

热爱运动的里约人 每天都是奥运会

新华社里约热内卢8月1日体育专电
新华社记者 姬烨

再过4天,里约奥运会就将揭开大幕,里约热内卢将成为世界体育的中心。但对于里约人来说,并不需要通过奥运会来展现对体育的热爱。走在里约街头,很容易被这里的运动热情感染。体育不只限于在赛场上的争金夺银,更是一种阳光、健康的生活方式。

在这座城市绵延的海滩上,无论冬夏,锻炼的人都数不胜数。跑步、骑车、踢足球、打沙滩排球,海滩俨然成为天然竞技场。或许你会说,这种锻炼场景在其他城市也很常见,但里约的不同之处在于,这里的人们还酷爱赛艇、攀岩、帆船、滑板、小轮车、滑翔翼等极限运动。

“在巴西,一般男孩子出生后的第一个礼物,总是爸爸送的足球。可见,体育运动、特别是足球已经渗入到每个巴西国民的血脉。”巴西体育部群众体育的负责人卡佩利说。

里约人认为“光看不练假把式”。除了看体育比赛,他们更愿意将对体育的喜爱转化为亲身实践。每天从清晨到日落,再到深夜,每个海滩,每片球场,都可以看到人们运动的身影。

用一位外派巴西工作的中国媒体同行的话说,来到巴西,你会不由自主地被这里的运动氛围所感染。跑步是在巴西最为常见的全民健身方式之一,海滩上,赤膊上身的型男、戴着耳机的美女,以及无数上年纪的人们,用自己的方式快跑、慢跑或散步。吹着海风,看着美景,海滩上的你如果不锻炼一下,简直就像个异类。

34岁的马努艾拉正在海滩上等待同伴一起踢球,他说:“我们对体育上瘾,从周一到周四每天都在海滩踢球,如果可以,周五周六和周日我们也要踢。”

来自夏威夷的皮划艇教练莱昂纳多认为,里约全年平均气温24摄氏度,没有哪一座城市比里约更适合开展水上运动了。

巴西奥委会运动项目执行主任弗雷里说,里约的运动文化之所以

奥运五环成为里约海滩热门景观



7月31日,游客在科帕卡巴纳海滩的奥运五环装置前拍照留影。随着里约奥运会临近开幕,里约热内卢科帕卡巴纳海滩的奥运五环装置成为当地热门景观,游客纷纷在此拍照留念。(新华社发)

如此浓厚,首先是地理环境优越,这里绿树成荫,山水相间,地势平缓,适宜人们进行各种运动;其次是温度变化不大;第三则是里约人的精神。

里约人以热情、随和著称,而他们的精神还体现在喜欢到户外享受大自然。得天独厚的海滩成为大多数里约人周末的好去处,可以说海滩是他们的“第二客厅”。里约人也十分懂得享受生活,享受运动带来的快乐。每次踢完球,他们都会来上一杯啤酒,和朋友有说有笑。可以说,运动后的聚会聊天和运动

本身一样重要。

为了让人们更好地锻炼,里约政府在沿海公路旁设立专用跑道,每隔100米就有一个距离标示,方便人们查看自己的跑步距离;在跑道边放置类似于单杠的健身器材,还有水雾器让人们在健身完后享受一丝凉意。海滩上随处可见数不清的球门、球网,全部由政府出资搭建,不管是市民,还是游客,都能随便享用,没有什么约束,更不会有人收费。绵延十公里的海滩上一下子就让人拥有了数百片免费足球场。

最让人感叹的是,尽管里约的交通并非四通八达,但是里约市政府还是在周末和节假日把作为主干道的沿海大道封闭起来,专门供人们锻炼身体。

与中国目前运动场难寻形成鲜明对比,巴西的运动场遍地开花,且大多数是免费开放。以始建于1965年的里约弗拉门戈公园为例,作为该市最大的公园,它拥有数十块足球场、篮球场、排球场和网球场,甚至还有滑板、小轮车等极限运动的U形池,这些都免费向人们开放,没有一堵围墙。

射击规则大变脸 考验智商的时候到了

新华社里约热内卢8月1日体育专电
新华社记者 李铮 林德韧

预赛比环数,半决赛比中数,决赛竟然“抢七”!

