



牛!10岁游出国家一级运动员水平

烟台这个小姑娘长大后想当世界冠军

文/片 齐鲁晚报·齐鲁壹点
记者 梁莹莹

50米蝶泳差点破30秒 连教练都感到惊讶

12月1日,齐鲁晚报·齐鲁壹点记者在烟台市游泳训练中心见到了姜涵文,她正跟随在烟台外训的山东省游泳队训练。穿着粉色泳衣的她像一条鱼,在水中自由穿梭。

出生于2010年9月的姜涵文,已经获得2018年全国青少年游泳U系列比赛8岁组全能第一;2019年全国青少年游泳U系列比赛9岁组全能第一;2020年山东省游泳锦标赛10岁组混合泳全能第一。在11月20日烟台市游泳训练中心组织的冬训测验赛上,她在50米蝶泳项目上游出了30.07秒的成绩,“国家一级运动员的水平是30.5秒,我觉得她的水平在30.4秒左右,没想到游出30.07秒,差点破30秒,这个成绩相当好,10岁能达到国家一级运动员水平,在全国来说都是比较少见的,特别少见。”姜涵文的主教练刘洋说,成绩出来后,现场一片欢呼。

记者发现,当天泳池里除了姜涵文等三四个年龄比较小的队员外,其他队员都是十几岁的青少年。“现在很多高二的孩子为了升学,努力拼搏期望达到国家一级运动员水平,而这个小姑娘的水感太好了!游得太棒了!我们在旁边看都觉得很高兴。”在训练中心陪练的一位家长忍不住说道,在2016年,淄博女孩王

前段时间,初中女生跑出国家一级运动员水平的话题一度成为热搜,而在烟台也有一名很牛的小姑娘。看上去稚气未脱,却在女子甲组50米蝶泳比赛中游出30.07秒的成绩,达到国家一级游泳运动员的标准,此时她刚刚过完10周岁生日。她是姜涵文,来自烟台市游泳运动学校。“放眼全国,能在10岁的年纪达到这样的水平是非常少见的,我也很惊讶。”姜涵文的主教练刘洋如是说,希望她安心训练,游出更好的成绩。



▲泳池中的姜涵文。

▶训练中的姜涵文。



扫码
看
视频

一淳曾以28.49秒的成绩打破11岁组女子50米蝶泳全国纪录,他觉得姜涵文未来可期。

幼儿园时被选材 有天赋也够努力

在今年9月份举行的山东省游泳锦标赛上,姜涵文在50米蝶泳项目上的成绩是31.19秒。仅仅两个月后,作为短幅运动来说,缩短了1秒,进步惊人。对

此,主教练刘洋解释说,“9月份的时候我把她的注意力放在蛙泳上面,报的混合泳全能。11月份有意练习了一下蝶泳,再加上她发挥得比较好,给了我们一个惊喜。”

刘洋告诉记者,姜涵文水感非常好,身体比例各方面也非常协调,父亲身高1.90米,母亲身高也将近1.80米,从遗传角度看是游泳的好苗子。上幼儿园时被选材,跟着训练,2019年上小

学二年级时被选到游泳学校。

“她的腿特别好,适合蝶泳。我认为没有天才运动员,只有天赋加后天的努力,她就属于后天特别努力的运动员。”刘洋说,自进入游泳队后,姜涵文肯吃苦、听指挥、勤动脑,在10岁便达到国家一级运动员的成绩,肯定与孩子后天的努力与付出有着极大的关系。如果姜涵文能继续保持着这股上升势头的话,希望可以达到奥运水平。

内敛但用实力说话
已收获不少粉丝

训练完休息的时候,姜涵文和小伙伴在泳池边说笑起来。“我们是她的粉丝,她很可爱。”和姜涵文做了6年小伙伴的丛文瑞笑着说,她们会一起训练,一起出去玩,姜涵文是个很好的朋友。

当说到为什么喜欢游泳时,姜涵文说:“可以像美人鱼一样在水里游来游去。”小时候身体不是很好,幼儿园里有小朋友感冒,她第二天也会感冒,于是姥姥经常带着她去游泳,不论是寒暑假还是周末,一直在游泳馆度过,慢慢地就更喜欢游泳了。

除了游泳,这个10岁的小姑娘还喜欢画画。“长大后我想当世界冠军,我也想做个侦探,前段时间写作文,我还写了我和福尔摩斯的故事。”姜涵文说。

据姜涵文的班主任张米佳介绍,姜涵文是班上的学习委员,品学兼优,各方面表现都非常出色,但她比较内敛,是个内秀的孩子。“上课的时候,她虽然回答问题不多,但会看到她的眼睛是发亮的,始终跟着老师的视线,思维也非常活跃。”张米佳说,上学期学校里评选优秀学生,姜涵文一人拿到学习之星、运动之星、文明之星等4张奖状,有些奖项是学生们自己投票选出来的,可见这个孩子非常有威信,“内敛,但是用实力说话,就是这个孩子的最大特点。”

