

国际奥委会：仍按计划筹办东京奥运会

新华社北京3月17日电(记者 姬烨 丁文娴)新冠肺炎疫情影响下,国际奥委会从17日开始将陆续与国际单项体育联合会、国家(地区)奥委会和运动员代表等利益相关方召开电话会,讨论东京奥运会筹办和备战事宜。据了解,目前各方仍按照东京奥运会如期举办的想法安排筹备

工作,而当务之急是商讨奥运资格赛和参赛配额分配事宜。消息人士告诉新华社记者:“国际奥委会和东京奥运会组委会仍然在按照东京奥运会如期举办的想法安排筹备工作。现在遇到的问题是资格赛无法举行,需要分配和扩大配额,使资格分配公开、

公正、公平。现在距东京奥运会还有四个月的时间,相信能够战胜疫情,如期举办奥运会。”随着疫情蔓延,世界体育赛事纷纷推迟或取消,其中包括多项奥运资格赛。国际奥委会主席巴赫此前也承认奥运资格赛无法按计划进行,是目前的一个“严重问

题”,同时他希望各方可以灵活应对、解决这一难题,确保运动员公平地参加奥运资格赛,通过赛场上的表现获得奥运资格。在与国际单项体育联合会开会前,国际奥委会执委会将先召开电话会。而与

世界羽联排名：陈雨菲让出女单第一

新华社吉隆坡3月17日电(记者 林昊 郁玮)世界羽联17日公布了最新一期世界排名。中国女单选手陈雨菲在刚刚结束的全英羽毛球公开赛决赛中不敌中国台北选手戴资颖,其世界第一的排名也被对手反超。

陈雨菲去年底在世界羽联世界巡回赛总决赛中曾战胜戴资颖夺冠,排名超越对手,职业生涯首次登顶世界第一。时隔几个月两人再次在重大赛事决赛上对决,戴资颖2:0取胜,积分超越陈雨菲重新排名世界第一。除陈雨菲外,另一名中国女单选手何冰娇排名第八。

男单排名中,今年1月在马来西亚遭遇车祸后一直养伤的日本选手桃田贤斗依然以明显优势排名世界第一。中国台北选手周天成排名第二,全英赛夺冠的丹麦选手安赛龙排名上升至第四。中国选手谌龙排名第五,石宇奇排名第九,老将林丹排名第19位。女双排名中,中国组合陈清晨/贾一凡继续排名第一,以微弱优势领先全英赛上夺冠的日本组合福岛由纪/广田彩花。在全英赛上获得亚军的中国组合杜玥/李茵晖排名上升至第五。

男双方面,印尼组合吉迪恩/苏卡穆约和阿山/亨德拉排名前两位,中国组合李俊慧/刘雨辰排名第三。中国混双选手在本次全英赛上表现不佳,但郑思维/黄雅琼和队友王懿律/黄东萍继续排名世界前两位。

火炬接力开幕式将闭门进行

新华社东京3月17日电(记者 王子江)东京奥组委首席执行官武藤敏郎17日宣布,本月底开始的奥运会火炬接力开幕式将闭门进行,并要求身体状况不好的观众远离接力路线。

武藤敏郎当天在奥组委总部紧急会见记者,宣布了大幅度调低火炬接力调动的消息。奥运会圣火将在3月20日抵达日本,原定在宫城县举行的欢迎仪式将取消学生表演活动,21日至25日,圣火将在日本2011年受灾的几个地区举行展览,但庆祝活动也将取消。3月20日,原本在福岛J-Village举行的“盛大开幕仪式”也将取消,开幕式将没有普通观众参加。

武藤敏郎说:“这都是为了防止新冠肺炎的传播。”他还说,任何出现发烧症状的火炬手将被禁止参加接力,任何身体状况不好的观众也将被要求远离火炬接力路线。

武藤敏郎重申奥运会将“按计划”进行,但也承认,现在的形势“每个小时都在变化之中”。

东京奥组委本来制定了一项规模宏大的圣火接力计划,火炬传递遍及全日本47个都道府县,参加的火炬手超过1万名,奥组委还于2月15日在三个地区进行了彩排。难怪武藤敏郎面对目前的困境时说“真是让人心碎”。

东京奥运会圣火3月12日在希腊奥林匹亚点燃,原计划在希腊传递8天,但第二天就因为沿途观众太多被希腊奥委会取消。3月18日,日本奥组委派出的专机将从东京出发前往雅典,3月19日希腊奥委会与日本奥委会将在举办过第一届现代奥运会的雅典帕纳辛奈科体育场举行圣火交接仪式。

