



随着校运会建设高水平运动队，高水队员分为甲A组、甲B组、乙组。高水平运动员均为单成员，包括国家一级运动员、国家二级运动员。乙组则是普通的游泳爱好者，甲A组成员是从小从事游泳训练、经考核过专业队、通过游泳特长加分进入学校的同学。高社社甲A组游泳运动员有夏雨和孙琪琪两人，2012年甲A组成员增加到3人，甲B组成员成为专业队队员，我校今年将开始甲B组队员的招生。我校篮球队甲组成员有12人，2012年，甲组成员增加到13人，其中，国家一级运动员有7人，国家二级运动员有3人。

我们身边的高水平运动员

与水连成一线的生活

■学生记者 舒静

如同电影《少年派的奇幻漂流》中反复出现水覆盖的全景一样，由舒静于水中的游姿可知，他们的生活也已与水融为一体。

游泳队每天都有常规性的训练，每次基础训练在3个小时左右，训练内容包括身体力量训练和水下各种泳姿训练，需要训练包括跑跳、仰推、坐姿蝶泳、憋气训练、蛙泳、蝶泳，还有相对于普通女生场馆做到

游泳高水平运动员舒静舒心生
于1981年，3岁起就开始练习游泳，
少年被体校招录后，1996年获得漫
容县业余冠军，此前在荔浦体校训



游泳高水平运动员舒静

拉水上都会有机训这一项目，游泳队就是他们的队，然而对于农光职业技术学院，他们从没想过接触一两次，“游泳运动员都是这样过来的，我已习惯了这种痛苦的习惯”，舒静说。而且，他们并不希望自己的其他同学有任何闪失，就算在比赛中获得优秀的成绩后，他们也不希望因此而受到特殊的关注。训练、比赛，这只是他们生活的一部分。

舒静在高中中学担任了7年的游泳教练，2011年，舒心开始担任我校游泳队总教练兼教练。

在训练方面，舒心秉持着“训练正规化”的原则，严格要求训练纪律。训练时不能讲话，要求训练速度节奏快，甚至每节课上五至八次的次数，平时队员的训练不能缺席训练，队员们一周至少上六次课，课程全部安排在课余时间，每堂游泳课训练时长1小时，中间会有短暂的休息，而比赛前的训练一课会有7次课，通常，运动员们晚上3点半就睡去体育馆训练，到8点训练结束后才回去睡觉吃饭。

作为一名80后，舒心坦言自己与队员之间没有代沟。升入大学，不少队员在训练上都会松懈，舒心认为，此时更需要教练员激励队员们向更高的目标。

“大男孩”们的篮球故事

■学生记者 陈雷圆



在校三年，有这样一群人，他们是一群“大男孩”，每天和我们一起奔走于各个教室，但是当我们在宿舍中休息时，他们或在训练场上挥汗如雨，或在赛场上激情拼搏。他们就是首都经济贸易大学篮球队队员。队员虽是男的也有3名，女的也有1名，1.83米，无论走到哪里的那个角落都是众人的焦点。由于身高臂长，学校订做了长为2.2米的网。运动员姚明还说自己的饭量很大，“每个月的饭费没有300块，但我的饭量相当大于大多数女生的3倍。”

篮球运动员训练的节奏

用汗水铸造篮球梦

■学生记者 张益嘉

卖力地奔跑在篮球场上，挥洒着青春的汗水，这就是篮球运动员的训练日常。作为篮球队的训练主任，他为篮球队的训练注入了大量的心血。他为篮球队员每天训练6天，每天至少1小时，有时工作时间甚至会更长。他每天都会在训练前进行力量训练，队员拖着他的朋友陈锋说：“运动员每天都要多练习，肯定会受伤，特别是像陈锋这样对篮球训练的运动员，身上肯定会有许多伤。不过每次受伤后，他们都很快乐，从头想起过去篮球这项运动。”另外，篮球运动员的训练与学习时间常常冲突，训练强度也会根据队员的承受能力调整。队员陈锋说：“基础训练很辛苦，多少也会占用自己学习的时间，但是学校在各方面都为我们提供了方便。”队员们在憧憬未来的的时候，同时也在不断调整自己的生活方式，平衡学习与训练之间的关系。



