

随着国内冰雪运动持续升温,如何进一步筑牢冰雪运动安全底线成为焦点——

## 给冰雪运动戴上“安全帽”

近日,在吉林省吉林市,一位小朋友(前)在教练的指导下练习单板滑雪。

新华社记者  
许畅摄

本报记者 李元浩

日前,《工人日报》记者走进位于北京市东城区的龙潭公园。时隔两年全新亮相的龙潭冰雪节,近3万平方米的冰雪世界吸引了众多市民前来“打卡”。在此期间,为保障冰雪节顺利举办,东城区有关部门组织人员对场地安全情况进行了专项检查,确保游客朋友安心游玩。

随着下一个冰雪季的到来,冰雪运动安全问题日益引发关注。近日,2022~2023赛季全国冰雪运动场所安全工作会议在京召开,夯实冰雪运动安全基础,筑牢冰雪运动安全防线,全力为人民群众营造安全有序的冰雪运动环境成为本次会议的主题。

国家体育总局副局长李颖川表示,2022~2023赛季是北京冬奥会后的首个赛季,冰雪运动发展态势越好,安全问题越不能掉以轻心。“守住安全底线,就是守护大众冰雪运动

本赛季排超联赛结束后,多名女排球员选择“留洋”——

## 中国女排如何才能更好“走出去”

本报记者 刘兵

近日,中国女排国手姚迪正式加盟意大利斯坎迪奇俱乐部。目前,她已跟随球队抵达客场,准备对阵瓦莱福利亚队的比赛。据记者了解,除了姚迪,近期还有多名女排球员选择“留洋”,显示出中国女排“走出去”磨砺和提升自己的坚定决心。

1992年出生的姚迪在场上司职二传,2019年随国家队获得女排世界杯冠军,并入选东京奥运会中国队阵容。作为队长,姚迪代表天津女排征战本赛季女排超级联赛并成功卫冕。

除了姚迪,山东队的00后主攻车涵将前往泰国春武里至尊俱乐部效力,这是她首度出国打球;北京队的金烨和广东队的陈佩妍,则选择效力于印度尼西亚雅加达BIN俱乐部。据悉,目前有待于官宣的“留洋”球员还有天津队的李雅楠和云南队的刘梦雅。

除了上述球员,目前已有多名中国女排球员在国外联赛效力。在姚迪加盟的斯坎迪奇俱乐部,就有她的国家队队友朱婷。近日,意甲女排联赛公布了2022年12月MVP(最有价值球员),朱婷成功获选,这也是她首次当选意甲月度MVP。本赛季在欧洲球坛效力的中国女排球员还有王思敏和任凯懿。

多名女排球员选择“留洋”,更多还是从保持良好竞技状态,锻炼自身能力方面来考虑。对于现阶段实力无法进入国家队或在国家队处于边缘位置的球员来说,利用国内外联赛的时间差出国打球,能在不同的环境中锻炼自己,对将来的发展也有所裨益。国内各俱乐部更希望能借“留洋”磨砺队员,达到通过国外联赛培养球员的目的。

例如此番留洋印尼球队的金烨和陈佩妍,两人此前都曾入选2022年女排世锦赛国家队阵容,但上场机会都不多。她们都希望通过到国外联赛打球,进一步提升能力。

中国女排前主帅郎平曾表示,中国女排不少年轻球员综合素质不错,在一些比赛中也展现出一定实力,但很多人国际比赛经历较少,心理方面还需要锻炼。“如果能够‘留洋’,不仅可以提升球员自己,还有利于中国女排的长远发展,我是支持的。”

2016年里约奥运会后,朱婷加盟土耳其瓦基弗银行俱乐部。在3年征战中,她收获了8个冠军、6个MVP,为国内球员树立了一份优秀的“留洋”范本。不过,并非每名球员出国打球都会一帆风顺。

首先,球员在交流和沟通方面会遇到一定困难。此前“留洋”的天津女排球员于莹曾坦言,由于没有翻译帮忙,训练时还能和教练、队友用英语简单沟通,比赛期间的交流就只能靠战术板或手势。在国内外俱乐部管理和国内不同的情况下,如何跟上球队训练和比赛节奏也是一道难题。

其次,“留洋”球员如何选择联赛也是一门学问。如果在低水平联赛中,可能获得出场的时间较多,但锻炼价值有限;而在高水平和对抗性强的联赛中,如果实力不够就无法保证上场时间。

热情,就是守护来之不易的北京冬奥遗产,就是守护冰雪运动可持续发展的根基。”

