



赵春青 绘

紧张之余还有一丝兴奋,就好像当年第一次操作起重机的心情

## 有惊无险地完成“人生第一录”

李戈

我是徐州重型机械有限公司的一名调试钳工。受疫情影响,在全民宅家的日子里,各种线上课程如火如荼地展开,没想到我也成了“主播”中的一员。

复工大干期间,为了弘扬新时代劳模精神,提升产业工人的学习积极性,公司工会以直播的形式举办了一场“劳模大讲堂”活动。作为全国技术能手,我给大家上了一堂不一样的起重机知识课。

接到授课通知的第一时间我是有些慌乱的,虽然面对镜头与讲课分享对我来说都不陌生,但是两者合在一起却还从未体验过。再加上在网上看到的一些网课事故,更是让我有些不安。

第一次录制前我上网搜索了大量的关于网上直播的心得,希望对自己有所帮助,但是说法无外乎准备充分、不要紧张等一些常规内容,帮助并不大。于是便沉下心来准备课件、讲义,并反复练习保证不出任何纰漏。

每天晚上我都让女儿用手机帮我录制一段看看效果,第一天的视频遭到全家人的嫌弃,不过经过几天的练习,我慢慢找到了一点感觉。

即便如此,第一次正式开始录制课程时,我仍然略带紧张,不过紧张之余还有一丝兴奋,这感觉就好像当年第一次操作起重机的心理。

虽然录制过程中出现了一些小问题,但是在领导和同事的帮助下,我还是有惊无险地完成了“人生第一录”。当看到同事OK的手势,心中一直提起的那块石头总算是落了下来。

在后面的一两天,我开始有些期待自己的荧屏“处女秀”。清楚地记得那天下午录播课在手机上推送的时候,一堆人抱着手机听我的微课,耳边不时传来几句同事的肯定与调侃。“李师傅,你讲得挺好!”“镜头里显得比现实中年轻啊,是不是开美颜了?”手机上更是过了好几天还有人发来点赞的“大拇指”。

经过这次录课,我体会到了什么叫作“台上一分钟,台下十年功”,几十分钟的课程花费了我一周的时间来准备。更让我感受深刻的是,虽然网上授课存在着不好管理、交互性差等许多问题,但是仅凭传播速度快这一巨大优势,就足以在教育培训领域占据一定的分量。

感谢公司给了我这样一个独特的平台,疫情期间,不扎堆、不聚众,却能够把自己的知识和技能传递给更多的同事,更好地助力企业生产。

## 活到老学到老

顺应时代变化不断汲取新的养分,这种心态也值得被传承

口述/马三华 整理/楚翔宇

今年3月,我年满60岁,该正式退休了。可万万没想到在退休前竟然赶个时髦,当上了网络“主播”。

我1976年参加工作一直在输油生产一线,是中国石化管道储运有限公司泗洪输油站的一名值班电工。在基层工作44年里积累了一些实际经验,也带过不少徒弟,如今他们都在自己的岗位上独当一面。说实话我真舍不得我的岗位。

为了让青年人快速成长,年初人教部门制定兼职教师授课安排,由各站技术骨干组成兼职教师组,计划每周上一堂课。可是,突如其来的疫情打破了面对面授课的计划。

领导鼓励我用网络直播的形式讲课,一来授课计划不受疫情影响,二来直播视频可保存后反复观看。在互联网快速发展的今天,网络直播已经从青年群体的“独乐乐”变成“全民参与”,对于年过半百的我来说,也想鼓足勇气试一试。

2月10日我的第一堂直播课《兆欧表的使用》在网络上跟大家见面了。我举着兆欧表对着手机屏幕介绍如何校验。有人提出:“马师傅,能否让我们看一下校验日期的标签?”我对着镜头举着表上上下下挪动,可实在掌握不好仪器跟镜头的位置。

讲电工知识,我经验丰富,但搞直播,我是个新手。而且上了年纪,老花眼了,看手机上的字很费劲。第一次直播后,徒弟发来信息鼓励我:“师傅别紧张,下次我来当助教。”

