

江门“00后”小伙冯伟浚扒龙舟气势勇猛“火出圈” 传承龙舟精神 激发拼搏热情

“中东西龙舟队的真汉子！”“展现男人魅力与力量之美，彰显中国龙之拼搏团结进取精神！”“中东西摇大哥，这样的‘明星’值得追！”“满满的阳刚之气，这才是男人该有的样子。”……在日前结束的“龙腾三夹·鹤舞昆仑”2023“农商银行杯”鹤山龙舟文化季活动中，担任沙坪街道中东西龙舟队1队“头槁”的“00后”龙舟运动员冯伟浚，因其充满爆发力的划船动作和扒龙舟时奋力拼搏的表情所展现出来的勇猛气势而“火出圈”，被网友称之为“摇大哥”。

据介绍，“头槁”是众槁手中的高手，是龙船的活龙头，主要负责指挥并控制龙头的方向，其动作节奏可影响全体队友的发挥。在“头槁”冯伟浚的带领下，队友们拼尽全力快速划桨，龙舟如同火箭般乘风破浪。最终，经过激烈角逐，中东西龙舟队1队获得甲组冠军。

6月23日，记者来到沙坪街道中东西村，找到“摇大哥”冯伟浚，了解这位“00后”龙舟运动员与龙舟的故事。

江门日报记者 张舜同



冯伟浚接受本报记者采访。
陈俊锋 摄

全队最年轻的龙舟运动员

在当天比赛中，坐在中东西龙舟队1队龙头位置的运动员便是冯伟浚。只见他双手高举船桨，头与身体随之大幅后仰，接着以迅猛之势弯下身体，用力将船桨划入水中，这充满爆发力的动作，让他那飘逸的金黄色头发像狮子的鬃毛般上下甩动。在他的带领下，队友们奋力划桨一路“狂飙”，迅速超越对手近一个船身的距离。此刻，冯伟浚并没有因为超越对手而放松懈怠，而是更加奋力地重复着刚才的动作，直至队伍冲过终点。

龙舟赛上，冯伟浚为什么如此“拼命”？冯伟浚向记者给出了答案：“因为热爱！”

“我爷爷曾经是一名龙舟运动员，总会为我科普一些龙舟文化知识，并和我分享以前参加比赛时的趣事。在他的影响下，我从小便对龙舟有着浓厚的兴趣，总想着有朝一日可以成为一名龙舟运动员，驰骋在江河之上。”冯伟浚说。

冯伟浚7岁时，按捺不住地问爷爷：“爷爷，我也想学扒龙舟，可以教我吗？”这句话让爷爷十分欣喜，便带上冯伟浚利用家里的一条小水泥船，手把手教他扒龙舟技巧，打开了冯伟浚成为龙舟运动员的第一道大门。

在爷爷的悉心教导下，冯伟浚不仅学习了扒龙舟的技巧，更深入地学习了许多龙舟文化知识。在学校里，他经常向同学们分享自己学习扒龙舟的经历以及龙舟文化的相关知识，不知不觉地成了班上的龙舟文化“小传承人”。上初中后，他常常会在周末约上几位好朋友，一起到古劳镇扒小艇，过一番“划船瘾”。

冯伟浚的爸爸冯喜胜告诉记者，为了有朝一日可以参加龙舟比赛，冯伟浚一直坚持严格控制自己的饮食与作息，积极加强锻炼。2018年，17岁的冯伟浚参加了中东西龙舟队队员选拔，最终通过选拔，并获“力王”称号（即在遴选测试中各项获得第一名的人），成为全队最年轻



网友点赞这群龙舟小伙正是中华男儿阳刚与力量的典范。 郭永乐 摄

轻的龙舟运动员。

“冯伟浚拥有着较高的天赋，但他没有因此而骄傲自大，而是很好地发挥特长，并与队友做好配合，我们一众队员都十分信任他、认同他！”中东西龙舟队队长冯杰青说。

首次担任“头槁”就获冠军

“圆梦不是终点，我希望可以一直突破自我、成就自我。”冯伟浚说。

自加入中东西龙舟队以来，他跟随队伍参加了不少比赛，担任过不同“岗位”的他，唯独没尝试过担任“头槁”。如今22岁的他已经参加工作，参加训练的时间减少了，加上此前受新冠疫情影响，鹤山的龙舟比赛暂停多年，这让一直想在家乡鹤山参赛的冯伟浚不免有些失落。

