

商洛公安

当好“守夜人” 护好“烟火气”

本报通讯员 王丹 杨丹涛



根据全国、全省公安机关夏夜治安巡查宣防集中统一行动安排，自7月7日晚开始，我市公安机关在全市范围内组织开展为期3天的夏夜治安巡查宣防集中统一行动，严打各类违法犯罪活动，当好人民群众的“守夜人”。

加强巡逻防控，强化显性用警。商洛各县区公安机关不断强化显性用警，坚持屯警街面、亮灯见警，依托街面警务站、公安派出所和社区警务室，采用武装巡逻、徒步巡逻、亮灯巡逻等多种形式，快速打击处置酗酒闹事、寻衅滋事、打架斗殴、飙车炸街、侮辱猥亵等违法犯罪行为。此次行动共设立综合卡点173个，检查各类场所3610个，巡查重点部位1693个，排查整改各类安全隐患499处。

突出全面清查，消除安全隐患。商洛公

安采取“突击式、地毯式、拉网式”清查，严厉打击“黄赌毒”违法犯罪活动。加强对烟花爆竹、危险化学品、油气存储库等安全生产重点从业单位的安全检查，以饭店、商贸、宾馆、娱乐等“九小场所”为重点，排查消防隐患。行动中，共查获管制刀具3把，抓获在逃人员3人，查处酒驾、醉驾案件58起，查获违法钓鱼等案件7起。

注重安全宣传，筑牢平安防线。商洛各级公安机关充分运用“传统+新媒体”矩阵方式，大力宣传夏季治安整治举措，全市共设宣传点172个，通过公安新媒体平台发布各类工作信息310多条，广泛开展防盗、防骗、防毒、防矛盾纠纷、防治安灾害事故“五防”宣传进社区行动，同时，做好防溺水、暑期交通安全等宣传和警示教育。



- ① 商南县公安局组织巡特警民警在城区开展治安巡逻防控
- ② 商州公安分局民警深入城区人员密集场所开展安全防范预警宣传
- ③ 山阳县公安局民警深入辖区检查烟花爆竹安全管理工作
- ④ 洛南县公安局坚持即案即侦、快办快处，防止“小案件”造成“大影响”
- ⑤ 镇安民警深入辖区夜市摊点开展夜间巡查
- ⑥ 山阳县公安局组织民警深入辖区夜市摊点开展燃气安全排查，消除风险隐患
- ⑦ 商南县公安局民警开展“九小场所”安全隐患排查



炎炎夏日毕业季，商洛学院空手道队里的大四学生李志远、陈晓威、原长江、张芳妮收拾行囊准备回家。离开前的最后一站，他们来到挥洒了几年汗水的训练场，依依不舍地回忆起组队之始，他们满怀憧憬、跃跃欲试的青涩模样，分享今年5月底他们与队友齐心协力，在第10届中国大学生空手道锦标赛中勇夺2金1银3铜优异成绩的璀璨时光。

每一滴汗水都是勇士的勋章

第10届中国大学生空手道锦标赛，吸引了来自全国59所高校的445名运动员同台竞技。作为中国大学生最高体育赛事之一，此次锦标赛强队林立、高手如云。

经过一次次顽强拼搏，商洛学院空手道队的陈晓威获得男子-55公斤级金牌，李志远获得男子-79公斤级金牌，原长江获得男子-63公斤级银牌，张芳妮获得女子-49公斤级铜牌，刘晓冬获得男子-63公斤级铜牌，张芳妮、姚瑾霖、赵艳、

孙银多同获女子团体赛铜牌，赵艳和王向阳被评为“优秀运动员”，是陕西省参赛高校中成绩最好的队伍。这是商洛学院空手道队成立以来的一个重大突破，也是商洛大学生在全国性体育赛事中取得的一项非常突出的成绩，完美展示了这支队伍的整体实力和队员的个人能力。

队长原长江来自化材学院，回想过去的岁月，他充满了感激：“我2020年10月加入空手道队，三年来的训练很辛苦，好多次想要放弃，可每当我踏上训练场地，就立刻充满了力量。‘为了冠军而努力’，我对自己说。这次比赛中虽然没有取得冠军，有点遗憾，但接下来我计划考研，在研究生阶段继续参加比赛，争取圆了我的冠军梦。感谢学校对我们的支持，感谢桑教练几年来的辛勤栽培。”

