

记者直击茂名体校训练一线

摔跤、举重项目全力冲刺备战省运会

茂名晚报讯 记者和沛蓉 为迎接2026年省运会,茂名各参赛队伍的备战已进入关键阶段。1月8日,记者走进茂名市体育运动学校训练馆,实地探访摔跤、举重等项目运动员的火热训练现场。

当天下午3时许,体校摔跤训练馆内训练正酣。垫子上,既有运动员两两一组,进行着缠斗、抱摔的高强度对抗,动作迅猛,碰撞声与教练指令此起彼伏;也有队员在反复进行着倒地、翻滚、步法移动等技术动作的重复练习。每个人神情专注,全情投入。

茂名市体育运动学校教练员罗银介绍,队里60余名备战运动员以本地选手为主,目前队伍已为此次省运会周期备战近4年,今年进入最后冲刺。“当下正处于冬训关键阶段,日常训练以体力量储备和技术提升为主,就是想趁冬天狠下功夫,让运动员开春后各方面能力再上一个台阶。”罗银表示,备战期间队伍通过参加各种比赛及外训等方式不断锤炼,所有安排以冲击省运会为核心目标。谈及队伍状态,他信心十足:“经过前期积累,队员们如今斗志昂扬,每个人都有明确目标,我们对省运会的表现充满期待。”

在训练间隙擦拭汗水的女子摔跤运动员蔡璐冰对记者说:“每天这样高强度

的实战,就是为了把技术变成肌肉记忆。能代表茂名出战省运会,是一种荣耀,再苦再累都值得。每天醒来想的、睡觉前复盘的都是技术动作。”

转战举重训练馆,则是另一番景象。这里回荡着杠铃片碰撞的金属脆响和运动员发力时的低吼。记者看到,队员们正分组进行抓举、挺举的专项训练,每一次杠铃离地、上举直至稳稳支撑,都需要全身肌群的协同发力与技术动作的一气呵成。

据茂名市体育运动学校举重项目负责人黎春菊介绍,队伍共有48名运动员备战本届省运会,目前有35人在训练,有11人输送到省队、省体校训练,全队从去年11月开始为期5个月的冬训期。“运动员在冬训期间一天两练,早上以体能和技术动员为主,下午则重点进行专项、力量和身体素质训练。”黎春菊说,当前训练在保证基础力量稳步提升的同时,更侧重抓举、挺举专项成绩提高与功率的稳定性,旨在通过系统的冬训储备,为冲刺阶段打下坚实基础。

举重运动员康重山表示,日常训练虽苦,但队友的相互激励让坚持有了意义。对于2026年省运会,他目标明确:“不断刷新个人成绩,就是为了在关键赛



训练现场。通讯员赖昶杰 摄

场稳得住、举得起。我会全力冲击领奖台,为茂名争光。”

据悉,为全力备战省运会,我市对参赛项目进行科学布局,在传统优势项目上重点投入,优化训练保障。市体校相关负

责人表示,学校将全力做好后勤服务,配合教练团队的科学训练计划,确保运动员以最佳身心状态迎接大赛考验,力争在家门口举办的省运会上赛出风格、赛出水平,全面展现茂名健儿的风采。

产教融合育美业英才 校企携手谱合作新篇

茂名开放大学与广东韩夫教育科技有限公司签约共建美容美体艺术专业

茂名晚报讯 记者赖碧怡 刘静怡 通讯员陈均宜 为深入贯彻职业教育改革精神,推动教育链、人才链与产业链、创新链深度融合,近日,茂名开放大学与广东韩夫教育科技有限公司举行校企合作签约仪式,正式达成美容美体艺术专业共建共识。茂名开放大学党委书记、校长林里泉,党委专职副书记李春艳,广东韩夫教育科技有限公司董事长费冬民、总经理何健等双方领导嘉宾出席仪式,共同见证这一重要时刻。

签约仪式前,双方围绕专业建设核心议题展开深度交流。针对美容美体艺术专业的实训条件建设,双方就实训室装修设计标准、行业前沿设备引进等细节达成一致,计划打造集实操教学、技能实训、项目演练于一体的专业化实训空间,实现教学环境与职场场景无缝对接。在师资队伍建设方面,明确将构建“双师型”教学团队,通过企业技术骨干进校园授课、学校教师入企业实践的双向交流机制,让学生既掌握扎实理论知识,又习得行业实战技能。此外,双方还就招生宣传方案优化、生源质量提升、就业渠道拓展等工作交换意见,为专业可持续发展奠定坚实基础。

随着合作共识的达成,林里泉与费冬民代表双方签署校企合作协议书。此次合作紧扣“颜值经济”发展浪潮与美业人才市场刚需,依托茂名开放大学的教育资源优势与广东韩夫教育科技有限公司的行业资源积淀,创新“校企双主体育人、工学交替培养”模式,将课程设置与行业标准、岗位需求精准对接,涵盖美容护肤、美体塑形、化妆造型、半永久纹绣等核心模块,全力培养兼具专业素养与服务能力的高素质技术技能人才。

