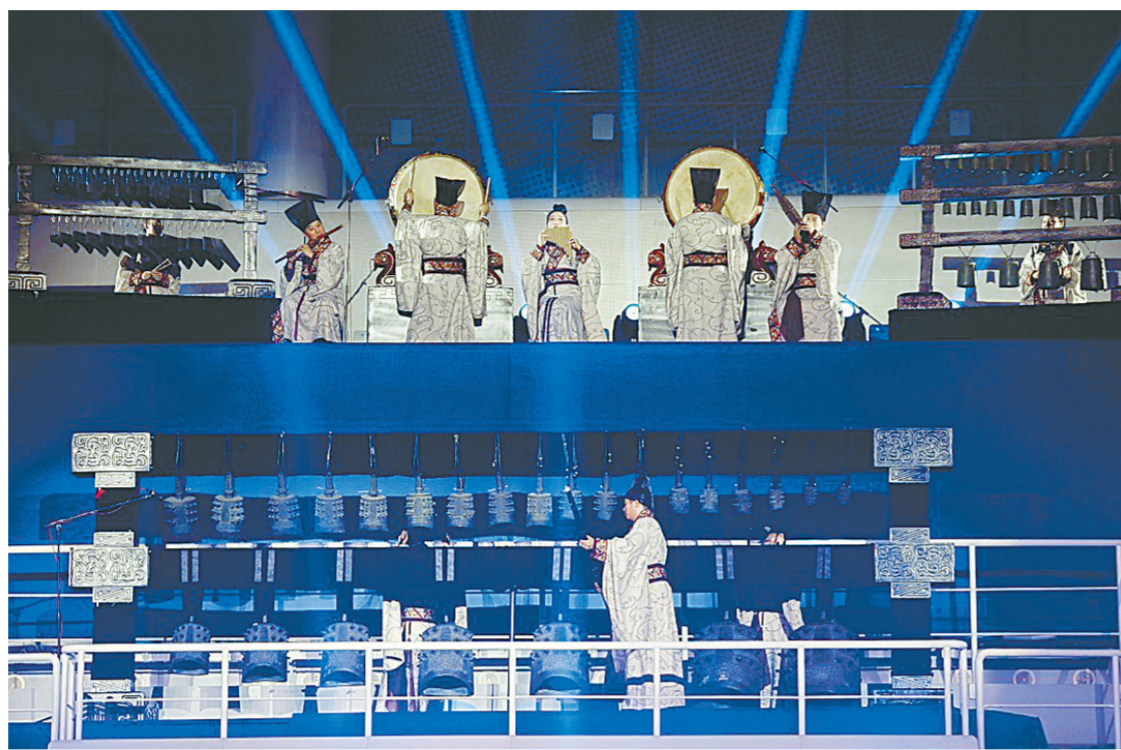


# 华夏古乐助阵冬奥 “百人大乐”再抒华章

本报讯(记者 秦华)百年冬奥梦实现,盛世国乐抒华章。近日,河南博物院华夏古乐团受邀参与录制北京广播电视台制作的大型冬奥音乐真人秀《冬梦之约》,与来自全国各地的演奏家共同奏响《冬奥·玄鸟》。节目在中央电视台奥运频道、央视频、北京卫视、北京冬奥纪实频道等平台播出,给大家一场精彩绝伦视听盛宴。

这场《冬梦之约》“百人大乐”活动现场星光熠熠、舞美酷炫。不仅有河南博物院华夏古乐团与方锦龙国乐团、神骏乐团、大威天乐团等国乐界的中坚力量和后起之秀,更有北上广深、辽宁、河南、江苏、浙江、四川、海南、山西、福建等近30个省市的40多名优秀青年演奏家参与其中,六大方阵一起演绎,古今乐器一应俱全。河南博物院相关负责人表示,这样的组合可称得上国乐复兴在当代最诚挚的表达。

活动现场,六大方阵共同演奏了作曲家马久越的曲目《冬奥·玄鸟》,这首作品取材于文学瑰宝《诗经·商颂·玄鸟》。为了让世界各地的听众都能理解并产生共鸣,演奏时以《玄鸟》为主旋律,中间穿插了《欢乐颂》《春江花月夜》《茉莉花》《今夜无人入睡》《野蜂飞舞》《百鸟朝凤》和《云雀》等一组中外经典作品,辅以古代编钟、歌钟、编磬、虎座鼓,以及五弦琵琶、箜篌、古筝、二胡、马头琴、唢呐、箫、琴、笙、笛、中国大鼓等多种民族乐器共同进行演奏,彰显出一飞冲天的体育精神与青春活力,和泱泱大国的恢宏气势与厚重多彩的文化底蕴。