篮球运动员正在训练

里，来自下肢球员们的营养伙食，特别准时在比赛中受伤倒下的队员，卖力地迎接自己家庭的归宿。

2012年，篮球队花了4个月的时间来备战11月的CUBA冬季锦标赛，最终取得了北京赛区第七名的成绩，实现了“保八”目标，虽然“争六”的目标没有实现，但篮球队员们并不失望。经过一个月的刻苦训练，我校和其他高校的差距在不断缩小，实力有了明显的进步。校级男篮三战力克“北京弱旅”的目标实现。

游泳队	
2011 年 首都高校游泳锦标赛	甲 A 组团体第五名
2012 年 首都高校游泳锦标赛	甲 A 组团体第五名
2012 年 首都高校游泳冠军赛	甲 A 组团体第五名
篮球队	
2011 年 11 月 CBA 联赛	北京赛区甲组第五名
2012 年 11 月 CBA 各项选拔赛	北京赛区甲组第七名
2012 年 春季联赛	甲组男子北京赛区第七名

(部分奖项)

◎微感言

◎舒静：我叫舒静，是贸易经济专业的二年级生，也是一名篮球运动员。时间飞逝，眨眼间我就已经来到首经贸两年了。两年前，文化课、训练课让我一头雾水，我曾怀疑自己是否有能力完成学业，但是我的家长和朋友们的陪伴和鼓励下，我也开始适应了这里的学习与训练节奏。感谢陪伴我的人。

◎王子豪：我是2011级学生，也是咱们学校第一枚高水平运动员。我现在已经大二了，希望通过我们的努力和大家一件事一起再创辉煌，为校争光。平时我们上午上课要很多基础知识，下午的训练课要更加的投入。教练感谢你们，我们要以学习为主，篮球为辅。2012年7月底我们球队参加了CUBA的夏季赛，取得了很好的成绩。2013年1月10日起，我们又要开始集训备战1月20号的中国大学生冬季赛。希望你们再创佳绩。

◎国富：我对未来还是有规划打算的，希望将来能够出国深造，学习一些与体育专业管理相关的知识。这样，不仅成为教练，还可以更好地发展游泳这项运动。

◎雷圆：目前我不打算考港大，最主要考虑的是学习，虽然武汉读书很容易，但是文化底蕴及硬件设施还是有困难的。我希望，在训练的同时，自己要努力培养对学习的兴趣。

编者按:教师是人类灵魂的工程师,担负着教书育人的神圣责任,注重自身能力的增长成为必选课题。2012年7月,我校校党委讨论通过了旨在全面提升教师重要性和能力的《教师计划》,实施的“五大工程”中有一项“铸魂工程”,提到利用暑假开展教师社会实践活动,这对于高校教师深入了然国情、接触实际,深化认识,提升能力具有十分重要的现实意义。自2006年以来,我校累计400余名青年教师参加了社会实践活动,整理出版社会实践文集6本。

大庆油田考察启示录

■ 杨世忠

2012年,我参加了校工会组织的赴大庆油田考察团队伍,无身外“聘礼”。为什么选择大庆油田?这不仅因为大庆油田曾是校园工业改造的一面旗帜,毛主席号召“工业学大庆”,而且,铁人精神、大庆精神、“三老四严”作风和大庆精神深深影响了我们。

启示之“干”

过去,在人们热衷于批判“三讲义唯生产力论”时,铁人王进喜说“干,才是马列主义;不干,率属马列主义没有”。确实,大庆油田的繁荣严谨是干出来的,不是成天喊大口号出来的。今天,勤劳的中国人民正在“干”富民强国的伟大事业。干,是主人翁精神的体现。

启示之“实”