临近退休的这一个月,我晚上没事就在网上看直播,看看别的主播是怎么在网上推销商品、什么样的坐姿适合镜头、怎样跟观众互动等等。白天,让同事帮我挑毛病,我再调整。

今天是3月8日,退休前的最后一天,我在钉钉直播间给全站员工上了一堂课。为了达到较好的授课效果,徒弟来辅助我看屏幕上学员的提问,帮助我举道具。

“今天讲的钳形电流表的使用,大家都学会了么?听懂了请打1,没听懂的请留言。”我学着网络上其他主播跟观众互动的方式交流,一场直播下来让我又激动又紧张。激动的是,我跟年轻人学会了新的授课方式;紧张的是,学员们学习热情高涨留言过多,我生怕遗漏了谁的提问。

一个个大拇指点赞刷屏,一条条留言鼓励着我。“马师傅,以后您退休在家没事也可以多给我们年轻人搞培训了!”

明天我就正式退休了,原本我以为,离开40多年的岗位会有些难过,不料心情被退休前的新尝试所改变。

疫情是一场考验,也是一次见证。人应该保持活到老学到老的心态,勇于尝试新鲜事物,顺应时代变化不断汲取新的养分,这也值得被传承。

# 疫情下,走上主播台有点紧张,有点兴奋

仿佛一夜之间,网上冒出了很多“李佳琦”。在线卖衣服、卖水果不足为奇,网上卖车、卖房风生水起,老师、导游乃至博物馆工作人员都成了镜头下的“主播”。

隔着屏幕,你能感受到一颗颗不畏难的心。疫情期间,尽量“不扎堆”令企业培训成了难题,鼓足勇气的“主播”们将难题化为了有意思、有意义的尝试。线上科普让普通青工成了全厂的“网红”,在线培训则为经验丰富的师傅和身怀绝技的劳模开辟了传授技艺的新平台。

在镜头下有点小紧张的样子,在话筒前不那么流畅的授课,都成为坚守岗位者在这场疫情中留下的印记,也是为“办法总比困难多”这个朴素的哲理增添的注脚。勇气是处于逆境时的光芒。

——编者

既然“火”了,那么就要“火”出价值,发挥更多积极作用

## 当“网红”的滋味

口述/崔德龙 整理/李文静

最近,我突然“火”了。我是抚顺石化热电厂电气车间运行二班值班员。春节过后,厂里岗位防疫工作处在关键阶段,各种防疫科普知识、挂图传来,但真正贴合岗位实际的内容却不多。我看着心里着急,就组织班里同事拍了个防疫科普短视频。一个视频两分钟,全是“干货”,颇受同事们欢迎。

没想到,厂里不仅推送了这个短视频,还特邀我为“男一号”,又拍摄了一系列防疫宣传视频。我的作品还登上了《中国石油报》公众号,点击量瞬间过万。一时之间,我成了企业防疫宣传“代言人”。上班时,即便戴着口罩,也常有同事热情地跟我打招呼。

我似乎尝到了当“网红”的滋味,感觉自己不再是普通班员,而是一名“明星员工”。有一次,我出去巡检,走到楼下发现安全帽带子坏了。要在以前,我可能就凑合一下,巡检回去再修了。现在在这“身份”,我愣是没敢走出车间大门,赶紧返回借了一顶安全帽才出门。我随时提醒自己,保持好“公众形象”。

我想,既然“火”了,那么我就要“火”出价值,坚守好自己岗位的同时,发挥更多积极作用,不辜负大家对我的厚爱。疫情硝烟未散,企业全面复工复产号角已经吹响。现在正是需要大家一边紧抓防疫,一边加足马力上产增效的时候。我用vlog形式拍下了同事们埋头苦干的身影和破解难题的闪光时刻。这些身边的正能量,同事们都爱看。为防止我随时抓拍,班里的同事们就连坐姿和精神面貌都不一样了,大家都想以“正面形象”出镜。

3月5日,我在雷锋的第二故乡抚顺迎来第57个学雷锋纪念日。我加入了公司志愿者队伍,用不熟练的手艺给同事们理发。马上,车间要安排我去新厂轮岗学习,培养我成为一名“一岗多能”的职工。车间领导还特意提示我,可以把学习过程和心得收获通过视频形式分享给同事们,引领大家共同提升岗位技能。有了新目标,我会努力让我的“网红人设”不那么快“过气”。

企业发展日新月异,一线员工技能也要更加立体多元。作为一名90后,我希望自己可以一路分享,一路成长,让个人价值不断变宽、延长,成为一个为企业发展做出更多贡献的硬核“网红”。