河南博物院华夏古乐团参与录制《冬梦之约》 河南博物院供图

## 西汉彩绘陶仕女俑 “现身”洛阳黄河边

据新华社郑州2月24日电(记者 桂娟 李文哲)体形消瘦、削肩细腰的陶仕女俑,身着宽大汉服,文静含蓄;简单修复后的陶马,或张嘴嘶鸣,或闭嘴发力,威风凛凛……近日在清理黄河孟津会盟段河道内古墓群时,洛阳市文物考古研究院发掘出土十余件西汉彩绘陶仕女俑和陶马,再现西汉盛世。

“这是洛阳首次发现完整的西汉陶仕女俑和陶马。”洛阳市文物考古研究院院长赵晓军说,此前洛阳地区古墓葬中出土的多为陶俑头、陶马头,完整的陶仕女俑、陶马实属罕见。

据介绍,仕女俑呈站立、跪坐两种姿态,站立仕女俑高约60厘米,跪坐仕女俑高约40厘米,身上留有橙红、浅黄、深红等彩绘痕迹。根据服饰、发髻及制作工艺等,结合墓葬形制,考古人员确认她们来自西汉。

去年12月,洛阳市文物考古研究院在黄河孟津会盟段南侧河道内发现一处汉代墓葬群,包括各类(含水面下)墓葬110余座。经国家文物局批准,现已发掘清理空心砖墓39座、小砖墓18座,出土陶壶、陶鼎、陶敦、陶罐、陶鸡、陶狗、陶案、陶圈等各类文物200余件。

## 《改变历史的伟大战役》出版 展现波澜壮阔的世界战役史

本报讯(记者 秦华)中国画报出版社近日推出了《改变历史的伟大战役》,通过生动精练的文字搭配海量珍贵图片、详尽的作战地图,为读者真实还原战争场景,揭示改变人类历史的50场经典战役背后的真相。

无论是因为历史宿怨、金钱、荣誉还是自由,战争贯穿整个人类历史,从未停息。在很大程度上,战争的胜败会决定历史的走向。战争对于所有参战的民族来说都是转折点,无论是为了捍卫本民族的尊严、理想,抑或是个人为了自己一心追求的事业而战,都是如此。

滑铁卢战役不仅彻底结束了拿破仑的军事生涯和政治生命,改变了欧洲的历史进程,也使这一大片堆满了将士尸骨的土地永远载入史册,成为一代又一代人凭吊的古战场;斯大林格勒战役使苏军从德军手中夺取了战略主动权,并对争得苏联卫国战争乃至整个第二次世界大战的根本胜利做出了决定性的贡献……《改变历史的伟大战役》选取了世界历史上最具代表性、影响力的50场战争,并借助海量珍贵历史图片和详尽的战事地图,图文并茂、立体直观地为读者展现了一幅波澜壮阔的世界战役史。

同时,作为一部历史科普作品,该书在取材上更加宽泛,行文更自由,可读性强,增添了更多关于战争背后的细节。



2月23日,拜耳慕尼黑球员万多夫斯基(左)在比赛中射门。当日,在2020—2021赛季欧洲足球冠军联赛1/8决赛首回合比赛中,德甲拜仁慕尼黑客场以4:1战胜意甲尤文图斯队。 新华社发

## 马街书会“云端”说唱

本报讯(记者 秦华)又是一年马街书会,因新冠肺炎疫情防控需要,今年的马街书会取消了线下展演活动,搬到了线上。本次线上马街书会书状元评选、线上第三届长篇大书擂台赛等各种活动,带大家云端享受曲艺盛宴。

马街书会是河南省国家级非物质文化遗产项目,被誉为“中国十大民俗”之一,自元代以来历时700余年从未间断,它秉承以天作幕,以地为台,以书友会的传统,代代相传,素有“一日能听千台戏,三天看破万卷书”的美誉。

今年,为创新文化活动举办方式,丰富广大人民群众

春节期间精神文化生活,减少疫情防控风险,将马街书会搬到了线上。本次活动内容丰富多样,包括线上马街书会书状元评选、线上第三届长篇大书擂台赛、线上第十六届全国优秀曲艺节目展演、马街书会收徒拜师活动、“战疫情庆新春——我们的小康生活”宝丰县乡村晚会上专场演出等活动。大家不仅能见证书状元的诞生,还能饱览全国优秀曲艺节目,观看接地气的乡村春晚演出活动。

## 郑州美术馆新馆两大展览延展

本报讯(记者 成燕)记者昨日从郑州美术馆了解到,该馆在藏品方沟通协商后,原定于本月底结束展出的“西泠印社藏精品展”与“情境与选择:段正渠作品暨文献展1983—2020”将延长展期至3月21日。

