

全面奔小康，体育怎么奔



2019年全国“全民健身日”活动河南省分会暨郑州市全民健身日群体展演活动，8月8日在河南省郑州市郑东新区如意湖广场举行。本次活动以“健康中国·你我同行”为主题，展示了广播体操、健身秧歌、瑜伽等全民健身项目。这是市民在表演健身秧歌。

2020年是全面建成小康社会的收官之年。全面奔小康，体育能发挥作用几何？全面小康最重要的是老百姓的幸福感，抓住这一点，体育大有可为——科学的健身能带来健康的身体和健全的人格、发达的体育产业能带来实实在在的享受、精彩的体育故事能树立更多的中国榜样和留下更多中国印记。

助力全民健康 为全面小康“打底”

每周跑步三次，其间穿插一些力量训练，周末还要踢一场球，这是深圳市民张伟现在的体育日常。年近40岁的他三年前还是个“胖子”：“胖就不说了，各种小毛病还接踵而至，眼看这些年身边锻炼的人多了，健身设施也多了，我下定决心开始锻炼，还捡起了多年不踢的足球，现在不仅减肥成功，更重要的是精力回来了。”

没有全民健康，就没有全面小康。随着全民健身成为国家战略，《全民健身计划（2016—2020年）》《健康中国2030规划纲要》等一系列文件的出台，中国人对全民健身和健康的理解也进入了新的阶段，从“医已病”到“医未病”，越来越多的人开始重视体育和健康之间的联系，张伟的感受正是其中一个小小缩影。

要助力全民健康，首先要解决去哪儿锻炼的问题。15分钟健身圈的打造、“农民体育健身工程”“雪炭工程”等的推进、社会资本介入、学校场地的逐步开放，让老百姓身边的健身设施明显增加。数据显示，截至2017年年底，我国体育场地超过195.7万个，人均体育场地面积达到1.66平方米。

但要看到的是，虽然体育场地大幅增加，但仍难以满足人民日益增长的健身需要。更科学合理布局场地建设，让更多社会资本参与场地建设、让更多学校场地敞开大门，是关乎老百姓“获得感”“幸福感”的重要环节。

要助力全民健康，还要解决怎么锻炼的问题。体育健身需要科学指导，这就要求科学健身的理念深入人心，成为每个健身者的圭臬，从“要我学”变成“我要学”。唯其如此，健身才能最大化发挥其正面效果，减少不当健身带来的伤病隐患。目前看，虽然人民群众的健身热情很高，但科学健身的理念还不够，迫切需要加强。

要助力全民健康，更要从娃娃抓起。孩子是未来的希望，但目前孩子们的体质状况不容乐观。近年来体育在校园的重要性开始得到重视，很多项目都在校园内得以开展。让孩子们学会一两项体育技能、培养其终身科学锻炼的好习惯、培育其健全人格，正逐渐成为社会共识。十年树木百年树人，这项短期看不到明显成效的工作更需要各部门、家长、社会排除杂念坚持到底，才能在更长的时间跨度里为全面小康打好“底子”。

提振体育产业 为全面小康“增速”

从2014年到2017年，我国体育产业增加值年均增速达到24.6%，体育产值占GDP比重从0.64%增加到0.94%，这意味着体育产业正向成为国民经济支柱性产业的道路上奋力前行。

全面小康的重要目标之一是经济持续健康发展，作为新兴产业、朝阳产业和绿色产业，体育产业大有可为。

自《关于加快发展体育产业促进体育消费的若干意见》发布以来，体育产业就走上了发展的快车道。不过，最初的狂飙突进不可避免地带有泡沫，也有一些创业公司开始感受到一丝“寒意”。但另一方面，《体育强国建设纲要》《关于促进全民健身和体育消费推动体育产业高质量发展的意见》等政策的发布，让“高质量发展”开始成为体育产业从业者追逐的新目标。

更值得注意的是，体育消费在2019年开始爆发，并且呈现出巨大潜能，这也是体育产业能进一步高速高质量发展的重要保障。同时，数据显示，体育用品制造业占主导地位的中国体育产业，正在发生结构优化的可喜变化，体育服务增加值占比不断提高，体育产业正以更丰富的形式融入经济发展大格局。