### 冰雪运动持续升温

1月14日至15日,川渝地区迎来了2023年的第一场雪。以“畅享冰雪天地·乐享运动成都”为主题的2023年世界雪日暨成都市第三届冰雪运动节正式启动。这是“世界雪日”活动首次落户中国南方城市。近千名青少年滑雪运动员以及滑雪运动爱好者齐聚一堂,共享冰雪运动的乐趣。

随着北京冬奥会的成功举办,全国各地民众参与冰雪运动的热情持续升温。单是在上个周末,就有多场冰雪季主题活动在成都、天津、青岛等地举行。冰雪运动已成为广大民众冬日户外健身和休闲旅游的热门选择。

据记者了解,作为北京冬奥会后的首个雪季,今年全国各地冰场雪场接待人数明显高于往年同期水平。以北京为例,近期全市已开放冰雪运动场所超40家,雪场接待游客呈现持续上升态势。“截至2022年底,北京共有48处室内室外冰场,21家滑雪场开放运营,预计这个雪季参与冰雪运动的人次将超过1000万。”北京市体育局相关负责人介绍。

作为北京冬奥会赛区之一的张家口,全市参与冰雪运动已突破600万人次。这个雪季,位于张家口崇礼的各大滑雪场持续火爆,元旦假期3天便接待游客达5.98万人次。“太

舞滑雪小镇近期日均游客流量达到2000人,预计春节期间日均客流量将达5000人以上。”太舞滑雪场相关负责人任晓强表示。

即便是在非传统冰雪运动地区的上海和广州,广大市民参与冰雪运动的热情也非常高。据悉,今年的上海“百万市民上冰雪”主题系列活动推出了20余项冬季项目赛事活动,持续激发上海市民的冰雪运动热情;而多个大型室内滑雪场的建成,使得广州市民体验冰雪运动成为可能……

### 安全底线不容忽视

距离北京市区只有30多公里的军都山滑雪场,是北京乃至全国首家开展夜场活动的滑雪场。自去年12月10日开放以来,迎来了众多雪友的光顾。为进一步提升安全运营水平,军都山滑雪场在这个雪季对雪道防护和索道缆绳都进行了更新,雪道两侧的防护栏加固加高,缆车速度提升近3成……

随着国内冰雪运动的持续升温,如何令广大民众安全有序参与冰雪运动,成为冰雪运动可持续发展的关键。为此,进一步筑牢冰雪运动的安全底线尤为重要。

据荷兰汽车旅游协会应急中心的一份统计报告显示,在2022年圣诞节假期收到报告的滑雪事故数量,比上年同期增加了约30%。而拥有众多滑雪胜地的奥地利,自去年11月以来,已有13名滑雪者死于意外事故,明显高于往年同期……

记者从国家体育总局获悉,通过上个雪季对国内部分冰雪运动场所的抽查,仍发现不少安全隐患。比如有的雪场部分危险地段安全防护措施存在不足或缺失;部分冰场存在经营负责人对总局发布的《课外体育培训行为规范》不了解,未能建立安全管理制度和突发事件应急预案等问题。

由此可见,冰雪运动作为速度快、技术要

求高、风险高的项目,同时还要受到天气、设备等诸多因素影响,极易发生意外伤害事故。

“虽然冰雪运动安全保护措施越来越完善,参与人群的熟悉和专业程度也在逐年提升,但总体来看,冰雪运动依然是一项颇具危险性的运动,需要不断提升安全防范意识。”已有近10年雪龄的北京某雪场资深教练袁晓军告诉记者。

### “内外”兼修保驾护航

近期,北京顺义开展了全区冰雪运动场所专项安全大检查,对区内经营性滑雪和滑冰场所进行了专项督查整改,最大限度保障人员安全。“通过制定《顺义区冰雪运动项目经营单位检查表》,梳理15条检查事项,不断加大冰雪运动场所的监督检查力度,为冰雪运动爱好者提供一个安全、舒心的健身环境。”顺义区体育局相关负责人表示。

将目光从北京转到全国,为持续加强冰雪运动安全保障工作,近年来国家体育总局坚持每年举办全国冰雪运动安全生产工作会议,部署安全检查工作,排查治理冰雪运动场所和赛事活动中存在的各类风险隐患。

“通过近年来的不断努力,国内冰雪运动场地的安全保障在整体上得到了加强,很多场馆及时更新安全防护设施和器材装备,不断改善冰雪运动场所基本条件。但这项工作还不能放松,需要持续加强和推进。”国家体育总局冬运中心副主任黄志勇表示。