劳模“主播”

来自徐工集团的全国劳模孟献群日前在“技能强国”直播平台上向全国产业工人传授技能。“跟得上时代变化就是对工作最好的创新。”他说。

孙鹏飞 摄

## 忐忑开始,坦然结束

新形式也需要新创意,听课者“连麦”主讲,教师串场点评

口述/马子忠 整理/李孟龙

疫情防控仍处于关键期,为了防止发生聚集性病例,单位也采取了像学校一样的培训模式——直播。而我作为中国铁路郑州局新乡供电段职教科的一名专职教师,成为一名主播义不容辞。

尽管我这个四十好几的人无比渴望“时髦一把”,但是面对新的软件、新的上课形式,我有些焦虑,甚至不知该从哪里下手。

第一次直播授课的时间和内容已经确定,通知也已经发给单位的65名健康管理师,相信他们一定早早地做好了观看的准备。他们肯定不会想到昔日在教室对着他们侃侃而谈、滔滔不绝的老师,竟然会如此紧张。为了不让大家失望,我开始沉下心来认真备课。

这次授课的主题是新冠肺炎的了解和预防。这方面的知识铺天盖地,到处都是,其实大家知道的并不比我知道的少。我既然不善于面对电脑表达,为啥不利用“连麦”功能,充分发挥大家爱说、善说的特长呢?而且,让大家自己搜集资料,在直播的时候亲口讲给其他人听,引导每名听课者成为学习的主人,这样的培训效果岂不更佳?作为老师的我只需“串个场”,进行总结归纳和分析点评,这还是可以胜任的。就这么办!新软件,新形式,也需要新创意。

随着直播时间的临近,我的小心脏开始“不安分”了。我按时来到直播间,先试试声音,再试试“连麦”,一切就绪,我的心情开始平静下来。简单开场之后,就进入了“连麦”时间,一个讲完,由我进行提炼和总结,再换另一个讲……不知不觉,竟然直播了一个多小时,大家的反馈还挺不错。

就这样,我的第一次直播以忐忑开始,坦然结束。办法总比困难多,谁说不是呢?

金牌班组

## 传递

胡晓炜

“您好,我的母亲和我走散了,能不能帮我找找?”3月5日上午,在南京站候车室巡检的黄吉利接到旅客求助。“广播室请注意,一马姓旅客与亲人走散,协请广播寻找!”15分钟后,走失的母亲与求助旅客团聚。

“这样的大小求助,每天在南京站发生不下300起。”南京站“158”雷锋服务站的第四代领头人黄吉利说。

1968年,南京站建站之初,正值全国响应“向雷锋同志学习”的号召之际。当时,车站职工在全国劳模、客运员李慧娟的带领下,自发成立了首支学雷锋小组,义务帮助旅客搬运行李、缝补衣物。

到了上世纪80年代,随着服务旅客意识增强,原铁道部劳模孙燕光利用业余时间改造了一辆平板车,专门运送老弱残疾旅客进站上车,车上印有雷锋头像,被旅客亲切地称为“雷锋车”。

正是这么一辆车,一拉就是33年。从最早的平板车到如今的轮椅、担架车、电动行李车,车型越来越多,拉车的人也变成了80后、90后。

2000年,南京站专门成立了一个班组,为南来北往的旅客提供志愿服务,班组命名为“158”雷锋服务站,谐音“义务帮”。服务站成立后,原铁道部劳模施凤英就常年服务于此。

20年来,雷锋服务站摸索出随访、送水、剪票、咨询、解难“五到位”;提供轮椅担架、针线药品、网络传真、应急充电、行李搬运“五免费”;提供购买车票、上下车、联系接力服务、拍发电报、邮寄信件“五帮助”;还总结出哄、忍、疼、帮、抚“五字”亲情服务法。

历时半个多世纪,四代铁路人先后接棒,传递着雷锋精神。

在铁路上,还活跃着一群群这样可爱的人,给出行的人带来温暖,送去方便。春节前,残疾青年吴明月来到蚌埠南站坐车,一路由工作人员护送登上高铁上。这已经不是吴明月第一次享受这种“雷锋式”服务了。

“有了他们的帮助,我出行方便了,自信心也增强了。”吴明月说,“我记不住所有好心人的名字,但也想着做点实事感谢他们。”