要实现2035年占GDP比重达到4%左右，成为国民经济发展支柱性产业的目标，体育产业重任在肩。而要体育产业能更健康快速发展，目前恰恰最需要的是“减负”。目前体育产业还存在很多好政策无法落地或存在不确定性的问题，这也让一些社会资本对进一步加大对体育产业投入心存疑虑。如何打开政策壁垒，解开捆住产业从业者手脚的束缚、把市场的事情交给市场去做，是下一步提振体育产业发展的关键。

讲好中国故事 为全面小康“提色”

2019世界跆拳道大满贯冠军系列赛一周前在无锡落幕，这个“中国创造”的赛事品牌不仅产生了首批8个东京奥运会跆拳道名额，还成为世界跆拳道运动改革的“试验田”和“先行者”。

讲好中国故事，是中国文化软实力显著增强的重要标志，而文化软实力正是全面小康不可或缺的一环。众所周知，体育的文化传播能量十分巨大，很多体育明星和赛事IP都拥有无数粉丝和强大的号召力，也能激励和促使无数人参与体育运动，了解不同文化。中国文化软实力的增强，需要体育更多参与其中。

中国体育从来不缺明星，也不缺故事，郎平、李宁、邓亚萍、刘翔、姚明、李娜……一代代体育人都曾给世界留下中国故事的印记，也给无数中国人树立起争相学习的中国榜样。

如今，体育的中国故事已远远不局限于体育竞技明星，安踏收购始祖鸟母公司一鸣惊人，李宁在国际时装周上以“国潮”迅速上位，昆仑决等赛事IP已经走出国门，奥运会、世界杯等大赛的顶级赞助商中有了中国企业的名字，世界极限运动里也有了中国人的身影……

有了故事，还要会讲故事、会传播故事，这不仅是体育明星、体育企业的责任，更需要多方面形成合力，真正让世界通过体育更了解中国。

新华社记者 王恒志

国家体育总局表彰先进

朱婷、许昕等获“训练标兵”荣誉称号

新华社北京12月27日电 27日，在北京举行的全国体育局长会议上，国家体育总局对2019年取得优异成绩的运动员、教练员进行了表彰，其中中国国家女子排球队、国家射箭队、国家女子橄榄球队3支国家队和朱婷、许昕等14名运动员被授予“训练标兵”荣誉称号。

为表彰先进，树立典型，进一步激发运动员、教练员的备战积极性，国家体育总局根据全国体育事业突出贡献奖表彰原则，授予3支国家队和14名运动员“训练标兵”荣誉称号。

这3支国家队是国家女子排球队、国家射箭队、国家女子橄榄球

队；14名运动员是排球运动员朱婷、张常宁，举重运动员石智勇、邓薇，游泳运动员徐嘉余、刘湘，跳水运动员施廷懋，乒乓球运动员许昕，橄榄球运动员陈可怡，羽毛球运动员陈雨菲，速度滑冰运动员宁忠岩，花样滑冰运动员韩聪、隋文静，钢架雪车运动员闫文港。

此外，为表彰2019年度取得优异成绩的运动员和教练员，根据《运动员、教练员体育运动奖章授予办法》的规定，授予韩聪等246名运动员、赵宏博等153名教练员2019年度体育运动荣誉奖章，授予范可新等232名运动员、李琰等92名教练员2019年度体育运动一级奖章。

关注残疾人脱贫奔小康 弘扬新时代奋斗精神

电影《幸福路上》将于明年上映

本报讯(记者 成燕 实习生 董梦月)昨日，反映残疾人创业奋斗的公益励志电影《幸福路上》预告片对外正式发布。

据了解，为决胜全面小康凝心聚力，积极弘扬和践行社会主义核心价值观，弘扬志愿精神，在郑州市委宣传部指导下，郑州广播电视台联合社会资源筹拍了残疾人公益院线电影《幸福路上》。中国肢残人协会、河南省残疾人联合会、郑州市残疾人联合会、郑州慈善总会、中牟县宣传部等单位给予大力支持。