“淘书爷爷”捐书助学,引来省市相关部门点赞

老人对书籍的敬畏之心引发众网友的深思和讨论



淘书爷爷捐建爱心图书室

文/片 齐鲁晚报·齐鲁壹点
记者 于悦 赵卓琪

平凡的退休老人 做着不平凡的事

“钱玉田作为一名退休干部,退休后依然坚持在爱好中学习,在收藏中传承,是非常难得的。”山东省卫健委医养健康处相关负责人说,在他们的日常工作中,始终贯彻省委、省政府有关老龄工作的方针、政策和工作部署,积极组织老年人参与社会经济发展,开展有利于老年人身心健康活动,以丰富老年人的精神生活。钱玉田在退休后的十几年时间里,能够发挥党员余热,多次走进校园、广场、公园展出有关书籍、宣传品,讲解雷锋精神,积极投身公益事业,起到了很好的模范作用,他们也很受启发。

“钱玉田在满足自身爱好的同时,偶然发现有不少青少年读物被当做废纸回收,为有些甚至还是崭新的书籍感到可惜,从而联想到还有许多山村的孩子需要这些读物,就将这些书籍一并收集回来,捐给需要的人,这种精神值得学习。”上述负责人表



钱玉田老人的家里满屋子都是书籍。

示,推动老年文化建设,丰富老年志愿服务活动一直是他们工作的重点之一。他们也经常会组织老年人参与丰富多彩的公益活动。“老年人不仅可以从中发挥余热,为公益事业出一份力,实现自我价值,也在很大程度上增加了他们的满足感与获得感。”

知识本就无高低贵贱之分,钱玉田秉承对书籍的敬畏,对知识的渴望,对孩子们的关爱,连续十余载从废品回收站“淘”书,变废为宝。通过一己之力,感动了千千万万爱心人士加入进来,主动捐书。“一名平凡的退休老人,却坚持做着一件不平凡的事,是十分值得赞扬的。”

济南市文明办相关负责人也表示,钱玉田默默坚持为济南乃至

中,网友们纷纷为钱玉田的公益行动点赞,更有网友评论称“废品里藏着一颗高尚的灵魂”。

“为热心肠的钱老师点赞。”“钱老是我们学习的榜样,向老人家学习,致敬!”对于钱玉田默默坚持“淘”书十几年,默默捐向全国各地的行为,壹粉们纷纷表示要向其学习。“多有多捐,少有少捐,尽自己最大的能力去捐,就是最大的捐赠。”壹粉“乐西西壹点”说。“感谢老人,用爱心为孩子搭建起知识的桥梁,开启人生智慧的宝藏。”壹粉“天道酬勤”说。

在钱玉田收到阿里巴巴天天正能量联合齐鲁晚报·齐鲁壹点颁发的天天正能量奖,以及启动以老人名字命名的爱心图书行动时,网友也表示了认可,认为这是对老人行为最好的肯定。还有网友主动提出,想要联系老人,和他一起捐书。

此外,钱玉田老人因不舍书籍被当做废品卖掉,对每一本书籍的敬畏之心,也引发了网友的深思与讨论。“为老人点赞的同时,我们也应该反思一下,为什么有用的书会成为废品?”网友“liweitung”说。“记得高考作文就是‘书’,很可惜那时的自己没有那么懂书的意义。”网友“眼色”说,当她看到老人如此爱书,突然想起了自己这么多年来丢了少书,也毁了不少书。如今已经成为人母的她一定会好好教孩子多读书。“爱书不仅是爱书里的知识,也是珍惜爱他的人。”

海参蜂蜜半价抢购

即食海参不用泡发,没有过多发制过程,营养不流失保存更完整,纯天然更易吸收。

1.高档野生即食刺参:6-8年壮年参,肥美新鲜,买3斤送3斤,6斤只需999元。本周特惠“买6斤送8斤”,14斤只需1998元。

2.大连极品野生即食“参王”:个大刺少,8年壮年参,纯天然、肉厚、口感佳,市场价550元/斤,现买2斤送2斤,4斤1100元。本周特惠“买4斤送5斤”,9斤只需1996元,吃完都是回头客。

3.大连野生淡干海参:6年以上壮年参,刺少肉厚,涨发高,特惠买1送1。

4.高档沂蒙山野生蜂蜜:纯天然,香甜可口,特惠买4斤送5斤,9斤300元。

电话:400-848-7677各地免费送货)

地址:济南制锦市街31号瑞品堂(五龙潭西门北20米,13中南)