



短跑体能训练。

图
文
通
讯
员
张
才
伟
记
者
刘
锋
兰

入警初体验如何? 记者走进警营探访百余名新警

山海壮丽,警旗飘扬。当清晨的第一缕阳光从海平面穿出,万丈光芒照耀着海面,浪涛层层叠起,不远处的训练场上传来“一二一、一二一”口号,似有默契地与海面泛起的浪花交织,共同为一个特别的日子奏响华章。

2024年1月10日是第四个“中国人民警察节”,也是茂名市公安局第48期新警迎来的第一个警察节。一大清早,他们便在茂名市公安局人民警察训练学校的操场上出操,把前一天学习的队列姿势再练习再巩固。

2023年12月4日,茂名市公安局第48期新警培训班正式开班,113名新警学员一同走进警营。在这里,他们将要进行为期半年的入警培训。1月10日,记者特意来到警营,感受他们的入警初体验。

训练之路没有捷径

“队列训练中我觉得最难的就是踢正步了,手举脚出,怎么才可以和队员们的动作保持在同一水平线上呢?”新警陈容波向训练教官张才伟问道。“一个字,练!”张才伟说。

的确,训练之路没有捷径可循,想要姿势标准,动作到位就是反复地练。教官口号一出,新警们个个抬头挺胸,两肩后张,收腹提臀,目视前方,身体前倾。

“齐步走,一二一、一二一、一二三四。”随着口号的节奏,队员们踏步掷地有声,踢腿在同一高度。但队里有个学员走神了,慢了一拍,全体只得再来一遍。练不好就加练,直到满意为止,这是常态。

“这一次,加上摆臂。”队员们手臂上端下坎,摆臂时擦到裤缝线,“唰唰唰……”单是听这轻擦裤缝线的声音,就可以判断这次训练大家动作利落,无一落队。

“过!”教官话音刚落,队员们忍不住给自己鼓掌打气了。踢正步不仅考验自己的动作标准,更加考验整个队伍团结协作的默契,能获得教官的肯定来之不易。

队列训练是人民警察的基本功,也是新警入警培训的第一课,服从命令听指挥,整齐划一比赶超,在一声声口令中,全体学员洒汗训练场,稍息、立正、停止间转法等每一个规定动作从业余到标准,背后都是严格的操练、汗水的浇灌与意志的磨炼。

内务管理“锱铢必较”

出门看队列,进门看内务。站在从警的起点上,新警们的职业生涯才刚刚开始。警校在抓好日常训练的同时,以内务管理为落脚点,持续强化纪律作风,不断提升从警纪律意识。

一展一折见真功,一叠一放显细致,一平一竖求严谨,一方一正塑风华。起床的哨声响起,学员们要做的第一件事,便是叠被子。

铺平、压实、翻折,挑细节、折直角、捏线条……经过一个月的训练,新警们的叠被动作行云流水,很快一个个“豆腐块”被整齐摆放在床头一角。

从软踏踏的“面包卷”到有棱有角的“豆腐块”,过程并非简单,每一个步骤都要严格按照规范进行,每一个过程都要细心耐心,每一处细节都需要用心修整,才能真正做到从“无型”到“有型”。

“叠被子的过程我们收获的不仅仅是有型的‘豆腐块’,更是对自我心性和意志的磨炼,让我们少了一些稚气,多了几分坚韧。”新警黄冠霖说道。

除了叠“豆腐块”,床铺也要平整不能有褶皱,桌面东西要统一朝向摆放整齐,真可谓是锱铢必较。但在严苛的内务要求背后,是教官们的良苦用心,从日常的点滴细节中磨平新警的性子,帮助新警养成良好的行为习惯,把从警铁律刻在心中、融入生活。

再苦再累初心不改

113名新警入营训练已有月余,他们晒黑了皮肤、强壮了身体、提高了技能、磨练了意志,虽然过程有苦有累,但他们从未想过放弃,因为……

“在进入警营之前,我是一名医生,现在是一名警察,两者不同的身份,但却有一个共通之处,就是尽全力保护好人民群众。而且,在当医生的时候就要求体力要很好,没想到当了警察,这方面的要求更高更严格了,所以这次新警培训既是挑战,也是对自己的突破。”新警林冬玲说道。

“儿时曾亲眼目睹父亲遭遇飞车抢劫,从此更加嫉恶如仇,立志成为警察,打击违法犯罪。”新警朱冰珊谈道,“从孩童时期的梦想变成了日复一日的真实人生,我很珍惜,也会继续努力。”

“父亲年轻时未能如愿实现从警梦,如今在满足父亲心愿的同时也深刻感受到人民警察的荣誉感,切身认识到所肩负的责任与使命,立志要为党、为国、为人民成为一名优秀人民警察。”新警庞力嘉说道。