东京奥组委：或讨论推迟一到两年举办

新华社东京3月17日电(记者 王子江)日本媒体17日报道,东京奥组委执委会中已经有多名委员同意了委员高桥治之提出的将奥运会推迟一到两年举行的方案,执委会很有

可能在30日举行的会议上讨论这个方案。据日本《日刊体育》透露,由于新冠肺炎疫情在全球的蔓延,东京奥组委中有多名成员支持高桥,但也有些不同意见。

高桥治之是东京奥组委执委会的25名执委之一,他以前曾是日本最大的广告企业电通公司的高级董事总经理。他上周在接受采访时,主张将奥运会“推迟一两年”。

疫情对中国奥运代表团获得奥运资格影响不大

新华社北京3月17日电(记者 张逸飞 牛梦彤)受全球新冠肺炎疫情疫情影响,许多东京奥运会资格赛、积分赛近日被迫宣布取消、推迟。中国奥委会新闻发言人表示,相关部门提前谋划,将奥运备战所受影响降到了最低,整体来说此次疫情对中国奥运代表团获

得奥运参赛资格和整体实力影响不大。

随着疫情发展,国际奥委会、国际各单项体育联合会相继做出了取消、推迟奥运资格赛以及各单项体育赛事的决定。

这些比赛的取消、推迟对中国奥运代表团影响有多大?记者

在采访中了解到,虽然比赛的取消或暂停打乱了一些项目训练备战节奏,难免对个别项目获得奥运资格产生一定的影响。但通过前两年的世界比赛,我国已经在339个奥运会小项中获得了147个奥运资格,在今年疫情期间,又有女篮、拳击、女子水球、自行车等项目获得了14个小项资格。综合往届奥运会参赛情况和我国各项目竞技实力,前期预计可获得210个左右小项参赛资格,截至目前共获得161个小项资格,基本实现了“该拿的资格都拿到”的目标。

2020年青年文艺创作扶持计划项目开始征集

本报讯(记者 秦华)记者昨日获悉,为激励广大文艺工作者把握时代脉搏、坚守人民立场,创作推出更多优秀作品,中国文联今年继续面向全国活跃在创作一线的文艺工作者征集青年文艺创作扶持计划项目,即日起开始申报。

青年文艺创作扶持计划旨在为文艺创作引来活水、注入新鲜力量。主要面向45周岁以下、活跃在创作一线的青年文艺工作者,以个人原创为主,精准扶持、精准立项,为其成长发展搭建平台,侧重于当年推出创作成果。

项目申报至4月10日截止。文艺工作者可根据本人所在地或所属文艺门类向中国文联各团体会员单位报送项目,中国文联各团体会员单位对项目进行遴选论证后,推荐报送至中国文联项目领导小组办公室。

“金鸡独立”最强达人今晚诞生

本报讯(记者 陈凯)今晚7:30,全民线上“中国体育彩票”河南省全民线上健身大会趣味挑战赛的第一个比赛项目——单脚站立PK赛将展开收官之战,决出最终的冠、亚、季军。与昨晚进行的第一阶段淘汰赛一样,今晚的四强赛直至决赛,企鹅体育仍将对此赛全程进行线上直播。想见证谁将成为“金鸡独立”最强达人的小伙伴们速来围观,同时参与互动抽奖,赢取包括2020郑州国际马拉松赛免费直通名额在内的众多好礼。

本次比赛单脚站立PK赛,由河南省社会体育事务中心、河南省体育彩票管理中心主办,客厅马拉松平台独家发起,河南中迹体育文化传播有限公司、郑州郑马体育文化传播有限公司承办,集参与性、竞技性、趣味性、观赏性于一体,包含线上PK和直播互动,旨在打造全民线上运动嘉年华。单脚站立PK赛从13日开始展开预赛,经过5天激烈角逐,32名“金鸡独立”达人晋级到昨晚进行的1VS1淘汰赛,他们当中年

龄最大的59岁,最小的12岁,其中还有一对双双晋级的夫妻档。在预赛当中,选手最好成绩为10分15秒,第32名的成绩为5分15秒48。通过昨晚比赛决出的8位选手晋级到今晚进行的四强赛。