大庆人的奋斗目标把工作任务立足于实际操作的,用资金的积累角度和无处不在的思想起着工作积极性,事事有人负责,件件做到底。进行包装评比,要讲真话,数据与树立典型一定要真实,或虚必经真言。

启示之“棒”

“成绩属于不知疲倦样子”。千军万马士气,劳模勤奋工作,是大庆油田的特色。大庆的干部要能做到“干部跟职工同吃、同住、同劳动、同解决生产问题、同娱乐”。机关工作人员要实行“三分之一理论办公,三分之一路跑了解情况,三分之一在基层搞出摸底”。机关工作要“面向生产、面向基层、面向群众”,党要领导要做到“四个公开”,思想公开、决策公开、工作公开、生活公开。

启示之“严”

大庆人讲“三老四严”,其中“对每项工

要有严格的要求,严密的组织,严肃的态度,严明的纪律”就显现出一个“严”字,故工作中要使用的“四个一”,既更好好差一个样;环境天气好天气一个样;领导不在和领导在还有一个样,没有人检查和有人检查一个样。

启示之“细”

以工人的工作交接为例,“任务不清,不交不接,质量要求和堆码不明,不交不接;设备保养不好,不交不接;工具、配件缺少、遗失,不交不接;工作进度不准确,有漏油、漏气、漏水、漏电等现象,不交不接;原始资料不全不看,不交不接;上班前下级的准备工作不好,不交不接。”对重要的生产部门要一点一点的交接,对重要的生产数据要一个一个的交接,对主要的生产工具要逐件的交接”。

启示之“创”

从早期的创业到今天的创新,大庆人始终在“创”字上下功夫。凭着创业精神,大庆人在茫茫荒原上打出一口又一口的高产井。凭着创新精神,从普普通通分层注水,到聚合物驱化剂配比,每一次石油技术的创新,都使一口又一口油井成为高产稳产油井,世界油田采收率平均35%,大庆油田达到了39%。

启示之“七”“献”

铁人王进喜“宁肯少活20年,拼命也要拿下大油田”的誓言激励成了现实,57岁大庆油田年轻的创业者是越来越年轻。大庆人不仅奉献石油,奉献管理经验,而且还奉献青春年华,奉献奉献生命。大庆人的奉献精神在铁人身上得到了充分体现。

(作者为党委常委、纪委书记、工会主席)

基于长春“一汽”考察的思考

■ 赵家章

最近期间,我校校工会组织去长春一汽进行社会实践,实地参观了汽车生产线,并与企业相关负责人进行了交流。以一汽为代表的试点,使我们深刻认识到企业改革的航向,对推进东北老工业基地问题的思考与建议。

一汽的发展是成功的。(但是,我们在立标杆,还有很多其它国有企业,在企业文化建设和改制的过程中,遇到了重重的困难,使得企业发展的步伐越走越慢,最后甚至停滞不前。)

当前,东北地区国有企业的主要面临着六大问题:企业办社会,富余人员和债务处理,企业办社会,损害了真正意义上企业的应有具有的性质和目的。而大量的富余人员造成了机构臃肿,效率低下的局面。再加上严重的债务负担,使得企业技术创新等一系列提高企业竞争力的措施无法实现。

同时,东北老工业基地吸引外资的竞争实力不足。良好的外资吸引环境是保障外资流入的根本,而与我国东部沿海地区相比,东北老工业基地在对外开放程度较低。

通过这次考察,我们认为,要实现东北老工业基地的全面发展,可以以下几个方面着手。

首先,最重要的是深化改革国有企业改革,构建现代企业制度,完善社会主义市场经济体制,这是振兴东北老工业基地的根本保障。但以目前国有企业的发展状况来看,国有企业改革尚未完全成功,究其根源,产权制度

改革尚未取得实质性进展是其中的关键。通过产权多元化的改革,解决国有企业的股权大、一股独大的问题。与此同时,加快推进价格机制的调整,真正落实政企分开,政府分开,真正让企业自主。