晕了没有?即使你是一名资深射击爱好者,在里约看“枪战”时也会觉得如堕雾里。

为了增加射击运动的悬念和观赏性,国际射击运动联合会在2012年伦敦奥运会后对规则进行了革命性的修改,有些甚至是颠覆性的。

资格赛成绩清零是最大、也最好理解的变革。作为市场化程度不高的奥运项目,射击比赛只有决赛才有电视直播。以往,资格赛成绩遥遥领先就会使决赛悬念大打折扣。所以,为了保证决赛精彩,国

际射联大笔一挥,成绩清零,决赛从头开始。这种增加不确定性的改革得到了广泛的支持。

决赛淘汰制和PK制也增添了武林高手对决的味道。

射击比赛因小项不同,进入决赛的是6名或8名运动员。过去的规则是所有人打到最后一枪,以总成绩排位。改革大大增加了单挑的元素,要么是打一枪或者两枪淘汰一人直到最后两人PK争金,要么是先打一枪排位,成绩靠前的4人两两对决,争夺奖牌。一位从事了一辈子射击的老教练说,这个赛制好,体现了射击对决的天性。

改革的初衷绝对正确,但重新设计的一些小项决赛规则有待商榷。造成运动员过度疲劳是一大弊端。

以名将杜丽在北京奥运会夺冠的女子步枪三姿比赛为例,之前,女运动员在资格赛时跪射、卧射、立射各打20枪,共60枪,决赛就10枪强度不变,而决赛要先打15枪跪射,然后换装打15枪卧射,在10枪立射后开始淘汰,进入冠军争夺的两人直到最后两人PK争金,要么是先打一枪排位,成绩靠前的4人两两对决,争夺奖牌。一位从事了一辈子射击的老教练说,这个赛制好,体现了射击对决的天性。

改革的初衷绝对正确,但重新设计的一些小项决赛规则有待商榷。造成运动员过度疲劳是一大弊端。

三种。名将陈颖获得北京奥运会金牌时,决赛20枪速射,谁环数高谁就是冠军。在里约,如果陈颖在照旧按环数算的资格赛中脱颖而出,她先要在8人参加的半决赛中打25枪,10.3环以上的算“命中”,10.3环以下的算脱靶。按照命中数高低,前两位进入金牌决战,第三、四位进入铜牌赛。然后规则又变了,还是5枪一组,命中数多的得2分,少的得0分,平手各得1分,先抢到7分的胜出。射击也“抢七”,好像变成了网球。

射击的步枪、手枪、飞碟三类项目决赛过去基本是一个套路,现在起码三个套路。总之现在的射击比赛考验运动员的是精准、冷静和多种作战方式的无缝切换,考验观众的除了耐心,还有智商。

奥林匹克休战墙 在里约奥运村设立



8月1日,难民儿童在奥林匹克休战墙前和吉祥物玩耍。(新华社发)

据新华社里约热内卢8月1日体育专电(记者王恒志 林德韧)意在促进世界和平的奥林匹克休战墙1日在里约奥运会奥运村设立。国际奥委会主席巴赫表

示,休战墙在今天具有的意义和古代是一样的,在这个充满战争和危机的年代,世界比以往更需要和平、团结为代表的奥林匹克价值观念。

应对“里约大冒险” 中国警官亮秘籍

新华社里约热内卢8月1日体育专电(记者朱琳 耿琳琳)里约奥运会开幕在即,但在举办地里约,犯罪案件频频发生,中国公民也时不时成为受害者。对此,中国驻里约警务联络官邵伟民给中国游客及参赛人员派出了一份“秘籍”。

最新的官方数据显示,今年上半年里约共计发生2470起谋杀案,同比上涨百分之十七。当街抢劫也是直线上升,发生近6万起,比去年增加了三成多。从7月中旬至今,至少发生了9起针对中国公民的犯罪案件。邵伟民表示,针对中国公民的案件主要集中在持枪抢劫、偷盗和信用卡盗刷。中国外交部和驻巴西的使领馆均发布了安全提醒。

邵伟民提示说,首先,保护自己从抵达开始。“到了里约还是要提高警惕,在宾馆入住的时候一定要看好自己的行李,不要

因为人多,指望别人。”

其次,在旅游景点,“像国内的低头族,拿着手机玩微信聊天,打电话或者拿着相机到处拍照,需要的时候可以拿出来,但是不要一直拿在手上。”“出门的时候不要佩戴显得很贵重的首饰,包括手表,很多中国游客喜欢带单反相机,走在路上非常醒目,一看就知道你是游客,很容易成为被侵害对象。”

另外,使用信用卡千万要小心。“还有一类就是信用卡盗刷案,在里约非常常见,当地的银行体系具有特殊性,对这类案件的打击力度不够,所以这类案件频发,量特别大。中国公民到国外旅游很喜欢购物,到商场购物也好,在旅游景点购物也好,不到万不得已不要轻易使用信用卡。”

关键是思想要提高警惕。“所以说,我们往往出现问题的时候不是在我们警惕的时候,总是在出现麻痹思想的时候。”邵伟民说。

宁波市作协与陕西省作协合办中青年作家班

本报讯(记者陈青)日前,陕西省作协在榆林市靖边县举办中青年作家(陕北片区)培训班,根据两地作协互派作家参加培训学习的协议,为加强两地文学交流,促进青年作者的快速成长,宁波市作家协会选派了7名青年作家参加了此次培训班,这是宁波青年作家第一次走进陕北革命老区。陕西省作家协会党组书记、常务副主席黄道峻,陕西省作家协会副主席、著名诗人闫安等出席了开班仪式。

