

快手 记录了了不起的中国人

心怀一方天 故里筑星梦

——访白城市资深乒乓球教练王有恒

城市晚报白城讯 每个人都有自己的梦想,这个梦想描绘着人生最美的风景;这个梦想承载着太多的泪水与欢乐,而最有情怀的梦想,终是离不开孕育、生养的那片土地。

身为一名自少年起就多次蝉联原白城地区乒乓球赛冠军的优秀运动员,多年以来,王有恒教练四海为家,为国家培养了很多优秀的乒乓球人才,虽然收入不菲,桃李遍地,但在临近花甲之年,每每想起家乡白城,他的心中就涌动着强烈的使命感。这也许是身为60后那代人所特有的情怀。4年前,心怀为家乡培养优秀的乒乓球选手、为家乡乒乓球事业尽一份绵薄之力的愿望,王有恒回到了白城,创办了“有恒乒乓球强化培训中心”。近日,记者走进培训中心采访了王有恒。



余梦未了 壮志存心

“要稳、要准、要狠!”正在陪学员训练的王有恒一边发球一边提示着学员周博。当满满一小推车的乒乓球被王有恒发完后,接发球训练告一段落,王有恒随即就周博刚才在接球时的技术进行纠正。王有恒笑着说:“这孩子跟我学3年了,基础不错,只要他肯下功夫训练,日后定会出成绩的。”王有恒说这话时,眼中充满了期待与欣慰。

趁着训练休息时间,王有恒与记者聊起了自己从一名运动员成为教练员的历程。

王有恒1962年出生于白城,受父亲及兄长们的影响,他7岁开始学打乒乓球,许是与生俱来的天赋所致,仅学习一年乒乓球的王有恒就进步极大,8岁进入白城市体

校乒乓球队。从此,训练占用了他所有的课余时间,而他的进步也是突飞猛进。10岁那年,他获得了白城地区乒乓球赛少儿组第一名的好成绩,从此,又数次获得该项目的冠军。1982年,王有恒进入青年组参赛,蝉联白城地区乒乓球赛青年组冠军多年。

1978年,王有恒光荣参军到部队。在部队,乒乓球依旧是他的最爱。1980年转业后,他回到了白城。1984年,他因过人的球技被调入原白城市城管局。随后每每有乒乓球赛事,王有恒都会为集体赢得荣誉。随着年纪的增长,王有恒萌生了教学的想法,自己总有打不动的那天,而培养更多优秀运动员则不是更有意义吗?于是,1998年,王有恒离开了家乡,赴外地从事乒乓球教学。

游走于外 心牵故里

前进的步伐总是要迈得更远。为了提高自己的教学水平,自1998年开始,王有恒先后到松原、深圳、内蒙古的通辽从事教练工作,为当地培养了大批乒乓球的优秀人才。2000年,王有恒应白城体校的邀请,回到白城开办了“白城体校乒乓球分校”,专职培养专业参赛选手,近百名学员的训练是全封闭的。很快,在王有恒的全身心投入下,3年多的时间,乒乓球选手可谓人才辈出,涌现出了获得国家体育总局颁发“一级运动员证书”的梁海亮及被选进“八一”乒乓球队的尹哲华等一批优秀的学员。如今,当年分校的那批学员,很多在北上广任教。

为更好地提升自己的教学水平,2004年,王有恒结束了白城体校乒乓球分校的训练,到黑龙江省大庆市开办了自己的训练馆,一干就是6年。期间,为了学习到更先进的教学方法,王有恒在球友的帮助下,来到辽宁省专业队及在江苏省南通的中国乒协乒乓球运动协会学校进行学习。当年乒乓球的中国乒协乒乓球运动协会学校是由蔡振华和南通市政府合办的乒乓球训练基地,主要向国家输送了大批人才,王有恒在那里学到了全套的训练流程。善于钻研的王有恒结合学员的各自特点因材施教,使学员在省内外各种赛事中表现优秀,佳绩频出。

可是在外的时间越久,心里对家乡的牵挂就越重。每次带学员在外面参加比赛时,王有恒总希望能看到白城的选手。乒乓球运动是一项以技巧性为主,身体体能素质为辅的技能型项目,教练员水平的高低直接影响着运动员的技术。看到其他省、市的乒乓球运动员水平不断提高,而白城的专业选手却寥寥无几时,他心里总有种失落感。“在外地教得再好,却不能用自己的技术为家乡的乒乓球事业出力,心里常生起愧疚感。”王有恒说到这里很动情。

2013年,王有恒回到了白城,他决定要在自己的有生之年,为家乡的乒乓球事业贡献一份力量。于是,“有恒乒乓球强化培训中心”正式成立了,闻讯而来的家长都希望自己的孩

子能得到王有恒的真传。但是,为了培养最优秀的运动员,他在选收学员时格外严谨,除了在乒乓球方面有基础、有天赋外,他要求学员以德为本,要能吃苦,做事要认真、有韧劲。

韬光养晦 厚积薄发

王有恒介绍,为培养出高素质的乒乓球选手,自己开办的这个乒乓球强化培训中心,是专业化的一对一教学模式。他时常鼓励学生要全面发展,当初在招生时,第一条要求就是学生要喜欢乒乓球这项运动,因为兴趣是最好的老师,只有这样才能克服训练过程中的苦与累。在挑选学生时,通过与家长、学生的多次沟通,了解每名学生的爱好、特点,然后有针对性地制定教学课程。王有恒信守:一个好的乒乓球运动员不仅需要自身条件优秀、刻苦,更需要教练员的正确指导。