2019年开始,吴明月只要坐火车,就会把铁路人帮助他进站乘车的视频发到网上。他想借此感谢铁路上的“雷锋”,因为好人好事原本就值得褒奖。他也想用亲身经历给那些不敢出门、怕给人添麻烦的残障人士带走出家门子的勇气。这,也是“雷锋”精神的传递。

## 他们见证了一座人工岛的前世今生

本报记者 徐新星

不久前,在珠海无界书店里举办的一场主题为“讲述建设者的故事——对话港珠澳大桥珠海口岸‘鲁班奖’筑梦者”的活动中,来自口岸建设和施工单位的代表等聚在一起,重温那3000多个日日夜夜。

2019年10月1日,天安门广场,“春潮滚滚”方阵主题彩车上,郭帮兵特意戴着一枚队徽。郭帮兵告诉记者,那是40岁的他第一次去北京,因为参与了一项超级工程。

2011年,郭帮兵进入格力人工岛公司,参与珠海口岸人工岛填海工程与口岸项目建设。2017年,他获得全国五一劳动奖章,2019年10月1日,受邀参加天安门广场群众游行。

“荣耀并不是我一个人的,而是代表19支先锋队,包括39家建设单位、1万多名建设者。”郭帮兵说。

2010年,当施工船挥舞着巨大的手臂从海床上挖出第一斗海泥之时,也标志着珠海口岸建设吹响号角。那时,一拨又一拨的建设者涌来,他们上下岛都要乘船,岛上只有护岸,其他部分还在海里。他们用3年光阴在茫茫大海中建成一个100万平方米的人工岛,紧接着又要在岛上建起一座超过50万平方米的珠海口岸。这个规模在中国乃至全世界都是最大的。同时,它还具有三套旅检系统、两套货检系统,这样庞大、复杂的工程也是其他所有口岸没有的。

2013年12月,珠海口岸正式开工。2017年,口岸建设进入决胜阶段,参建单位超过60家,交叉作业面极其复杂,施工组织难度非常高。由于没有总包单位,格力地产承担了施工总包单位的角色,必须服务于各参建单位,解决各种问题,这意味着它既做甲方又做乙方。为此,当年6月,格力地产不仅成立口岸建设总指挥部,抽丝剥茧、理清头绪,还抽调技术骨干组成19支先锋队协调施工现场工作。

郭帮兵就是在那时被抽调到先锋队,与其他队员一起发扬先锋作用。口岸工地建设的热情被总指挥部和先锋队队员迅速点燃,但2017年8月,台风“天鸽”“帕卡”接连袭击珠海,施工机械、部分已初见成效的工作面被破坏,口岸建设受到重创。不过,队员们临危不乱,通过总指挥部高效协调,保障了7000多名施工人员的安全并在“天鸽”过后72小时全面复产。多个工程节点较计划提前或超额完成,并创造“8天完成7000平方米屋面压型板铺设”等多个工程建设的“中国速度”。

最终,约5个标准足球场大小的双曲面结构设计大吊顶,排列着7个梭形天窗,增添整体韵律感;口岸竣工100天,地基沉降小于0.02毫米,远低于“竣工后100天地基沉降1毫米”的国家标准……一项工程诞生27项自主创新技术,形成7项省级工法。

一桥飞架三地,天堑变通途,而9年的“面朝大海”,建设单位除了捧回一座2018~2019年度中国建设工程鲁班奖“小金人”,还锤炼出一支“风吹不散、雨打不乱”的队伍。这支队伍不仅获评全国工人先锋号等荣誉称号,还从拓荒者转型为粤港澳大湾区现代化口岸的运营者。

如今,当时的先锋队队员中,不少人已成长为企业各核心业务部门的负责人、骨干。9年时间,这些建设者参与了“沧海变桑田”的伟大历程,见证了一座岛的前世今生,更是实现了自身的蝶变。



## 何惧风雪

3月3日,一场大雪不期而至,而抚顺石化建工四公司的职工们依然全力以赴奋战在乙烯装置检修现场。复工以来,他们承担的多个项目全线铺开。面对工程量大、人员紧张等困难,该公司在严格落实各项防护措施、密切关注一线员工健康的同时,最大限度调配好人员机具,并对重要设备和关键机组增加检查频次,确保生产平稳运行。

图为施工安全监护人员冒雪坚守岗位。

赵钰 摄