工	郭风华	株洲钻石新时代外包有限公司
工业废水处理工	谢乐开	株洲市城市排水有限公司
网约配送员	刘 灿	湖南拓啸哥配送服务有限公司

职教·观察

4金4银1铜

市特校学子 闪耀省残运会



张馨若(中)首次参赛就拿下金牌。 受访单位 供图

株洲日报讯(全媒体记者/颜送斌) 日前,湖南省第十二届残疾人运动会在益阳闭幕。来自株洲市特殊教育学校的7名学子,共夺得4枚金牌、4枚银牌、1枚铜牌,展现了自强不息、奋勇争先的精神风貌。

首次参赛即夺冠

在刚刚过去的国庆假期里,张馨若成了家中的“红人”,因首次参加省残运会就拿到金牌,让她倍感自豪。

市特校艺体中心负责人颜送斌老师介绍,张馨若身体素质和学习能力都不错,很适合参加飞镖这项运动,于是在假期参加了集训,并报名省残运会听力组女子单人赛及团体赛。比赛中,张馨若发挥稳定,顺利拿下单人赛金牌和团体赛银牌。

张馨若表示,参加这样的大赛,不但开阔了自己的眼界,更提升了自信。

相比起张馨若,黄煜晴、邓梦洁则是赛场“老手”,在聋人跆拳道赛场上,他们发挥出色,各斩获一枚金牌。在省队教练看来,两人还大有潜力可挖,有望在2029年全运会上大展身手。在该项目赛事中,特校学子钟素娟则摘得一枚银牌。

杨艺豪作为水上强手,已多次参加大赛。在游泳项目中,他勇夺1金1银。

田径赛场上,曹添金获得1500米跑银牌;袁紫豪则在铅球项目中收获一枚铜牌。

艰苦训练终有回报

颜送斌介绍,学校田径队一直开展常态化训练,每周保持四次训练。为备战省残运会,今年暑假期间,参赛学生开启了为期两个多月的

学直播开网店 660个免费名额等你来

株洲日报讯(全媒体记者/何春林) 想开网店,却不知从何入手?做抖音、直播带货没有流量?近日,市人社局发布10月份免费创业培训计划,660个名额面向有创业意愿的市民开放,全程免费,考核合格还可享导师“一对一”跟踪服务。

此次培训聚焦网络创业,分为直播与电商两类,内容包括网店注册运营、短视频拍摄剪辑、直播话术与带货逻辑、平台规则与流量玩法等。毕业年度高校毕业生、城乡未继续升学的应届初中毕业生、农村转移就业劳动者、城镇登记失业人员、就业困难人员,以及大中中专院校在校学生、离校2年内未就业高校毕业生、登记自主创业人员或

有创业意愿的企业职工,均可报名参加。考核合格后培训费用全额补贴,个人无需承担。

市人社局就业服务中心工作人员介绍,定点培训机构分布在各县市区,学员可就近选择定点培训机构参加培训。结业后,还可免费享受市创业指导工作室导师提供的“一对一”服务,涵盖项目开发、资源对接、技术支持、融资担保、宣传推广等。



扫描二维码,可查看10月创业培训计划与联系方式。

免费学技能 快抢名额 学成后还有好工作推荐

株洲日报讯(全媒体记者/何春林) 近日,市人社局发布了10月份补贴性职业技能培训计划。此次培训工种涉及养老护理员、人工智能训练师、面点师、电工、焊工、挖掘机驾驶员等,免费培训时长10天至15天。

培训补贴对象为毕业年度高校毕业生、城乡未继续升学的应届初中毕业生、农村转移就业劳动者、城镇登记失业人员、就业困难人员,以及符合条件的企业职工等人员。

参训人员须参加由人社部门认定的培训机构组织的职业技能培训,并按要求取得职业资格证书、职业技能等级证书或职业培训合格证书等,才可按规定申领职业培训补贴。同一职业(工种)不得重复同级或降级享受职业技能培训

补贴。符合条件的补贴对象每人累计最多享受3次(含职业技能培训补贴、创业培训补贴)。

市民喻光强因没有一技之长,长期求职碰壁。今年上半年,他参加了人社部门组织的焊工“订单班”,培训考取证书后进入株洲时代金属制造有限公司上岗。“既能学好技能,又能推荐就业,关键培训还免费。”喻师傅说,第一个月工资就超过6000元,他的生活迈入了新阶段。



扫描二维码,查看培训机构信息与报名电话。

特困参保人员去世 家属可领丧葬补助金

株洲日报讯(全媒体记者/何春林) 记者从市人社局获悉,株洲市城乡居民养老保险特困群体丧葬补助金制度全面实施,符合条件的参保人员去世后,其指定受益人或法定继承人可申领一次性丧葬补助金1200元。

按照政策规定,参保人员死亡且死亡当年属于重度残疾人、特困人员、低保对象、返贫致贫人口等特殊

困难群体身份的,可享受该项补助。

怎么办?指定受益人或法定继承人在参保人员死亡后3个月内,持死亡证明材料、特殊困难群体身份证明材料,到户籍所在地村或社区申请,经乡镇或街道初审后,报参保人员养老保险关系所在地社会保险经办机构审核确认,符合条件的次月底前发放到位。

责任编辑:蒋胜金

全省“学宪法 讲宪法”法治素养大赛 市四中学生获二等奖

株洲日报讯(全媒体记者/孙晓静 通讯员/谢霞) 近日,湖南省第十一届学生“学宪法 讲宪法”法治素养大赛落下帷幕。市四中2510班学生康彦超荣获省赛二等奖。

今年8月,康彦超在全市比赛中夺得特等奖,拿到省赛“入场券”。市赛场上,他与全市各中小学的选手同台比拼,沉着应战,一路脱颖而出,到了省级舞台,对手换成了来自各市州的佼佼者,竞争更为激烈,他