今晚7:30,感兴趣的小伙伴们届时可以登录企鹅体育APP,在线见证“金鸡独立”最强达人的诞生,在围观比赛的同时参与互动抽奖,赢取包括2020郑州国际马拉松赛免费直通名额在内的众多好礼。

春暖花开正当时 户外健身要谨慎

春暖花开正当时,绿城郑州街头百花争艳。因为新冠肺炎疫情防控工作而久居家中的人们,开始走出家门到户外去运动。记者近期发现很多喜欢运动的小伙伴们在朋友圈晒出了郑州街头繁花似锦的精彩照片,还有戴着口罩跑步或使用户外健身器材运动的自拍照。不过,当前疫情形势依然严峻复杂,防控也正处于最关键阶段,容不得任何松懈与疏漏。专家提醒,特殊时期户外健身一定要谨慎。

“我户外锻炼一般都是选择在健身步道上跑步,偶尔也会用一下步道旁边的户外健身器材做做拉伸训练。”家住西三环附近的健身爱好者王海路告诉记者,“我都是自己去跑步,而且全程戴着口罩,没有像平常一样约着大伙儿一块儿活动。即便在跑步途中遇到熟人,也就是远远地点头打个招呼,也没有结伴一起跑。”通过走访记者发现,随着天气逐渐变暖,像王海路一样选择户外健身的人越来越多。

那么,疫情防控的特殊时期,人们是否适合在户外进行健身活动呢?河南省呼吸病学方面的专家张晓菊表示:“疫情防控特殊时期,大家还是要做到减少外出,尤其不要去密闭的室内场馆,建议大家最好以居家健身为主。”

“目前全国疫情防控正在趋向好转,但是疫情形势依然严峻复杂。当然在条件允许的情况下,可以适时适度进行户外健身,但也必须做好相关防护工作。户外健身时,大家一定要戴好口罩,并用双手压紧鼻梁两侧的金属条,使口罩上端紧贴鼻梁,然后向下拉伸口罩,使口罩不留有褶皱,覆盖住鼻子和嘴。”张晓菊说。

河南省乒乓球网球运动管理中心队医张王涵则告诉记者:“人们在户外不要参加聚集性的健身活动,且不建议进行高强度的运动,宜选择强度较低的运动,如散步走、太极拳等项目。这主要是因为口罩具有密闭性,高强度运动时耗氧量会增加,戴口罩会引起呼吸受阻,此时人们会感到喘气费力,产生憋气现象,时间一长还有可能出现胸闷、眩晕等症状。此外,患有心肺功能疾病的患者、老年人等,也不建议佩戴口罩进行健身。”

张晓菊建议:“疫情防控期间大众在参与户外健身时,不要参加多人对抗性运动,尤其不要多人共用户外健身器材,不宜多人共用场地,并注意适度运动。户外健身时,一定要保持人与人之间的距离,至少要在1.5米以上的安全距离。健身之余,不应摘掉口罩休息、聊天,更不要在随地吐痰等不文明、不健康的行为。此外,一些老年人喜爱的棋牌类活动,因为会引起大众聚集,此时也不应参与其中。”

“总之,尽管现在是春暖花开正当时,但是在疫情防控的特殊时期,人们还是应该减少外出,不去人流量密集的场所;即使条件允许,大众进行户外健身也应做到多走路、不停留、不扎堆、不聚集。最重要的是要戴好口罩,户外健身回家时一定要洗手。”张晓菊说。

本报记者 陈凯

居家抗疫：引领运动新时尚

新冠肺炎疫情突然来袭,不但改变了人们的生活节奏,也带来了一场改变生活方式的“宅运动”热潮——不仅平时有健身习惯的人改在家里进行健身运动,一些平时没有锻炼习惯的人,也开始尝试着在家里“活动”,把抗疫演变为运动新时尚。

疫情防控期间,当健身人群把健身活动移至家中进行,或者久居室内的人们想要通过锻炼保持状态、增强体质,如何才能更科学、更有针对性地“动起来”?在这方面,专业的河南体育人迅速拿出了最专业的“答案”。“当前形势下,在室外活动不现实也不提倡,建议在家以科学的方法指导运动、健身。当前,运动对于抵抗疾病和疫情都具有非常重要的价值和意义。在对抗疫情的过程中,人的免疫力是最关键和最重要的,而免疫能力的高低,则取决于一个人身体状况的好坏,坚持体育运动可以提高自身的免疫能力。”省社体中心主任袁军说道。

