



# 燕山石化有支危化品救援铁军

□本报记者 刘欣欣/文 通讯员 葛双/摄

北京燕山石化有一支危化品救援“铁军”。就在刚刚结束的第二届全国危险化学品救援技术竞赛上，北京燕山石化代表队获得团体总分第二名的成绩，同时4人获得个人全能优秀奖，更有2人挺进全国前十。这支“铁军”是如何练就的？

## 训练更重科学 技能因人施教

为参加这次全国危险化学品救援技术竞赛，燕化消防支队从今年3月就着手准备全员岗位大练兵工作。在人员选拔上以参加过第一届危险化学品救援技术竞赛人员为主，为补充新鲜血液和培养训练骨干，还从刚入职不久的队员中考核，选拔了4名身体素质 and 体能较好的消防员进入集训。

“从大练兵中我们就开始考察队员的情况，在自愿的原则下，吸引他们参与封闭式集训。”燕山石化消防支队四中队战训副中队长，同时也是此次燕山石化参赛队的主教练杨超告诉记者。

集训的过程也是筛选队员的过程，通过对参赛队员的考核，最终确定了10名队员正式封闭进入集训状态。集训过程又淘汰了两名队员，最终确定8名队员参加正式比赛。

在三个月的训练过程中，科学的训练方式无疑占据着最重要的地位。“首先制定了‘化整为零’的集训方案。由于比赛项目内容多，我们把比赛科目分解成若干的小科目、小步骤、小动作，对每个步骤和动作都明确具体的达标成绩，强化操作细节，固化习惯性动作。”此外，还针对不同队员制定不同的达标标准，做到“因人施教”、“分类达标”，充分调动每个人的积极性，挖掘每个人的潜能，使训练效果达到最优化。



此外，支队还聘请了两位长期负责公安消防训练、经验丰富的教练，随队指导体能训练。教练结合实操项目，规划了选手体能训练的科目和内容。集训期间，教练组还制定了详细的训练周作息时间安排表、集训队员考勤表、集训队员成绩登记汇总表，通过周工作计划和科学组织训练，集训工作很快步入正轨。

“在体能训练上，我们之前做的不够专业，就是生练。通过教练的指导，才知道在大重量的训练之后还需要肌肉的放松。后来，队员们每天训练完都会按摩，把肌肉揉开，这样能让第二天的训练获得更好的效果，而且不易受伤。”杨超笑着说。训练中，教练非常注重技能训练项目关键要点的动作训练。在技能项目单兵破拆救人、带压快速堵漏、大流量移动炮储罐火灾扑救、化工装置初期火灾处置、危险化学品工艺管线带压堵漏、危险化学品运输槽车泄漏处置的训练中，教练组都会认真分析每个项目的关键点是什么，向队员详

细说明关键点动作的正确运用。在每一遍操作完成后，教练还会向队员分析和说明操作过程中的不足，指出如何避免这些问题和提高相应的成绩。

此外，封闭训练中推出了评优机制，每周评选出优秀学员进行奖励。种种科学的训练和管理方式，让队员们在短时间内有了极大的进步。在单向比赛个人五项的训练中，23岁的韩建兵从最初2分15秒的成绩，短短三个月的时间提高到了1分40秒，并在最终的比赛中获得了单兵破拆救人的第二名。

## 家属现场鼓劲 微信共享信息

封闭训练正值夏季，队员不仅压力大、体能消耗大，还需要住在单位安排的宿舍里，不能随时回家看望家人。为了让队员们安心训练，集训工作组特意把每名集训队员的父母或家属请到训练现场，让家属了解队员们的训练内容。

“已婚的队员我们会请来他们的妻子、孩子，未婚的队员就请他们的父母。一方面让队员没有后顾之忧，另一方面也是希望家属能够理解队员、并给予他们鼓励，为他们加油打气。”杨超说。

此外，集训队还建立了微信群，把队员、队员的家属、队员的领导拉进群内。有专人负责每天为队员们拍摄照片、视频，并发送到群里，让家属能够了解队员训练和休息的情况。

“现在的队员大多是90后，他们思维活跃，不同于以前管理老队员的方式，我们的管理方式也需要与时俱进。”杨超补充说，队员的家属和领导们也会在群里给队员们鼓励，这种精神食粮非常有效，并且能够直接反应到训练中，队员们的训练效果非常好。

训练中伤病在所难免，但队员们受伤后要求继续训练的态度更是给予了其他队员勇气和信心。队员孙佳星在训练中，从障碍板下来的时候，由于速度过快，后脚跟被碰了一下。教练给敷了药、还到中医馆贴了膏药，但眼看就要比赛了，他的脚还是疼。比赛当天，他多穿了两双袜子，硬是坚持着完成了比赛。

今年31岁的武长松是集训队里年纪最大的，训练中他伤到了眼睛，造成眼结膜损伤，到医院就诊后缝了六针。集训队安排他休息，可他却要求在场外观看队员训练，同时利用这段时间抓紧学习理论知识，并没有因伤病而耽误训练。不仅如此，他还主动找到领导，要求领导暂时不要把他受伤的事情告诉他的父母和妻子，避免家人担心。