据了解,郑州美术馆新馆自2020年10月25日开馆以来,受到广大观众关注与喜爱。作为该馆新馆开馆的重磅

展览,“聚美中原:郑州美术馆新馆开馆系列展”更是引起社会积极反响。牛年春节,平均每日到馆的参观者达4000余人。据了解,为回馈公众对该馆开馆系列展览的参观热情,在藏品方沟通协商后,“西泠印社藏精品展”与“情境与选择:段正渠作品暨文献展1983—2020”将延长展期至3月21日。

需要提醒市民的是,郑州美术馆新馆开馆系列展中的“青春万岁:新中国美术的青年时代——中央美术学院美术馆馆藏精品展”与“河南当代青年美术家邀请展”将于2月28日结束。工作人员提醒,尚未观展的观众请把握剩余不多的展览时间,尽快前去欣赏这两场美术盛宴。

## 中超准入“最后期限”将至

老牌劲旅江苏天津前景不容乐观

本报讯(记者 刘超峰)转眼间,距离中国足协规定的各俱乐部2月28日上交工资确认表和相关材料的最后期限已经迫在眉睫,届时如有俱乐部无法提交的话,将退出职业联赛的“舞台”。

最近,去年的中超冠军江苏苏宁成为大家关注的焦点。受到资金问题困扰的苏宁集团正在考虑低价出售江苏队,作为上赛季中超的冠军球队,江苏苏宁不仅没能在夺冠后更进一步,反而在经济危机的泥潭中越陷越深。其实早在去年,有关苏宁欠薪、财政崩溃等消息就时不时出现,这是俱乐部危机的先兆。而今年开始,随着欠薪问题的进一步加剧,奥罗拉的离开,以及功勋外援的集体出走,苏宁的生存压力空前增大。即使最终真的宣布解散,也并不会太出人意料。

而最令人担忧的无疑是老牌劲旅天津津门虎(泰达)。其他球队纷纷结束第一阶段冬训时,津门虎却尚未集中。球员们纷纷通过社交媒体发声,希望各界能对处于困境的津门虎给予支持,但在申请延期递交工资奖金确认表后,俱乐部再次陷入沉默。2月28日是中国足协规定的延期提交工资奖金确认表的最后期限,这支中超老牌球队能否在“大限”前逆天改命?种种迹象表明,津门虎实在不容乐观。

不管怎样,受到限薪令以及中性名的影响,目前已经有俱乐部洗牌出局,另外还有部分企业决定退出解散球队,这都将给当下的中国足球产生不少波澜。

## 嵩山龙门队冒雨航体首练

本报讯(记者 郭韬略 刘超峰 文图)骤然下降的气温和糟糕的雨雪天气并没有影响到主教练哈维尔的训练计划,昨日下午,河南嵩山龙门队在更名之后首次前往航体进行了训练。

正月初五重新集中后,球队的备战工作并没有受到更名影响。定期从中牟基地前往航海体育场进行训练,一直在哈维尔的计划之内,一来队员们从基地的封闭环境中走出来,利于调节心理状态保持应有的兴奋度,二来航体更好的场地条件也利于教练组实施战术训练。只是天公不作美,突然变化的天气多少给训练带来了困难,但全队还是在一个半小时的时间内完成了所有科目。

新赛季即将开始,球队照例也发生了一些变化,多张新面孔出现在训练的队伍中。此次在航体训练的25名队员当中,除了新加盟的内援迪力穆拉提之外,还有杨国元、韩东、刘家辉等多位从预备队上来的新人,而得到“特别提拔”的U19队长杜智轩也在场边接受助理教练的单独指导。内、外援方面,两名从海外回归的球员周定洋、舒尼奇也都随队正常训练,前锋多拉多则因故留在基地。而至今仍滞留在家中的伊沃和卡兰卡,俱乐部也在积极协调,争取让他们早日归队。队员当中还有一个河南球迷熟悉的“新人”:冯博轩。这位去年以租借方式从广州恒大加盟的年轻球员,很快在队内占据了主力位置,也得到了哈维尔的高度认可,他也是本赛季嵩山龙门队要引进的一个重点球员。虽然至今尚未官宣,从目前情况来看,他和嵩山龙门队已是无限接近。

随着时间的推移,球队的训练将会有越来越多的技战术内容,并且也更需要通过热身赛来磨合阵容,为此球队也将于3月1日再度前往海口进行集训,集中了多支中超球队的观澜湖基地也能更方便球队联系热身对手,北京国安、山东泰山以及武汉都在此训练。按照计划,球队将在海口训练两周左右的时间,随后返回郑州。如果中超联赛能按计划于4月份开打的话,嵩山龙门队也将很快进入临战状态。