警察节到来,新警们有话

“我将勇毅前行,守护万家灯火。”新警蒋东晓说道。

“从军绿到藏蓝,衣服颜色变了,但为人民服务的初心没变!”新警陈天华说道。

“人生第一个警察节!学好习就是过好节!”新警廖展说道。

“今朝唯我少年郎,敢问天地试锋芒!”专属的节日充满荣光,崇高的使命催人奋进。通过日复一日的训练,新警们必将抗牢肩上这份沉甸甸的责任与荣耀,尽快完成角色转变,褪去稚嫩与青涩,增添热血与豪气,努力为茂名公安事业发展贡献青春力量。

茂名市百场文明宣传走进乙烯北社区 问卷调查汇民意 文明宣传入民心



市民扫码参与问卷调查。

茂名日报社全媒体记者 李颜东 摄

茂名晚报讯 记者 和沛蓉 1月10日,“创文齐参与 共建好新城”茂名市百场文明宣传走进乙烯北社区,包联单位茂名市直机关工委、茂名市住房和城乡建设局、乙烯北社区居民委员会、茂名市物业管理行业协会、茂名华达石化物业有限公司、粤西资讯网、茂名市展翼服务总队等派出人员组成志愿队伍,广泛动员群众参与创建全国文明城市工作,提升群众对创文工作的知晓率、支持率、满意度。

“您好!我们是志愿者,茂名正在创建全国文明城市,耽误您几分钟,填写一份创文调查问卷。”当天晚上6点,在乙烯生活二区,志愿者们利用群众晚上闲暇时段,以“摆摊”“扫楼”的形式开展宣传活动,向居民发放创建全国文明城市的宣传资料,介绍我市创建全国文明城市工作的重要性,并向居民派发纸巾等小礼品,邀请居民填写调查问卷。

志愿者们向居民逐项讲解问卷内容指导住户填写,认真了解和收集群众对创建全国文明城市工作的满意度以及对创建工作的合理意见建议,并号召群众从自身做起,从身边小事做起,要讲文明话、办文明事、做文明人,共同推进我市创建全国文明城市工作深入开展。

通过此次宣传活动,进一步加强了全国文明城市创建工作宣传,筑牢我市创建全国文明城市工作的群众基础。“茂名是我们的家,创建全国文明城市需要大共同参与。我会从自身做起,从身边小事做起,例如文明出行、礼貌待人等,做个文明市民,为创建全国文明城市贡献自己的力量。”陈叔说道。

预防学生欺凌 共建平安校园 罗坑镇开展安全教育志愿活动

茂名晚报讯 记者张永坚 通讯员陈墨文 曹春风 1月11日下午,在电白区罗坑镇目力小学一场由罗坑镇未成年人保护站联合罗坑“双百”社工站、目力村委进校园开展欺凌案例的模拟场景正在上演,给在场的学生进行安全教育和指引。

“小朋友知道哪些是学生欺凌行为?”活动伊始,罗坑镇“双百”社工首先邀请小朋友抽取“双百”社工提前准备好在魔术箱里的卡片,并通过有奖问答的方式,引导学生形容卡片里学生欺凌的行为,充分激发在场的学生参与活动的兴趣及初步感知学生欺凌的相关行为。接着,“双百”社工通过从“学生欺凌是什么、面对学生欺凌我们该做些什么、如何防范学生欺凌”等多方面以PPT、视频及现场演练等形式,教导学生们认识到学生欺凌事件的危害性,并鼓励学生们之间要学会相互包容,携手营造一个利人利己、文明、友爱的学习环境。

然后,社工邀请学生一起开展学生欺凌案例的模拟场景。场景中“A位同学被B同学不小心撞到,A同学召集多名同学对其恐吓,其他同学发现后及时告知了老师,预防学生欺凌的发生。同时邀请了一名小记者报道了这次学生欺凌行为的危害性及预防学生欺凌的方法。通过这样不同的角色扮演,生动形象的模拟了学生欺凌发生具体场景,并采访了在场学生们的感受,大家纷纷表示:“不希望看到身边有学生欺凌的事情发生,如果遇到学生欺凌也不要害怕,要及时报告老师和家长。”

活动最后,在场的师生和参加活动的工作人员一起玩手指互动小游戏,并现场教导学生们如何学会歌唱“更好的保护自己”防学生欺凌歌曲,让在场的学生对于防欺凌知识能有更进一步的了解。通过这次安全教育志愿活动,给学生们加强了对学生欺凌的认识,并深刻了解到校园学生暴力的危害,进一步提高了学生们抵制和防范学生欺凌的能力,为建设平安、和谐校园奠定了坚实的基础。