除了相关部门加强监管和冰雪场馆提升安全保障,参与冰雪运动的民众也需要进一步提升自我的安全意识。例如认真学习冰雪运动技巧,充分了解自己身体和场地状况,做到量力而行等。“大家在参与冰雪运动前要认真学习相关规范,例如到雪场滑雪要时刻注意场地标识,不要私自跑到无人看护的地段进行滑雪。”袁晓军表示。



相约大跳台  
畅游冰雪汇

2023年元旦开启的“首钢园冰雪汇”,让北京首钢滑雪大跳台成为大众冰雪乐园。图为近日游客在首钢滑雪大跳台下体验雪地越野。

新华社记者 鞠鑫余 摄

## 愿得一段锦 俘获少年心

刘颖余

“健身气功八段锦,预备式,左脚开步……”如果你看到,年轻人听从这样的口令,在家里或公园打起一段缓缓悠悠的八段锦,你千万不要怀疑自己的眼睛。

是的,这个冬天,八段锦火了。古老的健身术,毫无征兆地拿捏住今日的年轻人,走进他们的日常,被人戏称为年轻人的第一套“老年广播体操”。

八段锦在年轻人中火到什么程度?午休的会议室,刚迈入职场的00后,开始跟同事们一起摇头晃脑;上“电子大学”的体育生,期末考试由户外拉伸变成了在线打八段锦;时尚博主率先打破受众壁垒,开始争抢八段锦第一波流量;小红书上,年轻的“锦友”们抱团打卡,边打边聊,其乐无穷;B站上,某个版本的八段锦教学视频,已经逼近1000万的播放量,被岁月盘出来的20世纪80年代画质,无碍年轻人洋洋洒洒地发弹幕……

这的确很奇幻,却分明很真实。先科普一下,八段锦功法起源于北宋,距今已有八百多年的历史。“八段”是指整套动作分为八个招式,而“锦”则是美而华贵的意思,动作缓慢又优美,如丝锦般柔和连贯。

“八段锦”动静结合,一张一弛,很好地结合了形体活动、呼吸吐纳、心理调节,充分体现了中国人身心和谐的古老智慧,长期坚持锻炼,有调理心肺功能、提高免疫力之功效。

作为一种古老的健身技法,过去,八段锦被众多老年人追捧,而如今,它又是如何俘获了年轻人的心?

新冠疫情期间,显然是一种关键的催生因素。阳康后的年轻人,无法暴汗运动,舒缓优美、活动量温和且不受时间场地限制的八段锦,便成了许多年轻人的选择。和主动拥抱社交的“飞盘党”不同,八段锦对于各类性格的人群都相当友好,即便有些社恐,亦无碍你从八段锦中获得宁静和喜悦。

有意思的是,日前,国家中医药管理局中医药防治专家委员会发布的《新冠病毒感染者居家中医药干预指引》中,也将八段锦等功法锻炼列入新冠病毒居家中医药预防方案中。专家认为,作为一种调心、调息、调形相结合的整体性运动,八段锦可以增强免疫力,调节情志,降低新冠病毒的感染率,也有助于新冠患者的康复。

如此这般,八段锦误打误撞进入了年轻人的生活,有人笑称,这是从“欧美系撸铁”到“国潮流养生”的演化。以八段锦为标志,国潮流养生这波时髦直接越过中年人,从老

年人精准“狙击”到了小年轻,“加现代主义的班,熬精神涣散的夜,养返璞归真的生,练老祖宗的功”,这便是他们的日常。

年轻人拥抱八段锦,看似有些误打误撞,却也反映了现代人对于体育健身的真实心态。

体育健身方式是丰富而多元的,并非唯“快”唯“强”不可,某些时候,对某些人,“慢”可能是一种更好的健身选择。而且,八段锦、太极拳、五禽戏这样的“慢”节奏,和令人推崇的“慢生活”一拍即合,它的兴起乃至流行,没什么大惊小怪的。

体育,除了竞技,更重要的意义是强身健体,是对自己身体的一种探索和塑造。因此,健身方式没有最好,只有最合适;无所谓时髦或老派,也不存在鄙视链。如果年轻人能从八段锦等国潮流养生中,获得身体的强健,内心的宁静,直至达成身心的和谐,那么,这不只是算得上一种健身,而且还可以说是一种相当高级的健身。年轻人又何乐而不为?

愿得一段锦,俘获少年心。当21世纪的年轻人穿越时光,爱上八百多年前的八段锦,这是一种多么美好而浪漫的相遇!