疫情使学生不能如期到校,少林鹤鸣太极校委会及时谋划,研究成立文教、武教网教小组,成立了200多个教练员班级群,利用钉钉课堂等平台进行网络教学直播。学校微信公众号和网站,编发了武校总教练梁少飞的“梁氏少林养生八段锦”“梁氏混元(开合)桩”等教学视频,号召广大师生和家长一起学习。“八段锦是我国古代的导引术,由8个动作组成,因其健身效果显著,易行安全,故千余年来在民间广为流传,是中华传统养生文化中的瑰宝。整套功法质朴端庄,动静相兼,舒展柔和,不受场地、时间、环境的限制,随时随地可自行练习。”梁少飞向记者说道。

1月30日,河南省体育局武术训练馆,世界冠军、有着“太极王子”之称的河南太极拳名将马建超精神抖擞地出现在镜头前:“大家好,我是马建超,今天跟大家分享居家运动的方法……”当天,由河南省体育局联合省会多家媒体,通过邀

请专业人士示范讲解的方式推出的一系列适合在室内进行的健身运动,开始通过各种媒体渠道向社会公众推广。有亲子健身游戏、瑜伽、太极,有身体拉伸和力量训练,还有适合老年人的简单身体活动,而且,各项目示范讲解人还包括了奥运冠军贾占波、孙甜甜以及太极拳世界冠军马建超、全国冠军侯雯等体育明星,有力地支持了这场全民抗疫“运动战”。

在家庭微定向活动中,比赛要求各支以家庭为单位的参赛队伍“以手绘方式设计一张家庭定向地图,以厨房、卫生间、客厅等为任务节点,完成垃圾分类、用‘疾控中心推荐方法’洗手、俯撑和原地蹲起等规定动作……”。通过这一连串的精心设计,原本在野外、户外进行的定向赛,在疫情防控的特殊时期,被极富创意地“搬”进了千家万户,让广大爱好者得以不出家门,“线上”参赛、玩定向。参与互动的每一个居家运动有效视频,都是一次爱的捐赠,主办方选择优秀视频进行后期制作,同步在抖音、微博、微信等官方号上宣传,让更多受众参与运动、爱心打卡公益。

据了解,省社体中心系列赛事活动启动以来,参与者众多。河南省线上业余围棋擂台赛由知名主播同时进行网络解说,其对弈平台连续两天直接观赛人数峰值分别为67000人、69000人;河南省线上象棋网络赛,3月10日网上观战的棋迷超过了14万人次。“河南是象棋人口大省,群众基础好,相信还会有更多的棋友参与进来。”省社体中心象棋教练王聚群说。

省毽球协会秘书长樊朝晖居家隔离期间每天坚持踢毽球,他说:“居家健身当然首选踢毽子,鼓励全家一起做毽子、踢毽子,采用盘踢、磕踢、绷踢、拐踢等不同的踢毽动作,不断变换花样踢,不仅有利于营造活跃的家庭氛围,更能锻炼身体,增加免疫力,抵抗病毒。”对于此次线上大赛,樊朝晖说:“居家战

‘疫’毽球不能停,体育不能停,健康不能停。我们希望为大家搭建一个平台,展示居家锻炼一个月来的健身成果。希望能引导积极健康向上的健身活动,构建健康和諧家庭。”

疫情防控期间的运动,对于免疫力低下的老年人,郑大医院张绍通院长说道:“适当的运动可以提高老年人的免疫力,专家进行的三项研究指出,每天运动30~45分钟,每周5天,持续12周后,免疫细胞数目会增加,抵抗力也相对增加。因此,日常生活中老年人要坚持体育锻炼。不过需要注意的是,对于老年人来说,运动量并非越大越好,运动过量会使机体免疫功能受到损害,影响健康。而且剧烈运动后的免疫力降低要持续1小时左右,经过24小时以后才能恢复到原来的水平。因此,老年人体育锻炼要适度,以锻炼后精神饱满,不感到疲乏为标准,运动只要微微出汗即可,可以通过运动中说话不能唱歌来判断运动强度是否过大。”

抗疫,是2020年新春出现频率最高的词。居家抗疫,引领健康运动成新时尚。

春花已经绽放,在这场紧张的战“疫”中,从奋战在抗疫一线的医护人员,到响应号召做好疫情防控工作的各行各业,每一个人的辛苦付出,都让我们更接近于胜利的曙光,让我们坚信疫情定会距离我们越来越远。

本报记者 刘超峰 文 省体育局 供图

