

G 聚焦·竞技

一点点积累，一次次突破

从陪跑到获奖的成长密码

廖炳达

“站在全国的颁奖台上，感觉真的不一样。”近日在全国铁路机车系统客车职业技能竞赛表彰大会现场，来自中国铁路南宁局集团有限公司南宁车辆段湛江运用车间的邱安斌，手中紧握着“发电车乘务员组第8名”的荣誉证书，心潮澎湃。

这是邱安斌第二次参加该项赛事。这个荣誉不仅弥补了两年前的一个遗憾，更是对他8年不懈努力的一次褒奖。

2017年8月，邱安斌来到南宁车辆段南宁动车所，开启了职业生涯。南宁、湛江、运行列车上，动车组机械师、车辆电工、发电车乘务员……8年来，他的工作地点、内容都

王惠钦

近日，2025年全国铁路机车系统客车职业技能竞赛在济南举行。来自中国铁路南昌局集团有限公司福州车辆段的刘斌，在制动钳工组的裁判中荣获了国铁集团颁发的“优秀裁判”称号。

这份荣誉，见证了一名技术尖兵十五年如一日的坚持。从一名普通的车辆钳工到路局全能冠军、全路大赛季第八名、全路技术能手，直至如今多次执裁国铁集团赛事，刘斌完成了从赛场冠军到优秀裁判的“华丽转身”。

2010年8月，刘斌被分配到检修车间车辆综合工班，从事车辆钢结构检修工作。当时的车辆综合工班几乎与竞赛无缘，参赛选

在发生变化。“虽然工作内容在变，但都是跟电相关。”为了胜任这份工作，邱安斌主动摸索各种电路图，跟着师傅学习检修方法。孜孜不倦地学习让他成长很快，“电路图看起来很难，但只要你从头到尾捋清楚，就不会困惑。”邱安斌解释说，“就像排查故障，你得从原始状态开始，一步步推下去。”

他至今记得值乘湛江至北京列车时的一次经历。在郑州站巡检时，他闻到运行中柴油机有烧焦味，果断判断为内部线路烧损，立即停机处理，后经检修发现是发电机整流模块短路。“如果不及时发现，可能引发火灾或更大损坏。”他说。

2023年，邱安斌第一次代表集团公司参加全国铁路机车系统客车职业技能竞赛。那时

的他只觉得紧张，非常紧张。实操项目“单车伪装”中，平时能找出八九个故障，比赛时却只找到五六个，当时只获得了第十五名的成绩。

那次比赛使他意识到，光有现场经验还不够，系统化训练和心理素质同样重要。

时隔两年，今年6月，邱安斌再次踏上备战之路。从车间级到段级，再到局级，他与其他选手一同训练、PK，最终脱颖而出，代表集团公司再次参加全国铁路机车系统客车职业技能竞赛。

这一次，邱安斌和教练团队对训练方式进行了系统优化。“教练会把错题反复整理，让我们抄写、记忆，直到完全掌握。”他们还将往届比赛中出现的典型故障纳入日常训练，强化对电路图的理解和故障排查的熟练度。

这次比赛在山东济南举行，虽然是二次

参赛，但并不是一帆风顺。在比赛第三天的发电车动态故障排查项目中，赛前通知不会出现历史系统故障，但邱安斌一上车就发现发电车处于不发电状态。

“我愣了一下，但马上反应过来，这和我们平时练过的一种故障很像。”邱安斌通过排查迅速锁定故障点——线路短接导致不发电，并顺利排除。最终，他获得全国铁路机车系统客车职业技能竞赛发电车乘务员组第8名的好成绩，实现了从“陪跑”到“获奖”的跨越。

如今，邱安斌已回到班组，继续负责空调机组和车上用电设备的检修。“我会继续学习，把电路图吃得更透，把故障排查做得更细。”邱安斌说，“铁路工作就是这样，一点点积累，一次次突破，才能不断成长。”



扎紧风沙“缰绳”

初冬的乌兰布和沙漠，天地间蒙着一层苍黄。近日，在中国铁路呼和浩特局集团有限公司临河运营维修段治沙桥隧车间苏宏图治沙点，治沙队正在抢抓冬季来临前的最后窗口期，加固高沙障，为铁路安全运输保驾护航。

袁斌 摄

“123”驾驶法助力新能源公交节能

本报记者 张婧 本报通讯员 李冉

“迟班长，我那车的电耗还是下不去。”早高峰过后，山东青岛城运控股集团城阳巴士第十二分公司红战场站内，932路行车二班驾驶员武伟杰正围着组长迟耿勋，满脸焦急地探讨节能技巧。

“别急，新能源公交力气藏在电流里。”迟耿勋拍了拍他的肩膀，语气沉稳，“咱们总结的‘123平稳出行驾驶法’，核心就是治这个‘急’毛病。走，咱们上路实操一圈。”