声音

## 春节体坛观赛指南

金兔迎春,万象更新。春节假期将至,国际体坛依旧热闹非凡。《工人日报》精选春节期间值得观看的精彩赛事,让体育的激情和快乐与您相伴:

1月16日至29日,2023年首个大满贯赛事——澳大利亚网球公开赛火热开赛。本届赛事中国大陆共有10人闯入正赛,创造了新的历史,谁能更进一步取得突破值得关注;

1月20日(腊月二十九)01:00 友谊赛——利雅得明星联队对阵巴黎圣日耳曼。刚刚加盟沙特联赛的C罗将带队迎战梅西、内马尔和姆巴佩领衔的大巴黎,梅罗大战再现,谁将更胜一筹;

1月21日(大年三十)20:30 英超第21轮 利物浦对阵切尔西,英超春节大战不容错过;

1月23日(大年初二)00:30 英超第21轮 阿森纳对阵曼联,半程冠军阿森纳迎战状态正盛的红魔曼联,谁将在强强对话中笑到最后;

1月28日~30日(正月初七到初九)X GAME极限运动会,苏翊鸣、蔡雪桐将代表中国军团向金牌发起冲击。(以上时间均为北京时间 朱亚男整理)

2022国际足联年度最佳球员候选名单公布,梅西领衔,C罗落选——

## “世界足球先生”告别“梅罗争锋”

本报记者 朱亚男

近日,国际足联(FIFA)公布了2022年度最佳球员即“世界足球先生”候选人名单。刚刚加冕世界杯冠军的梅西在列,姆巴佩和本泽马同样是候选热门,而葡萄牙球星C罗则无缘候选名单。

本次名单共有14名球员,除了率队获得世界杯冠军的梅西,还有新科金球奖得主本泽马、英超新星哈兰德,以及上届得主莱万多夫斯基。此外,折戟世界杯决赛的姆巴佩,以及萨拉赫、内马尔、马内、莫德里奇、维尼休斯、德布劳内、贝林厄姆、阿什拉夫和阿尔瓦雷斯等一众耳熟能详的球星也悉数入围。

在过往十几年的世界足坛,梅西和C罗的激烈竞争成为主旋律。在大多数球迷的认知中,梅西是天赋的代表,C罗则是勤奋的象征。二人在过去15年的时间里,几乎包揽了世界足坛的各项最高荣誉。回顾“世界足球先生”的历史,自1991年设立这一奖项以来,梅西6次问鼎,C罗5次加冕,是国际足坛获得该奖项最多的两位球员。

近几年来,随着C罗拿到欧洲杯冠军,梅西加冕美洲杯冠军,二人的较量只剩下最后一块战场——世界杯。结局显而易见,梅西在荣誉的战场上获得了最终胜利,用大力神杯加冕为名副其实的“球王”。而C罗则再次在世界杯赛场折戟而归。随着此次C罗无缘“世界足球先生”候选,不少媒体和球迷直呼,C罗与梅西双雄争锋的时代已然落幕。

本届“世界足球先生”评选的最大热门无疑是梅西。根据数据统计,梅西2022年出场51次,打进35球并送出30次助攻;创造39次机会,带球过人157次,23次获得全场最佳,平均分得8.18分,均为候选人中最高。

除了梅西,姆巴佩也是这个奖项有力的竞争者。特别是在世界杯决赛中连进两球将比分扳平,又在加时赛中点球绝平的表现,使得姆巴佩荣膺世界杯金靴。至于因伤错过世界杯的新科金球奖得主、法国人本泽马,即使俱乐部层面和个人表现上都得到了认可,但是在国家队表现和成绩上,与其他两位热门候选人之间还是有一定差距。

本届“世界足球先生”评选将会在2月3日截止投票。根据改制后的新规,投票一共分为四部分:专业记者、各国国家队队长、国家队主帅以及球迷,主帅和队长以及记者的投票将在FIFA官网公示,最终结果将会在2月27日的颁奖典礼上公布。同时开始评选的还包括世界最佳门将和最佳主教练等奖项。

在国际足联中文官方社交媒体上有这样一条博文:“纵观FIFA年度最佳颁奖典礼历史,梅西以6次获得世界足球先生笑傲群雄。加冕FIFA世界杯冠军后,你认为梅西今年获得年度最佳最大的竞争对手是谁?”而评论则是出奇的一致,“没有对手”。

也许在完成了职业生涯最大的成就,取得世界杯冠军后,梅西无论在俱乐部还是国家队,都真正步入了历史最佳球员之一的行列。这位去年甚至都没有入围金球奖候选名单的阿根廷人,将有可能在今年再次创造历史。



## 王欣瑜澳网晋级

当地时间1月16日,在墨尔本进行的澳大利亚网球公开赛女单首轮比赛中,中国选手王欣瑜以2比0战胜澳大利亚选手亨特,晋级下一轮。图为王欣瑜在比赛中庆祝。

新华社记者 白雪飞 摄