陕西省著名的作家、诗人、评论家李国平、红柯、杨乐生、涓水等为学员授课,我市青年作家雷默为培训班作了主题讲座。培训班除了授课,还通过讨论、创作交流、社会实践等形式,激发大家的学习热情,强化培训学习效果。其间,陕西省作协和榆

林靖边作协一起举办了“纪念李季诗歌《王贵与李香香》发表七十周年座谈会”,培训班学员集体参加,向老一辈优秀的文艺工作者的创作精神和方法学习,使学员进一步树立深入生活、扎根人民的创作思想,注重从民间优秀的文化传统汲取营养。

此次陕北片区的学习培训为期一周,充分将文学资源向基层倾斜,是为了更有效地发掘、培养各地区的中青年作家,促使作家向基层深入,同时也为加强东西部文学创作的交流,帮助提升和开阔沿海地区青年作家的眼界,向陕西文学大省学习经验,提升自己的文学素养,学习班收到了良好的效果。据介绍,今后我市办此类创作班时,也将邀请陕西省作协派优秀青年学员参加,进一步加深两地作家的交流。

从天际飘来美妙歌声

海曙学生合唱团获国际合唱节大奖

本报讯(记者蒋炜宁 海曙记者站朱尹莹)在日前结束的北京第十三届中国国际合唱节中,海曙区学生合唱团在参赛的238支国内外合唱团中脱颖而出,获得民谣组A级(金奖)、学生组B级(60组参赛队伍排名13)的好成绩。

海曙区学生合唱团本次参加了学生组和民谣组两组比赛,演唱的6首曲目获得了中外评委的高度评价。中国合唱协会学生合唱委员会主任孟大鹏老师点评:“海曙区学生合唱团声音训练有素,是难得的优秀合唱团。”在民谣组的比赛中,总政交响乐团常任指挥,国家一级指挥郑健说:“这是他听到的最棒的合唱,音准音色和典

谱准确度无可挑剔,十分美妙”海曙区学生合唱团成立于2010年,合唱团长方红军是海曙区青少年宫主任,也是这支合唱团的指导老师兼指挥。2014年6月,在宁波市教育系统第十二届艺术节中小学生合唱比赛中,合唱团首次亮相并获得校外组一等奖;同年他们参加2014中国青少年宫文化艺术节比赛,获得了银奖;2015年在青少年香港世界合唱节中获得A2组银奖。这些大奖给了合唱团极大的信心。

“在我们的合唱团里,大家心里只有一个信念:没有我,只有我们。”方红军说,这个团队就是一个温暖的家庭。

“在合唱中,‘合’字最关键,能培养孩子的专注力和互相的配合力。合唱团训练有助于增强人的团队意识、合作意识和组织纪律观念,对孩子的全面成长很有价值。”方红军昨天说。

宁波市机关 美术、书法、摄影作品展开幕



图为展览现场。(记者 崔引 摄)

本报讯(记者陈青)“和风韵韵芳华”宁波市机关美术、书法、摄影作品展昨日在117艺术中心开幕。

本次活动得到了全市各级各单位干部职工的大力支持,活动从5月中旬征稿至7月初,收到干部职工报送的美术作品60余幅、书法作品110余幅、摄影作品500余幅。这些作品注重反映

生活,讴歌党的领导,弘扬民族精神,展现时代风貌,内容健康向上,真实记录了在党的领导下百姓幸福、美好的生活画面。经评委会公开、公平、公正地评选,林绍灵、何家荣、余良忠获美术作品金奖,戴朝晖、邵锡明、鲍宗献、徐家明、焦玉葆获书法作品金奖,王鹏、朱勤锋、王坚获摄影作品金奖。

象山东陈举行古建筑挂匾仪式

本报讯(记者南华 通讯员熊贵奇)昨日上午8点,由象山县文管办、东陈乡政府主办的象山县东陈乡东陈村古建筑挂匾仪式热烈而庄重地举行,这是该村获评上省级历史文化名村后的首次重要活动。

东陈村是象山县远近闻名的文化村,也是浙江省首批历史文化名人、国学大师陈章的出生地,具有重要历史价值和人文价值的古民居较多,2014年,东陈

村被宁波市政府公布为市级历史文化名村,2016年7月,又被浙江省政府公布为省级历史文化名村。为弘扬、传承底蕴深厚的传统文化,更好地保护传统优秀古建筑的延续,昨日,该村在百余名嘉宾、代表和东陈村民的见证下,对国学大师陈章故居“缀学堂”以及村内的“怡经堂”“老柴门”“兰房”等有代表性的10幢古建筑新挂上了匾额,以进一步加强对这些古建筑的保护。

●昨日,东钱湖镇高钱村文化礼堂免费剪纸技艺培训现场,40多位小学生正围着两位70多岁的非遗传承人、剪纸艺人高定娥和郑友娟学习剪纸,不一会,孩子们就剪出了金鱼、猴子、蝴蝶、兔子、梅花等各种剪纸图形。(南华 陈宏国)