



辉煌中国 奋斗有我

庆祝新中国成立七十周年

你拼搏的样子好美

听时代新人讲述奋斗故事

他们全部来自基层一线，有炼钢车间工人、科技工程师、纪念馆讲解员，也有运动员和文艺工作者。

他们用平实的语言、动人的事迹，深情讲述了新中国成立70年来党和国家各项事业取得的辉煌成就，自己工作生活发生的巨大变化，以及他们与共和国同成长、与新时代齐奋进的感人故事。

11月16日，“时代新人说——我和祖国共成长”演讲大赛全国总决赛在首都图书馆剧场隆重举行，此次演讲比赛是为庆祝中华人民共和国成立70周年，根据党中央关于开展群众性主题宣传教育活动的安排部署，由中央宣传部、国务院国资委、中央军委政治工作部、全国总工会、共青团中央、全国妇联、人民日报社共同主办，全国总工会牵头承办。5位来自首都一线的职工在这次决赛中表现亮眼，分获金银铜奖。

近日，本报记者兵分多路，对这5位一线奋斗者进行了追踪采访——



刘博强

首钢园运动中心制冰工

从炼钢工人到中国制冰师

□本报记者 赵思远 文/摄

在过去的二十二年里，首钢老厂区变成了京西新地标首钢园，热火朝天的精煤车间变成了国家队的冬奥训练场馆，曾经做过轧钢工、维检工、焊工的首钢工人刘博强自己也没想到，自己和“制冰工”这个工作结了缘。

辗转多个车间 书写青春岁月

1996年9月，刘博强从技校毕业，来到首钢出轧厂，成为了一名轧钢工。那时，出一个钢锭最快要55秒，轧成钢坯一般都在1分钟左右。5年多后，首钢在轧钢工艺上实现全连铸，同样的速度，生产出的钢锭、钢坯数量能在原来的10倍以上，能耗也更低，出轧厂也因此停产。出轧厂停产后，刘博强来到首钢第二炼钢厂，在维检中心从事焊工工作。2010年，二炼钢停产，刘博强再一次对集团产业转型升级有了切身体会。他坦言：“那时起，我意识到作为一名首钢职工，学习新技能的速度要跟上产业转型发展的新要求。”

2013年7月，首钢成立园区综合服务有限公司，刘博强来到了空调班，负责首钢厂区、办公区空调的安装、维修、检修等工作。跟空调打交道，最难熬的莫过于夏天。夏天空调需要维修的几率大，刘博强常常需要趴在机箱上拧螺丝，金属制的机箱在阳光照射下热得发烫，每次修完都会让他像被烤熟了一样。这样的工作状态，刘博强一干就是4年多，也全面掌握了空调制冷系统的相关知识。

主动参与转型 训练披星戴月

2017年3月，首钢园区综合服务有限公司将职工自愿参加制冰工作培训的通知下发到各班组，刘博强报了名。刚开始那会儿，刘博强还以为是去学做冰棍儿。到了7月份，去首都体育馆实习的他才知道，首钢要建设服务2022年北京冬奥会和冬残奥会的冰场，而他要学习制冰、扫冰等冰场的维护工作。刘博强瞬间对这项工作产生了新鲜感。刘博强在首都体育馆培训了三个月，培训结束后，他周末还会去继续进行练习。对制冷系统的熟悉，加上努力的学习，当首钢冰场投入使用时，刘博强成了上手最快的那个人。

制冰，对水温、洁净度、PH值都有严格的要求。不同的比赛项目对冰的软硬、薄厚和温度的要求也不一样。湿度大了房顶会滴水，温度高了冰面会有水，要想制成合格的冰场，不下一番功夫是不行的。三个月里，没有周末，每天十几个小时。不管室外多少度，刘博强穿上羽绒服和棉护腿，一遍又一遍地泡在体育馆里练习，最终掌握了这门技术。同时，他不愿在工作中充当简单的执行者，而是努力成为问题的发现者和解决者。凭借在花滑馆、速滑馆的优秀表现，刘博强被安排到维护难度更高的冰壶场馆学习。

心怀冬奥梦想 励志从“工”到“匠”

冰壶赛道在电视机中看似光洁无瑕，近看其实则打上了密密麻麻、分布均匀的点位，小点用凉水，大点用热水，使用专门的打点壶，手拿大小

孔喷头，通过平衡均速地横向摆动，加之节奏稳定地倒退行走，让水点均匀地洒在冰面上，小点需时40—45秒，大点需时30—35秒。加拿大籍国际顶级制冰师Jimmy在这方面的专业程度，让刘博强叹为观止。

刘博强开始只是从事扫雪推边等一些打下手的工作，这让他十分着急。他借来打点壶，在晚上8点到10点，一个人来到场馆外的水泥马路上，把非机动车道和机动车道的分界线当成是赛道的中线，开始进行洒水的练习。开始时，刘博强没多长时间便手腕发酸，再看看自己打的点，没有半点规矩，就像天上的雨。随后的两个月里，刘博强背着四十多斤重的打点壶，重复着大约150公里长的打点路线，成了夜里的独行侠，终于找到了感觉。有一天，冰厂该浇水了，临时上阵的刘博强点打得不错，让Jimmy和同事们感到很吃惊，Jimmy当时便决定让刘博强正式“上冰”。

刘博强说，一个顶级的制冰师，需要经过成千上万次的训练，才能形成“肌肉记忆”。由于职业习惯，每天高强度的练习，他的右胳膊明显比左胳膊粗了一圈。为了能和国际一流制冰大师更好地交流，学到最先进的制冰技术，刘博强正在努力学习英语。他说：“全世界的顶级制冰师不超过20人，里面没有咱中国人。我的梦想，便是以中国工匠的身份挤进去。”

从热火朝天的炼钢车间，来到散发冷气的冰面，心怀工匠梦想的刘博强，唱响了首钢职工转型的“冰与火之歌”。

奋斗金句：

1. 三个月里，没有周末，每天十几个小时。不管室外多少度，我穿上羽绒服和棉护腿，一遍又一遍地泡在体育馆里练习制冰。

2. 背着四十多斤重的打点壶，我成了夜里的独行侠，练习了将近两个月，打点路线大约150公里长。

3. 目前，全世界的顶级制冰师不超过20人，里面没有咱中国人。我在心里跟自己说，我要让中国工人在这里有一席。

4. 曾经有人问我，你有梦想吗？我说有！那就是到2022年北京冬奥会的时候，我以中国制冰大工匠的姿态，出现在保障冬奥会的现场！

对话：

记者：从一名首钢车间工人，到如今成为服务冬奥前线的制冰师，你现在的心情如何？

刘博强：首钢的转型升级，让职工有了新职业、新机遇，在首钢打造城市复兴新地标的同时，我作为首钢职工也从生产岗位转型成为服务岗位，并从中学习了新的技能。在崭新的工作环境，面对着来自国家队的队员们、从事冰雪工作的专家们，我现在心中充满了希望。

记者：目前遇到了什么样的问题，如何解决？

刘博强：目前，我和Jimmy在语言沟通上存有一定障碍，我现在正努力学习英文。为了能够让自己最快速地提升自己职业技能，我在场馆内为自己设计了“练习赛道”，便于加强日常练习。