据了解，电影《幸福路上》改编自真实故事，讲述了一群历经磨难而不屈服的残疾人，身残志坚，顽强生活，勇敢地与厄运挑战，通过自己的努力和奋斗，创造精彩生活的故事。整部影片传达出残疾人坚韧不拔的拼搏精神，和对幸福生活的美好渴望。

据介绍，经过两年的筹备和拍摄，该影片的后期制作已全部完成，预计将于2020年正式上映。

郑州集中培训城市书房工作人员

本报讯(记者 成燕)昨日，由市文化和旅游局主办的郑州市城市书房工作人员培训会在郑州图书馆举行。来自全市的百余名城市书房负责人、图书馆业务骨干、城市书房工作人员参加培训。

据市文化广电和旅游局相关负责人介绍，郑州市城市书房建设是市政府2019年度重点工程、百姓热切期盼的惠民工程，也是打造靓丽城市名片的文化工程，城市书房运营将确保规范管理、安全运行、效能最佳，不断提高我市城市书房在市民心中的知晓度、认可度。

本次培训分为专题辅导、设备实操培训和图书分类排架培训。专题辅导由郑州图书馆馆长李红岩以

《城市书房管理与服务》为题进行授课，李红岩从城市书房建设、城市书房规章制度、城市书房图书管理等方面进行阐述，授课内容翔实、案例鲜活，为郑州市城市书房的运营提供坚实的理论基础。昨日下午，技术人员对自助借还机的使用进行讲解并指导城市书房工作人员实际操作。参训人员还来到郑州图书馆少儿阅览室和图书阅览室，现场学习图书的分类排架。

相关负责人表示，通过此次培训学习，进一步提高了城市书房工作人员的业务水平与实操技能，对加强城市书房人才队伍建设、发挥服务效能具有重要意义，为推动郑州市城市书房建设奠定了坚实基础。



12月27日，游人在北京故宫太和门广场与“吐宝鼠”合影。由故宫博物院、腾讯出品的视频节目《故宫贺岁》将于2020年1月1日正式上线，节目每周1集，每集时长30分钟，计划推出5集。节目里，主持人将与专家、嘉宾等一起在故宫探寻传统过年的习俗。新华社发

好莱坞大片《天使陷落》重磅来袭

本报讯(记者 杨丽萍)好莱坞动作大片《天使陷落》近日在奥斯卡电影大世界举行了提前观影活动，作为经典陷落系列的最新章节，硬汉代表杰拉德·巴特勒、老戏骨摩根·弗里曼等主演悉数回归，上演了一出第一保镖迈克·班宁被构陷沦为阶下囚，绝地反击力证清白、拯救总统的惊险故事。

作为“陷落宇宙”的第三部，《天使陷落》延续了该系列一贯的爽片风格，视效方面全面升级，水下逃生动作惊悚、激烈巷战剑拔弩张、丛林厮杀战火连天，更用上高科技的无人飞机加入战场，让人肾上腺素飙升。影片中大量直升机坠毁、高速追车等场面，均由杰拉德·巴特勒亲自上阵，第一保镖回归燃战大银幕，让观众体验到了更真实、更劲爽的观影感受。

据介绍，《天使陷落》北美上映后烂番茄观众好评率高达93%，连夺两周北美周末票房冠军，升级的动作场面与影片格局，在国内定档后同样引发国内观众的广泛期待。

“动作燃，心理爽”成为观影会被频繁提及的词语，观众纷纷点赞，更有男士调侃其为单身男青年跨年绝佳选择，“叫上兄弟一起刷，燃爽跨年不孤独”。

影片主角迈克·班宁的扮演者杰拉德·巴特勒是有名的“好莱坞猛士代言人”，从《斯巴达300勇士》到《守法公民》他可都是硬打实的钢铁硬汉。算上《天使陷落》，他已经连续出演了三部“陷落”系列作品，每一部都是拳拳到肉枪枪致命，妥妥的一个“行走的荷尔蒙”，而在“陷落宇宙”里，迈克·班宁这个角色也让他有了另一个被观众记住的身份——“走哪哪陷落的男人”。

区别于前两部，《天使陷落》在满足“燃爽爽”的基础上加入了情感新元素，深入迈克·班宁的内心世界，当救人转为自救，当英雄成为嫌犯，班宁该如何寻求真相坚持自我？据悉，杰拉德·巴特勒除男主角外还担任该片的监制，以更加深刻的动作场面与影片格局，在国内定档后同样引发国内观众的广泛期待。