从零基础到走上领奖台

相比人们更加熟悉的跆拳道来说，同样作为竞技格斗类项目的空手道，技术有踢、打、摔三类，属于打分打点项目，在击打到对手的同时需

从零基础到走上领奖台

——记商洛学院空手道队

本报记者 胡蝶

要对技术的控制，保证对手不受到伤害。比赛一局定输赢，对运动员的体能和技能要求非常高。

商洛学院空手道队的教练桑国鹏介绍说，这支空手道队成立于2019年10月1日。那时他刚刚来到学校工作，一心想着自己作为运动员在国家队、省队学到的东西传授给更多的学生，便在学校领导和体育教学研究部的支持下组建了空手道队。当时面临的一个很大的问题是团队成员都不是体育生，甚至没有接触过空手道，身体素质各方面也达不到要求，可想而知，接下来的训练对他们来说该有多辛苦。

4年来，商洛学院空手道队以赛促学，先后举办了2020年、2021年商洛学院空手道锦标赛，于2020年首次参加全国大学生跆拳道锦标赛线上赛，获得了三等奖。随着疫情的结束，得知第10届中国大学生空手道锦标赛将在河北保定举行，商洛学院空手道队赶紧加快训练的节奏。他们从今年3月份提前进入集训阶段，每天保证6到8小时的训练量，“五一”假期也在训练中度过，后期还主动与西安体育学院的运动员进行技术交流切磋，提高竞技水平……一点一滴的辛苦付出，都为这次比赛的优异成绩奠定了坚实的基础。

“平时训练，早上是6:30-7:40，晚上是20:00-22:30；集训期间早上6:20-7:40，晚上19:30-22:30，中午再花点时间弥补一下技术的短板。经历集训后，每个成员都瘦了5公斤以上，强度是非常大的，但我们坚持下来了。除了集体训练之外，大家还会根据场地和个人时间的灵活性，在操场上进行跑步之类的锻炼，以此提升体能。作为队长，我平时也会督促大家按时参加训练，并反复复习训练的动作技术。”原长江说。

尽管进行了大量高强度的训练，但以零基础入队的队员们第一次站在全国性的专业赛场，压力仍然非常大，他们都

非常紧张，害怕遇到强劲对手时失去了对自己身体和心理的控制力。“我对他们进行了心理疏导，让他们坚信，凭借平时保质保量的训练强度和他们的能力，是有充足底气赢得好成绩的。”桑国鹏说。

在紧张的赛场上，队员们努力发挥出了自己的最高水平，有的依靠稳扎稳打拿下奖牌，有的在比赛的最后五秒钟逆转取胜，将领先两分的对手打败。

“第一场正式比赛对我影响很大。在比赛之前，我们先进行队内对抗时，也在观察其他队的训练情况，通过对比，大家都非常有底气、有信心去拿下第一场比赛，但是结果不遂人愿。第一场比赛我以失败收场，之后就陷入了自我怀疑当中。”张芳妮回忆道，“桑教练看出我状态不对，第一时间过来告诉我：‘你得赶紧振作起来，可能会有复活赛，你的对手看起来就不一般。’在教练的鼓励下，我及时进行心态调整。因为我的对手拿到了冠军，也成功地把我也带入了复活赛，于是我抓住机会，最终拿到了铜牌。”

只有比努力更努力才能成功

“有一天晚上训练到11点多，结束之后桑教练在群里发了一张吃泡面的照片，大家才知道教练又是来不及吃饭就带我们训练了。我们非常佩服教练身上那股吃苦耐劳、不断拼搏的精神，这种精神也默默地感染、带动着整个团队。”队员孙银多说。

90后教练桑国鹏，有着年轻人的充沛体力和相对丰富的实战经验。在他的带动之下，队员们一忙完课业，就来到训练场，即便脚磨破了，也不会停止训练。有的队员受了伤，不能全程跟训，也一定要到训练场观摩并坚持适度训练。

没有天生的王者，只有科学加苦练的冠军。金牌获得者陈晓威说：“每当我来到训练场，看到身后这面贴满了荣誉证书的光荣墙的时候，心里就非常满足和骄傲。这一张一张积累下来的荣誉证书，是对整个团队、教练和每个成员的付出的一种认可。我开始训练的时候，算是队里比较懒的一个，一些动作应该做5个，我觉得累只做3个，慢慢地就跟不上训练进度了。后来，桑教练发现了我的偷懒苗头，通过私下交流，引导我严格要求自己，才拿到了今天的金牌。”