## 选树典型人物 掀起练兵热潮

集训过程中，教练的时间和

精力有限，决定挑选一位学员来带动整个队伍。经过一段时间的观察，王新刚成为了首选。

他去年参加过比赛，而且参加工作时间长，组织协调能力强。他带领全队积极探索，训练很快进入状态，在很短的时间内，全队形成了互帮互助，自觉遵守相关规定的良好氛围。

“我们认为，一个团队的成败关键在于核心人物的选择。核心人物来自于集训队员，一般情况下，这位领导者在队员中很容易被发现。他应该具备以下几个基本素质，技能水平要有一定的高度，有一个坚定的信念，要赢得比赛，具备一个全局观，能够思考整个训练过程及处理各方面的事宜。”杨超笑着说。

没有规矩不成方圆。集训第一天，教练就制定了集训管理条例，组织队员们认真学习。一旦队员出现违规违纪现象，就严格按照条例进行处罚，对自觉性差的学员及时淘汰。学员中出现任何问题，教练都会第一时间帮助学员排忧解难。制度实施一段时间后，整个集训过程更加有规律，整个集训过程得到了优化。

随着大赛落下帷幕，队员们载誉而归，燕化消防支队里再次掀起了练兵热潮。“前几天，我们到各中队去，所有人都知道这次比赛得了第二名，一方面是高兴，另一方面很多人都在自主的加强训练。”杨超告诉自己，原先跑3000米的，现在自己加到了5000米，力量训练也都在做。以前是催着队员们去训练，现在大家都知道练了，教练还要劝着队员不能练过量。

“以前，大家都有点胆怯，觉得这是全国的大赛，我能不能行啊？现在大家都有了信心，更多的人要求参加接下来的北京市比赛。”杨超自信地说。

## 职工故事

行进京华大地 讲述精彩故事

线索征集邮箱: ldwbym@126.com



# “她是我们老干部的好闺女”

——记世纪金工公司共产党员张小莺

□通讯员 梁乃康

张小莺，2007年来到世纪金工公司退管中心担任党支部书记后，从此做起了离休老干部们的“好闺女”。“服务好这些老同志是企业的责任，也是退管中心的一项重要工作。”张小莺从接手离休老干部工作开始，就默默告诫自己，一定要为他们服务好。

离休干部工作是一项政治性、政策性、业务性很强的工作，要求必须熟练掌握和运用相关政策规定，需要较强的管理服务经验。刚接手时，张小莺没有工作经验，她就虚心向老同志一点一点请教，加紧学习、掌握各种离休老干部政策。工作中，面对老干部提出的各种问题，她都耐心解答，对于不能解决的问题，她都及时安抚疏导，耐心做

好有关政策解释工作。面对企业重组、新人接管，一开始老干部们还有些陌生和抵触，但随着长久的接触，他们逐渐被张小莺热情、耐心周到的贴心服务和感动了，以至于后来对她产生了女儿般的依恋。

感情是工作的动力。张小莺和这些老同志通过几年的接触建立了深厚感情，老同志有什么心里话都愿意和她聊一聊。离休干部崔之龙，以前都是老伴照顾她的生活起居，一天早上她突然发现老伴已离世，突如其来的打击让崔之龙一时间在感情上难以接受，情绪相当低落，而她的两个女儿一个远在福建工作，另一个住在顺义空港，都不能经常陪在老人身边。于是张小莺就经常给老

人打电话，安慰、劝导，并鼓励她向宣武老干部局《晚晴报》投稿纪念老伴。她也经常用打电话、写信等方式和崔之龙聊天，使老人渐渐走出了丧夫的阴影，恢复了正常生活。体贴的关怀让老人感到了企业的温暖，感到了党组织的关怀。当崔之龙的女儿看到老母亲脸上又露出了久违的笑容非常高兴，对退管中心的服务表示由衷的感谢，每逢佳节张小莺都会收到来自其女儿的祝福短信。

张小莺怀着一颗善良的心，带着职业责任感，用大家公认的好脾气对待老干部，就像对待自己的亲生父母，那她是如何做到的呢？

工作中跟她接触过的人都知道：她有一颗爱心。她常说：能够

做一些事情让这些为党和人民事业奋斗了一辈子、奉献了一辈子、劳累了一辈子的老人们安度晚年是她的荣幸，也是她的工作使命。在从事服务老干部工作的9年多的时间里，通过不断的实践与思考，她对做好老干部工作有了一套自己的心得，就是用真心、细心、热心和耐心为他们服务。她说用真心服务老干部，就是要把爱融入工作中，让他们感受到组织的关爱；用细心服务老干部，就是要周到细致，体贴入微，想到细处，干到实处；用热心服务老干部，就是要急老干部之所急，想老干部之所想，积极主动为他们解决生活困难；用耐心服务老干部，就是要耐心倾听、认真对待老同志反映的问题，深入细致地做好他们的思想工作。

几年来，张小莺始终用这“四心”理念来指导自己工作。2008年，由于张小莺工作出色而荣获了“宣武区优秀基层党组织书记”称号。之后，她更加严于律己，要求自己把每项工作做到更细、更好。