同时,解决国有企业的负债率是必不可少的。要尽快解决这个问题,必须从根本上消除国有企业的政治挂帅和行政干预的限制和制度根源,更好地促进国有企业的转换经营机制。

另外,一定要优化利用外资环境,积极吸引外资。在东北地区的国有企业改制缺乏资金以及盈利能力的情况下,通过改善投资环境,扩大开放,吸引引进外资和内资参与国有企业的改革和重组,是为振兴东北老工业基地国有企业改革的一条捷径。

在这个过程中,我们需要重视技术创新和自主知识产权。从一汽成功的例子可以看出,自主创新对于一个企业的发展具有非常重要的作用。深化改革国有企业改革同振兴东北老工业基地的资源和人才优势,在技术改造推动产业升级的基础上,加强以核心技术为指导的技术创新能力,鼓励企业创造自主知识产权,从根本上提高企业的核心竞争力。东北地区的宏观经济振兴,必须把振兴东北老工业放在重要的战略地位予以考虑,走出一条科技含量高、经济效益好、资源消耗低、环境污染少、人为资源优势得以充分发挥的新型工业化之路。

(作者为经济学院副教授)



2011年,我校中青年教师参观鄂尔多斯油田生产一线
齐静 摄



2012年,我校中青年教师社会实践活动长春一汽流水线 李力夫 摄

大庆油田内部控制现状及完善建议

■ 王凡林

2012年7月22日至31日,校工会组织青年教师声势壮大。大庆油田有限公司责任公司,进行社会实践,其中的模块之一是了解大型国有企业的内部控制,并提出意见和建议。

通过跟大庆石油管理局的座谈以及生产现场的参观,我们发现公司在实施内控过程中的一些问题亟待解决和改进之处。

首先,部分公司管理层太长,总的对企业的负责往往监督不到位,这样是直接的风险是不能及时发现,不能及时响应市场,也不能预防风险。其次,下属个别单位的风险管理工作起步慢,单位间的风险管理制度、机制不同,执行力等还不够强。同时,下属个别单位风险管理的决策、执行、监督和评价等环节的衔接还需要进一步加强,需要对相容和不相容职责进一步明确。另外,个别单位在信息化建设方面存在基础不够牢固和对信息化管理支撑力度不够的问题。

针对上述问题,我建议采取如下措施进行完善:

首先,是建立风险管理机构,明确相关职责。公司风险管理委员会和信息部和负责组织、协调和实施公司全面风险管理工作,各经营单位也应建立风险管理机制,对经营决策、报告并有效应对风险,避免重大损失的单位和个人予以表彰和奖励。对违反风险管理规定的,视情节按公司有关规定追究责任。

与此同时,相关部门要进行风险识别与评估,各级经营单位由特许经营并收集战略规划、产品开发等方面的风险信息和案例,建立风险管理数据库,各级经营单位主动识别和评估本单位经营活动中风险和防范措施,建立健全重点监督机制,当经营环境发生重大变化时,各级经营单位应及时对可能造成的影响进行评估。

周风险意识相对应的,企业还应进行风险监控与预警。各级经营单位应建立风险管理预警机制,锁定监控范围和内容,结合组织结构和预警区间,当内外部经营环境,或风险规则发生重大变化时,立即启动预警研究,及时进行预警。

上述工作整理好后,便让独立风险应对分析及方案,各级经营单位针对风险隐患将定期进行风险动态分析,采取不同风险积极应对。各级经营单位应组织落实公司重大风险管理解决方案,根据风险评估结果制定并落实具体的重大风险管理解决方案。

最后,做好相关环境后,企业对风险管理进行评价并根据不足加以改进,是不断完善和提升风险管理工作的必要途径。各级经营单位应建立风险管理评价机制,对及时识别、报告并有效应对风险,避免重大损失的单位和个人予以表彰和奖励。对违反风险管理规定的,视情节按公司有关规定追究责任。