顶住压力,稳稳拿下二等奖。

备赛期间,康彦超同学利用课余时间系统研读宪法文本,学习相关法律知识,讲稿改了一遍又一遍,模拟演练做了一轮又一轮。“这份认真与执着,让我看到了孩子对宪法的敬畏与热爱。”指导老师甄沁雨说。

近年来,市四中坚持“依法治校、以法育人”,常态化开展法治宣讲、法治演讲比赛、主题班会等活动,让宪法学习融入学生日常。

市二中枫溪初中部： 安全实训 科学防震

株洲日报讯(全媒体记者/戴凛 通讯员/仇攀) 当预警声划破校园,近千名少年俯身课桌;当专家开讲,报告厅里目光如炬、掌声如潮。日前,一场关于“生命”与“科学”的特别课堂,在株洲市二中枫溪学校初中部展开。

演练活动中,学生迅速反应,蹲伏课桌下方,动作规范利落。接到疏散指令后,师生弯腰护头,沿既定路线快速有序撤离至室外操场。全程紧张而不慌乱,迅速而有序。

演练结束后,专家对演练进行复盘点评,对细节提出专业建议,让“演练即实战”的理念真正入脑入心。

市二中枫溪学校初中部负责人表示,科技教育是面向全体学生的素养培育,防震减灾素养更是青少年必备的科学基因。学校将地震科学融入课程与应急演练,引导学生科学认知灾害规律、掌握避险技能。

湖南省地震学会秘书长唐红亮结合真实灾害案例,深入浅出地讲解地震形成原理、居家防震准备、震时避险、震后自救互救等知识。

活动中,市地震局局长朱运良还向学校捐赠地震避险科普图书200册及相关物资。这些科普资源将丰富校园防震教育素材,为常态化开展安全教育提供有力保障。

南方三小： 家校携手 守护“舌尖上的安全”

株洲日报讯(全媒体记者/戴凛 通讯员/董璞) 日前,芦淞区南方三小举行2026学年膳食监督家长委员会工作会议。

会议中,学校重点介绍了食堂管理规范保障、公开监督两项重点工作,并梳理了餐食制作的流程,从食材送货上门后的验收、入库存储,到切配加工、下锅烹饪,再到分餐、食品留样等各个环节管理细则,让家长们对餐食从进货到上桌的全过程有了清晰认知。

学校负责人表示,学校会把牢食品安全底线,持续优化菜品搭配,兼顾营养均衡与学生口味,把服务

做细做实,让学生吃得舒心,让家长真正放心。同时寄语各位家长委员,既要当好宣传员,也要做好监督员,无需提前告知,可随时来校试餐、实地查看,客观反馈问题与建议,和学校一起把食堂工作做得更扎实,携手守护“舌尖上的安全”。

当天,与会人员还一同走进食堂后厨,实地查看了操作间、消毒间、食材库房、留样相等重点区域,近距离检验食堂的卫生管理与操作规范。午餐时段,在学生餐厅和孩子们一起就餐,体验餐食品质,面对面倾听孩子们的用餐感受。打通了家校沟通渠道,健全了校园膳食监督体系。

湖南中医药高专夺两项金奖

株洲日报讯(全媒体记者/孙晓静 通讯员/李康馨) 近日,2026年世界职业院校技能大赛总决赛争夺赛部分赛道比赛在湖南中医药高等专科学校云龙校区落下帷幕。来自全国的30余支参赛队伍分三个平行组,围绕“照护与健康服务”“家庭与家政服务”两个方向,在托育服务、养生保健、老年人及残疾人养护、护理服务、康复辅具适配等领域展开角逐。湖南中医药高等专科学校参赛队在康复治疗与护理、健康养老与婴幼儿托育两个赛道中脱颖而出,勇夺两枚金奖。

据介绍,世界职业院校技能大赛由教育部等部门联合主办,是国际性职业教育顶级赛事,也是国内规格最高、影响力最广的职业技能赛事之一。本届赛事设43个竞赛赛道,争夺赛汇聚来自全国31个省(区、市)和新疆生产建设兵团的顶尖职教队伍同台角逐,聚焦“一老一小”国家重大民生关切,是贯彻落实积极应对人口老龄化国家战略、推动“一老一小”整体解决方案落地的重要实践。

据悉,赛事旨在检验职业院校在健康养老与婴幼儿托育领域的综合育人成效,推动产教融合、以赛促教、以赛促学、以赛促改,培养“下得去、留得住、用得上”的高素质技术技能人才。备赛期间,由该校教师楼天晓、刘样指导的康复治疗与护理代表队和由教师雷金美、赵睿指导的健康养老与婴幼儿托育代表队,精心谋划集训方案,带领选手反复模拟演练,在操作技术、人文沟通、临场应变等方面反复打磨,最终在竞赛中成功夺金。

“本次大赛全国各地的强队都来同台竞技,对我来说是一次难得的实战机会。特别感谢老师带着我们一起日夜钻研,一遍遍地打磨操作流程,逐个攻克技术难题、抠细每一处服务环节。”健康养老与婴幼儿托育赛道参赛选手周彤赛后激动地说。

“两枚金奖的取得,是学校持续深耕中医药特色职业教育、深化‘三教’改革、扎实推进产教融合育人的硬核成果。”该校相关负责人表示,学校紧扣康养、托育领域民生产业发展需求,将岗位规范与赛事标准有机融入日常教学全过程,全方位强化学生实践动手能力。学校将以本次大赛为契机,坚持以赛促教、以赛促学、以赛促改,持续发挥中医药专业特色优势,不断提升技术人才培养质量,奋力推动学校中医药职业教育高质量发展。