

“我要用最好的状态去拼搏!”

——记征战喀山第45届世技赛的95后上海选手



特派记者
潘高峰

勇当第一人

对1997年出生的杨梦菁而言,这个夏天注定不平凡——还是大学生的她,已成了中国大陆参加世界技能大赛“健康与社会照护”项目的第一人。

此前从未有中国大陆选手参加过这一项目,意味着没有任何先例和经验可循,杨梦菁面临的压力和挑战可想而知。

杨梦菁是上海健康医学院2016级护理本科专业的大三学生。2018年3月,她懵懵懂懂地参加了学校海选的面试和笔试,没想到竟然奇迹般地走到了校选第3名。但直到那时,“健康与社会照护”项目到底要比什么,自己需要做什么,不但杨梦菁两眼一抹黑,没有大赛经验的老师们,也一样是摸着石头过河。

大家只知道,比赛总共有四个场景:家庭、医院、日间照护、护理院。不同的场景,有不同的任务侧重点和不同需求的病人。比如,单单一个辅助髋关节置换病人下床的动作,杨梦菁就从中文资料、外文资料、临床实践、病人主观感受,了解到有数种不同的方向和方式。为了选择最好的方式,杨梦菁会自己躺上病床,模拟出病人的状态,设身处地地感受病人最迫切的想法和诉求。

比赛不仅要用流利的英语交流,而且还要用英语表达情感和语气,甚至要达到心理治疗的效果。杨梦菁一开始连话都说不顺畅,只能一遍一遍训练,直到可以快速并专业地做出反应。杨梦菁还拉着身边的朋友充当“病人”,柔声细语地和她们对话,对着镜子训练自己的仪态和表情,然后听取“病友”反馈给自己的意见,一步步练出了“后天派温柔”。

就这样,从校园海选到市级、全国选拔赛,从30名精英淘汰赛到国家集训队10人对决,杨梦菁成为唯一走向喀山的国手。

集训期间,老师还带着杨梦菁走访了北京、山东、重庆等地的医院和机构。第一线的经验、最前沿的技术、最权威的专家,让杨梦菁抓住每一次学习机会,也让她发现,这是一项值得去努力追求的事业。

金牌小师弟

车身修理,是上海选手的金牌项目。

第44届世界技能大赛上,来自上海的车身修理项目选手杨山巍勇夺金牌,实现了上海选手在世界技能大赛上金牌数零的突破。今年,站在赛场上的杨山巍的师弟,也是他曾经的陪练,20岁的徐澳门。

徐澳门1999年出生于安徽阜阳,随来沪打工的父母在上海生活。他虽然从小学习成绩一般,但做手工活却有一手。初中时参加学校的陶艺社团,别的同学是老师教什么大家就做什么,徐澳门却不满足于只做花瓶罐罐,他练习制作人物造型、脸谱,捏出来的作品栩栩如生,初二时就获得了上海市学生陶艺比赛银奖。

因为家庭条件不好,初中毕业后,小徐决定学一门手艺,早点减轻家庭负担。他选择了杨浦职校汽车专业。第一次上实训课时,他就被汽车专业主任看中,挑入了学校技能训练队。作为培养世界技能大赛冠军的摇篮,杨浦职校有完善的技能训练梯队体系,每年都会从入学新生中选拔优秀苗子。徐澳门被选中的理由是:做事认真、手工细致。

从那以后,小徐每天放学后都要留在实训室进行一个小时的技能训练。他每一次练习都一丝不苟,每一个作品都绝不马虎。训练结束后,他还主动留下打杂当小弟,目的就是看学长们训练,偷师取经。

机会总是留给有准备的人。由于勤奋好学

今天,第45届世界技能大赛正式开赛。在这项被誉为“技能奥林匹克”的赛事中,中国派出空前阵容:共有63名参赛选手参加56个比赛项目的比赛,其中,上海有10名选手获9个项目的世技赛参赛资格。

赛场上风起云涌,各展绝技。赛场外,这些年轻选手们的人生故事同样精彩。



第45届世界技能大赛正式开赛

图 IC



中国代表团在开幕式上

特派记者 潘高峰 摄

且掌握专业技能速度快,一年级下学期,徐澳门就参加了第44届世界技能大赛车身修理项目上海市选拔赛,并凭借精湛的技艺,一举夺冠。当时年仅17岁的他,因此获得车身维修工二级证书,成为全国最年轻的汽车维修技师。

杨山巍成为第44届世界技能大赛车身修理项目正式选手后,小徐开始当他的陪练。做陪练很辛苦,因为和选手工作节点是一样的,但小徐却不以为苦。尤其是阿布扎比举办的第44届世界技能大赛上,杨山巍获得了金牌后,小徐获得了莫大的动力和鼓舞,他希望自己也可以像师兄一样,站上世界技能大赛的巅峰。

训练拼的是体力,练的是技能,考验的是意志。2018年全国选拔赛前,身高1米85的徐澳门由于长期弯腰训练,腰疼得直不起来,经诊断为腰肌损伤,学校带他尝试各种治疗方法,买护腰买各种药材医治,仍然无法痊愈,他就带伤参加训练。