今年，鹤山龙舟赛终于恢复举办，冯伟浚十分兴奋，积极报名参加。从3月开始，中东西龙舟队便紧锣密鼓地备赛。每天下班回家，冯伟浚便迅速换好装备，来到训练场地参加训练。然而几天下来，他发现自己与队友的训练时常不同步，难以融入队伍节奏。为了不拖

队伍后腿，他向公司请了假，全身心投入龙舟训练。在备赛的3个月内，冯伟浚每天准时来到训练场，在完成热身运动和体能训练以后，便会和队友们一起先后进行“短途速扒”训练和“长途拉力”训练。其中，“长途拉力”训练的行程距离约6000米，划到终点大约需要半小时，他们每天需要完成多次往返练习，其间，冯伟浚和队友们需要一直保持一边腿搭在船边，一边腿弯曲半跪在船舱的姿势，腿脚酸麻、皮肤晒黑一层皮已是“家常便饭”。

“摇大哥”的成名划勇猛动作，其实是冯伟浚一直以来的习惯，但在被确定担任“头槁”后，冯伟浚深感责任重大，十分担心这个动作会影响队友的节奏。“放手去干吧，我们一起配合你，扒龙舟没有气势怎么行！”队友们对冯伟浚的认可与信任，打消了他的疑虑，让他更加自信。但冯伟浚深知扒龙舟是一项团队运动，并不是个人的表演秀，因此在训练中，他比以往更加注意自己的节奏是否与队友同步、是否与鼓手的音乐节奏匹配。功夫不负有心人，在大家的不懈努力下，中东西

西龙舟队1队勇夺今年鹤山龙舟文化季活动的甲组冠军。

“伟浚是一个敢于拼搏的好队友，因此我们都十分信任他，放心地让他担任‘头槁’。看他在赛场上的表现，他没有辜负我们的期望！”队员冯嘉浩笑道。

希望将龙舟精神一直传承下去

“没想到自己会在一次比赛中‘火了’，但冠军荣誉是我们队全体成员共同努力的结果，非常感谢大家对我们的认同！”冯伟浚说。

冯伟浚表示，自己在此次龙舟文化季活动中学到了很多好经验，在与队友的协作中，更让他深深感悟到龙舟精神的内涵。“我觉得龙舟精神就是要激发拼搏精神。如今，我的工作单位里也有不少龙舟爱好者，我作为年轻一代，希望通过自己的努力，为传承龙舟文化贡献力量，将龙舟精神一直传承下去。”

当问到是否会继续参加下次龙舟比赛时，冯伟浚十分自信地说：“会！”他表示，接下来会继续严格要求自己，为下次龙舟比赛作准备，尽全力突破自我，为队、为村争光。

电气线路敷设不规范、违规住人…… 江门消防曝光4家 火灾隐患单位场所

江门日报讯（记者/朱磊磊 通讯员/江宣）记者从江门市消防救援支队获悉，近日，该支队在全市范围内开展火灾隐患执法检查专项行动，针对易发生火灾事故的重点场所进行全面排查整治，严厉惩治消防安全违法行为。

经检查，有4家单位存在电气线路敷设不规范、违规住人、堵塞疏散通道和安全出口、未按规范设置自动

喷水灭火系统等消防安全隐患问题。存在火灾隐患的4家单位分别是：台山市白沙镇富华里商店、川岛镇下川兴连士多店、开平市长沙街道凤凤日杂店、开平市红艳木业有限公司。

江门消防提醒各社会单位，要牢固树立消防安全红线意识，严格落实消防安全主体责任，进一步提升火灾防控能力，共同营造良好的消防安全环境。

“学习进行时”微课堂开班 传承发扬龙舟文化

江门日报讯（黎禹君 葛继业 钟颖杰）为进一步传承和弘扬中华优秀传统文化，丰富机关干部职工节日精神文化生活，6月20日，市委宣传部、市文明办在市机关大院新时代文明实践点（文明小屋）举办品牌活动“学习进行时”微课堂——端午龙舟文化宣讲活动，邀请省级非遗项目赛龙舟（礼乐龙舟）江门市传承人区锦豪介绍江门市龙舟文化历史以及分享“扒龙舟”技术。