新能源公交车的节能逻辑与燃油车存在本质差异，受电池特性、路况变化、驾驶习惯等多重因素影响，节能降耗工作往往面临“理想效果”与“实际落地”的差距。

说话间，迟耿勋领着武伟杰踏上932路公交车。他熟门熟路地坐进驾驶室，武伟杰则站在一旁，目不转睛地跟着学习。“你看好了，第一步是‘一缓’。”迟耿勋一边放慢动作示范，一边耐心讲解，“新能源公交最耗电的就是起步这一下。只有平顺加速，才能让能量转化效率达到最高。”

车辆驶入主干道，迟耿勋的操作愈发从容。“接下来是‘二稳’，行速稳、方向稳。”他保持着匀速行驶，方向盘几乎没有多余转动，“直线行驶也很关键，频繁变道转向不仅费电，还容易晃得乘客不舒服。”

前方路口信号灯变黄，迟耿勋没有急踩刹车，而是提前松开油门。“这就是‘三提前’里的提前预判，借惯性滑行，既能减少制动损耗，还能让动能回收系统慢慢充电。”他轻踩刹车，仪表盘上的回收电量数值缓缓上升，“急刹只能短暂回收一点电，这样平缓减速，回收效率能提高不少。”迟耿勋说。

一圈实操下来，武伟杰瞥了眼电耗表，惊喜地发现数值比他平时自己驾驶时百米电耗低了好几度。

自2024年“123平稳出行驾驶法”推行以来，成效立竿见影：城阳巴士新能源公交的电耗单耗显著下降6.6度，大幅压缩了运营成本；同时在乘客满意度调查中，“乘车平稳”项评分实现明显攀升，市民的出行舒适度得到切实提升。

G 班组快讯

实战演练筑牢防线

本报讯 近日，中铁一局沪宁合高铁项目部在驻地组织2025年度消防技能培训及应急疏散实战演练。演练全程模拟真实火灾场景，培训环节详解灭火器操作要领与火场逃生规范，实操阶段重点演练初期火灾扑救、人员有序疏散等关键流程。活动提升了参建人员消防安全意识与应急处置能力，筑牢高铁建设安全防线。

(田泽梁 付亦豪)

以“动”制“冻”战雪保供

本报讯 11月26日夜间，抚顺地区迎来今冬首场降雪，气温骤降对生产装置平稳运行带来考验。抚顺石化建公司储运维联合车间启动应急预案，各岗位人员排查关键机泵、仪表等设备运行状态。同时，加密巡检频次，车间利用远程监控系统，对重点区域的温度、压力等参数进行实时跟踪，形成“人防+技防”的双重保障。

(赵鹤)

“星火小课堂”妙招解难题

本报讯 近日，中石化胜利油田桩西采油厂海堤管理站开设“星火小课堂”，为班组搭建技能分享平台。老员工化身“讲师”，围绕海堤巡查技巧、隐患排查“妙招”等实用内容，通过现场演示、案例分析传经送宝；青年员工主动提问、交流探讨，快速吸收实操经验。用“接地气”的教学方式打通技能提升“最后一公里”。

(林明)

规章“找茬”提升管理质效

本报讯 近日，中国铁路哈尔滨局集团有限公司哈尔滨南站启动规章“找茬”活动，鼓励一线职工根据站级规章及作业办法提意见，破解条款执行难、与现场脱节等问题。该站开通热线、微信群、规章交流平台等24小时反馈渠道，目前已征集职工意见125条，据此修订完善57项规章条款，助力安全管理质量提升。

(黄岩静)

安全管控关口前移

本报讯 四季度以来，华阳集团二矿将安全管控关口前移，高度重视职工身体健康，将人员体检与“不放心人员”摸排紧密结合，做到每班排查、细致问询。坚决制止身体不适的职工下井，并随时掌握职工的思想情绪和身体健康状况变化，及时进行身心调适。

(任锁生)

网格化管理护航出行

本报讯 近日，中国铁路呼和浩特局集团有限公司乌海站明确客运人员立岗位置与区域分工，实现“人定岗、岗定区、区定责”。各区域人员负责旅客引导、重点帮扶、安全巡查等工作，尤其关注老弱病残孕等特殊旅客，做好扶梯看护与拥堵疏导，通过“网格化管理+精细化服务”，为旅客打造安全有序的出行环境。

(马仲民)

吊装就位

11月21日，在江汉油田王4-3-4井场上寒意微凉，20多名身着红色工衣的员工精神抖擞地列队在一台鲜红的压驱设备前，蓄势待发。

这不是一场普通的操作演练，而是一场别开生面的“技能比武”——参赛者全是来



张亮 詹同报

11月21日，江汉油田王4-3-4井场上寒意微凉，20多名身着红色工衣的员工精神抖擞地列队在一台鲜红的压驱设备前，蓄势待发。

这不是一场普通的操作演练，而是一场别开生面的“技能比武”——参赛者全是来

只有阀门转动的咔嗒声和对讲机里清晰的指令传递。压驱泵平稳运行，压力曲线稳定上升，整个过程精准流畅。

这场比赛“特别”在哪？特别在它不仅是技能的检验，更是信心的重建。今年9月，200余名员工集中划转至人力资源服务中心，面对岗位调整、业务转型，不少人一度迷茫焦虑。中心专班迅速行动，坚持“一人一策、因需施训”，陆续开设车辆驾驶、注聚、