“我教学生是希望培养出‘种子’选手的,教学生打球既要有技术、有体力,更要有责任心,只有这样才能帮助学生成就美好的人生目标。”王有恒的话朴实而令人感动。正因为王有恒的这个理念,让他在付出辛劳的同时,得到了为师者的那份喜悦与成就感。提起自己的学生,王有恒充满了希望,目前虽然陈宇奇、高子宁、孟新浩这几名学生在夯实基础过程中,但王有恒相信,只要在自己的精心培育下,在学生们的刻苦努力下,在不久的将来定会取得更大进步。不难看出,在这些学生的身上,也承载着王有恒为白城乒乓球事业奉献的一颗赤子之心。

王有恒表示,自己小时候,原白城市曾是白城地区的乒乓球样板,而今眼看着周边地区的乒乓球运动员水平都逐渐赶超咱们了,心里难受。为此,自己要立足白城实际情况,培养出白城自己的优秀“种子”选手,才不负此生所爱、所求。

在乒乓球运动中,攻是眼疾手快,守是固若金汤,攻、守无常,何尝不似我们起伏的人生?面对多变的人生,胸中有大格局,才能从容应对。王有恒就是这样的人,把一辈子奉献给最热爱的事业,把一颗诚挚之心回报给最留恋的家乡,在得失之间闲庭信步,在成败之中笑看人生。 / 记者 薄秀芳 报道 刘冠男 摄

白城市平价商店和农贸市场主要副食品价格

2017年9月25日

单位:元/500g

商品名称	规格等级	平价商店						农贸市场		市场平均价格
		欧亚超市	天和超市	明客多超市	大润发超市	中智超市	小崔超市	瑞光市场	吉鹤市场	
大米	普通大米	2.35	2.00	2.28	2.35	2.19	2.30	2.30	2.30	2.35
精粉	50斤袋装	2.10	2.00	1.78	2.16	1.99	2.10	2.20	2.20	2.16
豆油	桶装5L	45.90	47.00	45.90	48.78	45.90	44.9	50.00	50.00	48.78
猪肉	后臀	12.00	11.99	10.68	10.90	10.99	12.4	12.00	13.00	12.45
牛肉	去骨后腿肉	27.50	-	28.38	-	27.99	28	27.00	27.00	28.08
羊肉		-	-	29.98	-	29.69	29.7	26.00	27.00	29.70
鸡蛋	新鲜完整	4.78	4.59	4.19	4.40	4.79	4.49	4.70	4.70	4.84
活鲤鱼	1千克左右	7.20	6.99	6.99	7.50	7.50	6.99	7.00	8.50	7.69
青椒	新鲜一级	1.28	2.10	1.99	1.68	1.29	1.49	2.00	1.50	2.10
豆角	架豆王	2.98	2.99	2.99	2.98	3.29	2.99	3.50	2.00	3.41
西红柿	新鲜一级	1.48	1.49	0.99	1.78	1.79	1.49	2.50	2.00	2.14
茄子	不同季节市场	1.18	1.69	0.99	0.99	0.99	1.39	2.00	1.50	1.78
水黄瓜	主流品种	0.98	1.49	1.49	1.82	1.29	1.49	2.00	1.50	1.82
芹菜	新鲜一级	1.58	1.49	1.80	1.84	1.39	1.29	2.00	1.50	1.84
蒜薹	新鲜一级	5.48	5.48	4.99	5.48	5.29	4.99	5.00	5.00	5.48
土豆	新鲜一级	0.98	0.69	0.99	0.58	0.99	0.39	0.80	1.00	1.03
甘蓝	新鲜一级	0.68	0.99	0.49	0.98	0.99	0.69	1.00	1.00	1.06
大白菜	新鲜一级	0.68	0.49	0.49	0.85	0.29	0.19	0.80	0.80	0.85
洋葱	新鲜一级	0.88	0.69	0.99	0.98	0.99	0.69	1.50	1.50	1.19
韭菜	新鲜一级	2.94	1.99	2.90	2.94	2.49	2.94	3.00	2.50	2.94

备注:“—”代表无货或缺货

白城市价格监测中心 白城市商务信息中心 提供

通榆县瞻榆镇商会 情暖夕阳

城市晚报白城讯 捧出一颗心,人间春常在;献出一份爱,温暖满胸怀。为传承尊老、爱老的传统美德,通榆县瞻榆镇商会充分发挥个体工商从业者创造财富回报社会的精神,启动了“关爱老人,情暖人间”活动。

前不久,瞻榆镇商会第一个会员单位来到瞻榆镇社会福利服务中心慰问生活在这里的老人。商会会员用自带的新鲜的鱼、肉等食材,做了丰盛的可口美食,让老人们感受到了社会的关爱。通过与老人们亲切的拉家常,会员们了解老人们的近况和需求,确定了下次探望时需要帮助解决的问题。会员们的无私大爱让老人们切实感受到了来自社会大家庭的亲人般的陪伴和家的温暖。

“传承中华民族尊老、敬老美德,积极参与社会公益活动,是我们回报社会的最好途径。”瞻榆镇商会会长赵兴旺在接受采访时说,“关爱老人,情暖人间”活动将以常态形式开展下去,每周日将有一名商会会员自愿出资300元人民币,帮助瞻榆镇社会福利服务中心(敬老院)的老人们改善伙食,并与老人共进晚餐。一年52周,每周开展一次活动,按300元一次计算,全年活动费用约需1.5万元。截至目前,报名参与活动的会员人数已超过20人,充分展示了瞻榆镇商会的凝聚力、号召力和团队精神以及大家的爱心。 / 郭洪伟 记者 薄秀芳 报道