5进1的选拔训练时,小徐不小心摔伤了右手腕。但他仍然坚持跟其他队员一起参加训练,别人操作,他全程观看,发现问题跟队员一起研讨。因为手腕没有得到足够的休息,直到现在,他的手腕还不时疼痛,工作时间稍微一长就会红肿。原本就很艰苦的训练,加上伤痛的

困扰,令徐澳门的世赛之路比别人更加艰难。

徐澳门常说,自己代表的不是个人,而是整个学校,整个国家。“我要用最好的状态去拼搏,实现技能报国的人生理想。”

网络双子星

这个夏天,随着电视剧《亲爱的,热爱的》的热播,“CTF”一词也走进了人们的视线。今年的世界技能大赛中,来自上海交大的两名研究生将参加今年新增的网络安全项目的比赛,其中就包含“CTF”的内容。

据第45届世界技能大赛网络安全项目教练组组长黄镇透露:“网络安全项目是团体赛,2人一组。网络安全项目分为A模块、B模块、C模块3个不同的任务模块,安排在4天的竞赛期间进行,A模块为基础设置和安全强化,B模块为网络安全事件响应、数字取证调查和应用程序安全,C模块是夺旗行动(CTF)挑战。”

与其他项目对参赛选手年龄限制为22岁以下不同,该项目对参赛选手年龄的要求放宽至25岁以下。今年参赛的两名选手冯柱天和肖子彤,均是来自上海交通大学网络安全专业的硕士研究生。

其实在此次大赛前,两人早已经是黄金搭

本报喀山今日电(特派记者潘高峰)北京时间今天零时许,第45届世界技能大赛在俄罗斯喀山举行盛大的开幕式。俄罗斯总理梅德韦杰夫致辞并宣布大赛开幕。来自世界技能组织69个成员的1355名青年选手将在近一周的比赛期间一较高下。

烟花点亮夜空,开幕式在喀山竞技场举行,各代表团选手在全场观众热情的欢呼声中依次入场。中国代表团63名选手此次将参加全部56个项目的角逐,其中10名上海选手将参加9个项目的比拼。据介绍,参加此次大赛的中国代表团选手平均年龄21岁,整体水平较往届有所提高,选手队伍也更加多元化,包括企业职工、教师和学生。他们将参加结构与建筑技术、创意艺术和时尚、信息与通信技术、制造与工程技术、社会与个人服务、运输与物流等6大类56个项目的比赛。

来自上海的10名参赛选手,包括车身修理项目选手徐澳门、花艺项目选手陆亦炜、印刷媒体技术项目选手张在杰、网站设计与开发项目选手冯家乐、健康和社会照护项目选手杨梦菁、餐厅服务项目选手吴佳妮、货运代理项目选手王慧文、酒店接待项目选手陈值和网络安全项目选手肖子彤、冯柱天。

第45届世界技能大赛将于俄罗斯当地时间8月23日至26日举行正式比赛。在8月27日的大赛闭幕式上,上海作为2021年第46届世界技能大赛的举办城市,将从喀山接过会旗,从而标志着世界技能大赛进入“上海时间”。

世界技能大赛是最高层级的世界性职业技能赛事,有着“世界技能奥林匹克”的美誉。一个国家在世界技能大赛上的成绩,一定程度上反映了该国的技能发展水平。参加和举办世界技能大赛,将有利于在全社会营造尊重劳动、崇尚技能的良好氛围,提升技能人才培养水平。

我国自2010年加入世界技能组织以来,于2011年至2017年间连续参加了4届世界技能大赛,累计取得20金、15银、15铜和41个优胜奖,已迈入世界技能大赛的“第一方阵”。

档。本科时,他们就因参加全国大学生信息安全竞赛相识,近4年并肩作战,两人在众多比赛中战绩斐然:2018年“强网杯”全国网络安全挑战赛线下赛二等奖、2018年国际“CTF”比赛第一名等。2019年的全国集训队选拔中,两人以团队第一名的成绩,拿到了第45届世界技能大赛网络安全项目入场券。

来到网络安全项目集训基地备战以来,冯肖组合一直保持着紧凑的、高强度的训练状态。通宵参赛和连续作战的情况时常出现,但是无论身体上显现出多少疲态,他们都会始终保持着高度的专注力和精神力,咬牙坚持,从不叫苦叫累。

因为按照规则,每位选手一生中只能参加一次世界技能大赛,对于这一对网络双子星来说,这是一次绝无仅有的机会,他们异常珍惜。同时,对于能够代表中国出战,两人也感到十分骄傲和自豪:“世界技能大赛是一个世界级水平的大舞台,能代表中国与来自世界各地的选手华山论剑,不仅可以开拓视野,更是终身难忘的经历。”

随着大赛战火点燃,冯柱天和肖子彤的斗志也已熊熊燃烧,“我们要在世界技能大赛决赛中,发挥出自己真实水平,争取拿金牌,不留遗憾!”(本报喀山今日电)

第45届世界技能大赛今在俄罗斯开幕