课堂上，一段视频开场，让大家更加直观感受赛龙舟（礼乐龙舟）奋楫击鼓、百桨齐发、整齐划一、劈波斩浪的震撼。

“我们划龙舟时，身体要坐正，微向前倾，桨板向前，扭腰侧身，上下肩膀打开，有利于划到最前面的水。拉

浆的时候，浆要和船平行，平行的话拉力最大……”区锦豪从礼乐龙舟竞渡的群众基础、概况、制作、龙舟坞（起龙舟）、传统礼仪、龙舟竞渡、传承、申遗成功等方面出发，生动深入浅出为大家进行讲解。

活动现场展示了按照传统龙舟结构制作的小龙舟模型。大家还戴上船桨，学习划桨姿势，学习划龙舟技巧，切身领略非物质文化遗产的魅力。江门市机关大院工作人员梁顺珍说：“通过微课堂，我学到了很多龙舟知识，以后要将奋发拼搏、勇闯第一、敢闯敢拼的龙舟精神发扬光大。”

据悉，礼乐龙舟是我市地方传统民俗活动，已有300多年历史。2007年，赛龙舟（礼乐龙舟）被列入广东省非物质文化遗产名录。

职工子女暑期托管班来啦 即日起开始报名

江门日报讯（记者/黎禹君 通讯员/屈静）暑假临近，孩子照看问题又成了职工家庭的最大困扰。记者近日从市总工会了解到，职工子女暑期托管班又来啦！本次职工子女托管班由市总工会、团市委、市妇联联合举办，包括托管服务和托幼服务，共设3个课程、11个班次、10个工作日为一期（逢周一至周五上课，周六周日休息）。每个职工子女只能选择其中一个班次课程进行报名。

据了解，参与对象为市直基层工会会员子女，其中托管服务对象为现就读小学一至六年级的学生，托幼服务对象为现就读幼儿园小、中、大班的幼儿。托管、托幼费用采用主办单位与职工各支付一部分的方式，职工支付费用如下：托管、托幼费300元/期；餐费20元/天。

江门市青少年宫托管服务方面，第一期时间为7月10日—7月21日，1个班；第二期时间为7月24日—8月4日，2个班；第三期时间为8月7日—8月18日，1个班。以上每班计划25人，托管地点为江门市青少年宫。

江门市妇女儿童活动中心托管服务方面，第一期时间为7月10日—7月21日，1个班；第二期时间为7月24日—8月4日，2个班；第三期时间为8月7日—8月18日，1个班。以上每班计划25人，托管地点为江门市青少年宫。

江门市青少年宫托管服务方面，第一期时间为7月10日—7月21日，1个班；第二期时间为7月24日—8月4日，2个班；第三期时间为8月7日—8月18日，1个班。以上每班计划25人，托管地点为江门市青少年宫。

江门市青少年宫托管服务方面，第一期时间为7月10日—7月21日，1个班；第二期时间为7月24日—8月4日，2个班；第三期时间为8月7日—8月18日，1个班。以上每班计划25人，托管地点为江门市青少年宫。

江门市青少年宫托管服务方面，第一期时间为7月10日—7月21日，1个班；第二期时间为7月24日—8月4日，2个班；第三期时间为8月7日—8月18日，1个班。以上每班计划25人，托管地点为江门市青少年宫。

江门市青少年宫托管服务方面，第一期时间为7月10日—7月21日，1个班；第二期时间为7月24日—8月4日，2个班；第三期时间为8月7日—8月18日，1个班。以上每班计划25人，托管地点为江门市青少年宫。

江门市青少年宫托管服务方面，第一期时间为7月10日—7月21日，1个班；第二期时间为7月24日—8月4日，2个班；第三期时间为8月7日—8月18日，1个班。以上每班计划25人，托管地点为江门市青少年宫。

江门市青少年宫托管服务方面，第一期时间为7月10日—7月21日，1个班；第二期时间为7月24日—8月4日，2个班；第三期时间为8月7日—8月18日，1个班。以上每班计划25人，托管地点为江门市青少年宫。

江门市青少年宫托管服务方面，第一期时间为7月10日—7月21日，1个班；第二期时间为7月24日—8月4日，2个班；第三期时间为8月7日—8月18日，1个班。以上每班计划25人，托管地点为江门市青少年宫。

恩平市大槐镇佛良村驻村第一书记陈小凤： 带领村民种“酸”得“甜”