林里泉在致辞中表示,此次校企合作是学校深化职业教育改革的重要举措,学校将以专业共建为契机,持续优化人才培养方案,充分整合双方优质资源,为学生搭建更广阔的平台与就业通道。费冬民董事长则表示,企业将全力投入实训资源与行业资源,深度参与人才培养全过程,实现校企资源共享、优势互补,为企业输送更多符合市场需求的实用型人才。

此次签约标志着茂名开放大学与广东韩夫教育科技有限公司的合作迈入实质性阶段。未来,双方将以美容美体艺术专业为纽带,持续深化产教融合协同育人机制,在课程共建、师资共享、实习就业等方面开展全方位合作,书写校企携手、共育英才的崭新篇章,为地方美业产业高质量发展注入强劲动力。

未来一周晴朗干燥天气维持 早晚寒冷,注意添衣

茂名晚报讯 记者冯小飞 通讯员谢韶 据市气象台预计,今日起至未来一周大部时段,我市以晴朗干燥天气为主。其中,今明两天受冷空气补充影响,早晚寒意明显;12日起,白天气温逐日缓慢回升,早晚仍寒冷,注意添衣保暖。

据监测,1月8日08时至9日08时,我市各地晴天,中北部山区

出现低温天气,局部伴有霜冻,最低气温5到10℃(中北部高寒山区1到4℃),市区5.4℃;最高气温20到22℃,市区21.4℃。

预计,10日,晴天,最高气温21~23℃,最低气温5~9℃(山区1~4℃);11日,晴天,最高气温21~23℃,最低气温7~10℃(山区3~5℃);12到13日,晴间多

云,白天气温逐日缓慢回升,早晚寒冷。展望14到15日,晴朗干燥天气持续,早晚仍寒冷。

市气象台提醒,天气寒冷,需注意添衣保暖。森林火险气象风险极高,需注意用火用电安全。冷空气影响期间沿海海面风力较大,需注意海上作业和海上交通安全。

爱心护航 筑梦成长

七迳公益事业促进会开展公益助学活动

茂名晚报讯 公益助学行,温情满校园。1月8日上午,电白区七迳镇新屋仔小学操场暖意融融,彩旗飘扬。由七迳公益事业促进会主办的“爱心护航,筑梦成长”2026年公益助学活动在此温情启幕,用物资捐赠、文体互动与入户走访的多重关怀,助力乡村教育发展,关爱学生成长,为乡村孩子们的成长之路播撒温暖与希望。

七迳公益事业促进会会员们将雨伞、水杯、书籍等实用物资分批送到学生手中,同时为困境学生发放慰问金,每一份物资都承载着沉甸甸的关怀。学生代表怀着感恩之心发言,稚嫩的声音里满是坚定:“我们会珍惜这份爱心,努力学习,将来也做爱心的传递者。”学校负责人代表全体师生向七迳公益事业促进会赠送锦旗,鲜红的锦旗上“厚德载物润童心 春风化雨助梦行”的字样,道尽师生的感激之情;学生们则献上亲手绘制的画作,用斑斓色彩表达对爱心人士敬意。七迳公益事业促进会党支部书记、创会副会长刘启桃分享了深耕公益助学的初心:“这份爱心不仅是物资上的支持,更能激励孩子们奋发向上,让教育之路更有温



度,我们将持续关注乡村教育需求,用实际行动为孩子们搭建成长阶梯,让爱心在传递中生根发芽。”

学生风采展示环节精彩纷呈,孩子们带来的朗诵声情并茂,字里行间洋溢着对生活的热爱与对未来的憧憬,赢得现场阵阵掌声。运动赋能环节更是热闹非凡,篮球教学体验中,志愿者耐心指导孩子们运球、投篮技巧;集体跳绳、个人跳绳、踢毽子等趣味运动项目轮番上演,孩子们跃动的身影、欢快的笑声回荡在校园,现场还为参与运动的孩子颁发小礼品,让欢乐与收获并存。

七迳公益事业促进会会员们还前往山岚村和马鹿村的3户学生家庭开展入户走访。在学生家中,会员们与家长亲切交谈,详细了解孩子的生活与学习情况,送上爱心物资和慰问金,鼓励孩子勇敢面对困难,在关爱中茁壮成长。

此次公益助学活动,不仅为新屋仔小学的孩子们带来了物质上的支持,更给予了精神上的慰藉与鼓励。七迳公益事业促进会以实际行动践行社会责任,让爱心跨越山海,让希望照亮乡村教育之路。

(茂名日报社全媒体记者 陈俊明 黄天雄 通讯员 谢进峰)