此次压驱技能比武，正是培训成果的集中展示。评委不仅看操作是否规范，更关注应急处置、协同配合和安全意识。

“这不是为了分出高下，而是让大家在真练实比中找准差距、增强底气。”现场负责人张俊表示。

这些转岗员工通过一次次模拟演练、一场场“实战比武”，把“不会”变成“会”，把“不敢”变成“敢”，在新岗位上扛起新担当。

王鹏 张翔霞

11月24日，在湖南石化生物质气化柔性平台建设项目首台重达95吨的大件设备转化炉吊装现场，班组建设者按规程作业，确保吊装一次成功。

彭展 摄

G 他山之石

轨道扣件戴上“安全帽”

张亮 詹同报

11月18日，青岛地铁2号线常川路至龙川路区间铺轨现场，中铁四局钢筋混凝土工班的工人们正有条不紊地浇筑整体道床。与以往不同的是，每一根轨道扣件都戴上了定制的“安全帽”，有效阻挡了混凝土泥浆污染，解决了困扰施工已久的顽疾。

此次“扣件安全帽”的成功研发推广，是青岛地铁2号线二期项目部班组建设的生动缩影。该项目部坚持班组“小立法”民主协商机制，让一线工人全程参与施工管理，畅提创新建议，基层的“金点子”有了发声和落地的土壤。

据了解，轨道道床浇筑中，扣件污染是行业性难题：混凝土泥浆易附着扣件表面，损伤防锈层，堵塞螺栓孔，既影响绝缘性能，又给后续轨道精调及运营维护埋下隐患。施工后，还需投入大量人力逐一清理扣件，不仅效率低下，还可能因清理不当造成二次损伤，成为制约工程品质与进度的“绊脚石”。

“能不能给扣件加个保护罩？”在项目部组织的班组座谈会上，45岁的混凝土班组工人陈强提出的想法，立刻引起了项目管理人员的重视。他们主动牵头对接材料厂家，联合班组工人多次开展技术研讨，反复优化方案。从材料选型到结构设计，从卡扣方式到成本控制，每一个细节都充分吸纳工人的实操经验。最终研发出的扣件专用保护罩，采用高强度耐磨损环保材料制成，通过弹性卡扣紧密覆盖扣件主体及螺栓，能全方位阻挡灰尘、污水、混凝土溅渣，且可重复使用，每个造价仅23元，被工友们形象地称为轨道扣件的“安全帽”。

“小小保护罩，解决了大麻烦！”钢筋混凝土工班组长胡一鸣介绍，有了“扣件安全帽”，施工期间扣件能始终保持洁净，彻底省去后期清理环节，不仅避免了扣件损伤风险，还让轨道精调效率提升25%以上，大幅降低返工成本和维护投入。

一张难得的全家福

为了确保测井仪器正常运转、保障生产顺利推进，他们常年奔波在外，尤其是驻守海外的两名老师傅，带着徒弟扎根现场，一守就是大半年。有时刚完成一个地区的维修任务，又马不停蹄赶赴下一个工区，班组全员能聚齐的机会少之又少。

这次相聚，终于等来了难得的良机。经过数月的手把手教诲，海外两名老师傅带出的徒弟已练就了过硬本领，能独立顶岗扛起海外维保的重任。卸下肩头的牵挂，两位海外先行者归来；与此同时，公司恰好组织新型仪器维保技术集中培训，分散在国内各地的小伙伴们得以暂时放下手头工作，回到熟悉的车间。

久别重逢的10个人，没有忙着寒暄休息，反而第一时间围坐在一起，分享各自不离家的凝聚。

正如班长赵希军所说：“虽然我们常处异地，但心始终在一起，无论在哪里，我们都拥有集体的智慧力量，只要生产需要，随时都能顶上！”

同市场遇到的维修难题，交流最新的维保技术，还现场拆解了一台故障仪器，共同探讨解决方案。

“平时都是线上沟通，这次面对面碰一碰，很多问题一下子就理清了！”班组中的老大哥谢冠平师傅笑着说，眼里满是欣慰与畅快。

短暂的相聚后，过几天，他们又将各自奔赴岗位，有的继续驻守海外，有的奔赴国内新的维保现场，继续在不同的战场上为仪器运行保驾护航。这张合影成了他们珍贵的纪念，也见证了这个班组“分散不分心，离队不离魂”的凝聚力。

正如班长赵希军所说：“虽然我们常处异地，但心始终在一起，无论在哪里，我们都拥有集体的智慧力量，只要生产需要，随时都能顶上！”