本报记者 杨丽萍

“戴曦”的善良需要略带锋芒

——访电视剧《精英律师》主演蓝盈莹



蓝盈莹在《精英律师》中饰演戴曦

都市律政剧《精英律师》在东方卫视开播以来，收视率始终名列前茅，话题不断。蓝盈莹饰演的律师助理戴曦以“小钢炮”般的台词功力给观众留下了深刻的印象。近日，蓝盈莹在接受东方卫视组织的全国媒体微信采访时表示：多嘴冲动、正义感爆棚，正体现了人物的真实。

《精英律师》展现了以罗槟(靳东饰)和戴曦(蓝盈莹饰)为首的一群法律从业者，为守护公平正义、为职业理想而奋斗的故事。蓝盈莹饰演的戴曦，因为是学霸，司法考

试的十四门课程和任何一部法律条文张口就来，堪称“人形法条机”。剧中有一场戴曦被何赛刁难的律师助理戴曦以“小钢炮”般的台词功力给观众留下了深刻的印象。近日，蓝盈莹在接受东方卫视组织的全国媒体微信采访时表示：多嘴冲动、正义感爆棚，正体现了人物的真实。

说台词是不一样的感觉，那种无形的气场就会给演员很大的压力。”

演了《精英律师》，背了那么多法律条文，蓝盈莹觉得对自己也有普法的作用。“在生活中，遇到一些小问题的时候，我都会想到戏里的一些相关法条来解决。”

剧中的戴曦因为多嘴、冲动，被观众吐槽拖了罗槟的后腿，不适合做一个律师。蓝盈莹在看剧本的时候，也有同样的感受。之所以还会接下这样的角色，因为她觉得真实。“每个初入职场的小白，都犯过戴曦曾经犯过的错误。领导为什么不干脆戴曦犯了什么样的错误，都愿意站在她身边去支持他，因为领导在戴曦的身上看到了他曾经的影子，他觉得正义感是非常好的一件事情。”

随着剧情的发展，戴曦后期也会成长，“她的善良需要略带一点锋芒就好。”

人物真实归真实，现实中，对于职场里的新人和小白，蓝盈莹还是有一句话想要共勉，“一定要多听少说。因为我自己的时候也会有这个问题。”

本报记者 杨丽萍

百余幅国画 亮相中原美术馆

本报讯(记者 秦华)由河南机电职业学院中原美术学院、中原书画院、枫雅斋画院共同主办的“中原书画院副院长陈枫教授师生成果展”正在中原美术馆举办。展览将持续至2020年2月20日。

本次展览共展出陈枫师生国画优秀作品一百余幅，展品中西结合，异彩纷呈，以不同形式的笔法、墨法、色彩抒写牡丹国画，以大场景大花鸟的笔墨语言歌颂祖国欣欣向荣、繁荣昌盛的盛世面貌。

陈枫，毕业于上海美术学院，擅长中国画花鸟，以其独具个性风格的现代彩墨写意牡丹画步入画坛，近年来颇受学术界关注。陈枫多次在海内外举办个人画展及联展，并在全国性书画大展赛中多次获得奖项。

郑州少儿图书馆 “家长课堂”进校园

本报讯(记者 成燕)郑州少年儿童图书馆“家长课堂”近日走进二七区兴华街第二小学，百余家长跟着幼儿教育专家李志英学习《如何给孩子立规矩》。

活动期间，李志英分享了她的儿时成长经历以及出现问题的原因，并分享了如何给孩子立规矩。据了解，“家长课堂”是郑州少年儿童图书馆倾力打造的公益服务项目，致力于为家长从专家角度提供从幼儿、少年时期成长过程中普遍存在的心理健康及社会教育等问题的解决方法，帮助家长从学校教育、家庭教育、社会教育等多方面为孩子健康成长营造良好环境。

该馆负责人表示，该馆希望更多教育专家加入“家长课堂”公益活动，让这项活动成为郑州少年儿童图书馆和学校共同打造的有影响力的品牌公益活动。