多种因素作用下,让为数不少的足球俱乐部的经营都身处困境,而一切切的“中性名”政策甚至让这些俱乐部连转让都非常困难,而一直保持相对稳定的嵩山龙门队,从人员上看,即便是不能说实力有明显提升,至少也是和去年相当,这也让人对球队新赛季的成绩有了更多期待。



河南嵩山龙门队在航体进行训练

## 备战“两运”聚力冬训 之游泳运动管理中心篇

强化心理 突出体能

## 河南泳军谋划出彩新篇章

最终的结果却不理想,产生极强挫败感的李爽对自己产生了怀疑,甚至萌生了退役的念头。冯燕告诉记者:“后来我和李爽面谈调节其心理,让她认知到高水平运动员成绩的提升,并不是完全由基础体能的提升决定的,如何将基础体能的提升转化成专项体能的提升进而提高成绩才是根本所在。经过心理调节,李爽豁然开朗,又满怀信心地投入到训练中。”

4年前的天津全运会,河南游泳取得了3金3银3铜的优异成绩,随着宁泽涛等一批老将的退役,没有绝对实力派领军的河南游泳军团,想要在明年的陕西全运会上创造佳绩并非易事。侯钰杰、张馨予、李爽、李永威、申豪等重点运动员必须共同扛起河南游泳的大旗。“我们不仅在平时训练中强化运动员的心理辅导,而且还打破原有模式从挖掘他们的心智上下功夫,提升他们对游泳运动的深入认知,进一步激发他们的训练热情,从‘要我练’转化成‘我要练’,只有这样,我们才能通过团队的优势在陕西全运会上有所作为。”毛玉成充满期待地说。

通过去年长达3个月的基础体能训练,河南游泳健儿们的基础体能有了大幅度提高,如何将提高的基础体能转化成提升运动成绩的专项体能,是河南省游泳中心冬训期间的重要目标。为此,中心专门聘请了体能训练方面的专家孙

冰,进一步突出体能训练,为每一名健儿“量体裁衣”制定针对性的专项体能训练计划,进而帮助他们提升运动成绩。同时,他还肩负着运动康复方面的重任,通过不同的体能康复手段治疗队员的伤病以及预防伤病。冬训期间,河南省游泳中心还加大技术、科研等方面的投入,配备专用设备,进一步完善复合型训练保障团队模式,引导教练员由单一指导训练模式向以教练员为主导的、以创新科技为支撑的复合型训练保障模式转化。

据了解,目前侯钰杰正在跟随贺东辉教练组在昆明为东京奥运会和陕西全运会进行全力备战,其训练状态良好。侯钰杰也是目前河南游泳最有希望获得东京奥运会参赛资格的运动员。主项是100米自由泳的侯钰杰,将向着既定目标发起冲击。

张馨予、李爽、李永威、申豪等重点运动员,通过强化心理、突出体能的冬训,无论是思想境界还是个人能力均提高显著。“这个冬训感觉自己收获挺大的,特别是心理方面强大了很多,自信心、训练热情都激发出来了!”参加过里约奥运会的老队员张馨予颇有感触地对记者说。

强化心理、突出体能,为“两运”积极备战的河南泳军,正通过先进的理念和战法谋划出彩新篇章,力争在“两运”上再创佳绩。 本报记者 陈凯 文图



河南省游泳队一线队的队员在进行训练

“冠军应该具备怎样的心理技能?一定要有清晰的心理定位,要集中注意力……”昨日,一堂心理辅导课在河南省游泳运动管理中心开课,担任授课老师的是郑州大学体育学院运动心理学教授冯燕,听课的则是正在进行冬训的河南省游泳队一线队全体队员。

“从冬训一开始我们就把心理辅导纳入到整个训练体系当中。因为疫情防控的原因,过去的一年我们的运动员长时间进行封闭训练,即便有队内对抗赛、外出封闭训练这样的‘调剂’,但时间久了大家身心还是会出现疲劳,影响训练状态和质

量。今年是全运会年,这次冬训非常重要,我们在冬训期间引入心理调节,就是要借此帮助运动员克服疲劳心理,提升训练质量,进而达到冬训的目标。”河南省游泳运动管理中心主任毛玉成介绍说。

“针对不同水平的运动员,我们心理辅导的方法也是不一样的。对于重点运动员采取的是‘面对面’的方式,第一时间给予心理干预找出问题所在。”冯燕如是说。去年年底至今年元旦举行的中国游泳争霸赛第一场比赛,省游泳中心重点运动员李爽发挥并不理想,冬训期间基础体能大幅度提升的她对比赛满怀期待,不过