栏目策划：市委组织部

2021年5月，江门市恩平公路事务中心计划财务部部长陈小凤来到佛良村担任驻村第一书记。她秉承“公在心上、路在脚下”公路人精神，与村“两委”干部心往一处想、劲往一处使，带领村民因地制宜种植柠檬，以实干创收，过上种“酸”得“甜”的日子。

江门日报记者 黎禹君 通讯员 陈艺锋 张祥

提振党员干部精气神

“佛良村外出人口超70%，‘空心村’、老龄化现象严重。村集体经济收入来源单一，一无村办集体企业，二无集体掌控资源，三无集体财产收入，四无人才支撑，尤其缺少致富带头人，村级集体造血功能严重不足……”驻村后，陈小凤经过走访，逐步意识到，在条件艰难的情况下，在基层树立旗帜、建好榜样，尤为重要。

党组织是基层的战斗堡垒。陈小凤通过加强学习，带领村党支部抓好“四议两公开”民主决策机制执行，推动村党组织规范化、标准化建设。为提振党员精气神，陈小凤以党员设岗定责为抓手，带领村“两委”干部开展“群众要我干什么”农村大走访活动，并推行网格化管理，将党建融入网格，把支部建在网格上，把党员融入“小网格”，不断充实佛良村治理网格员、志愿者、群防群治队伍，全面调动党员群众建设家园、参与管理村级事务的积极性。

“酸”柠檬种出“甜”日子

佛良村2020年村集体经济收入4.71万元，属集体经济薄弱村。

2022年初，陈小凤在撂荒地复耕复种排查中，发现大槐镇种植香水柠檬130多万平方米，年产量上千吨，规模效应初步形成。加上近几年茶饮市场对柠檬需求旺盛，柠檬收购单价一度达到每公斤13元。

“种植柠檬是符合大槐实际、贴合佛良路径的富民兴村好产业。”认定目标之后，陈小凤一方面因地制宜，打造占地7000多平方米的香水柠檬种植生态小果园试点基地，以成功案例打动村民；另一方面，邀请村民到西村王柠檬专业合作社参观学习，并积极向上级部门争取资金，支持大槐镇发展柠檬种植业，形成种植、加工、文化等一二三产融合发展的农业产业。

种“酸”得“甜”谋发展。佛良村引进优质香水柠檬种植项目，取得了初步

成效，全村种植香水柠檬约9万平方米，以“公司+合作社+基地+农户”形成“一条龙”服务产业链，更好地为乡村振兴助力。

同样，在2022年底开展撂荒地整治工作中，陈小凤利用撂荒地发动村民种植5000平方米板栗甜薯，并作为示范点鼓励发动更多村民共同参与撂荒地整治工作。今年4月下旬，5000平方米板栗甜薯地迎来收获。其间，陈小凤做起“甜薯代言人”，以线上与线下相结合的销售模式，通过新媒体宣传、上门走访、联系“三结对”单位通过“以购代捐”方式采购，在10天内卖完4000多公斤甜薯，被大家亲切地称为“甜薯书记”。

改善村民出行环境

驻村后，当地村民向陈小凤反映，村里的主要道路县道X842线赤古洞路段多弯且狭窄，会车困难，出行存在安全隐患，也不利于农产品运输。

陈小凤走访有关部门了解相关政策

后，召集村“两委”班子专题研究，最终确定实施村道扩建工程。为促使工程顺利推进，陈小凤一方面与村民探讨并启动青苗赔偿方案，出具预算书及设计图纸。另一方面，争取派出单位江门市公路事务中心支持，以结对帮扶的形式，支持佛良村建设。最终，佛良村在大槐镇委镇政府的支持下，完成村道挖扩修复及扩宽工程，极大地改善了村民群众的出行路况环境。

为解决好村民的急难愁盼问题，陈小凤发挥派出单位和上级部门的力量，统筹利用好工作经费和争取各级补助资金，党群合力扩建了农村道路，建造了挡土墙、搭建了民心桥、修建了塘坝塘基、修缮了水轮泵、安装了治安监控……

今年3月，陈小凤获“广东省乡村振兴驻镇帮镇扶村优秀巾帼队员”称号。新的征程上，陈小凤表示，将一如既往地继续关注佛良村的发展，支持乡村振兴工作。