

郑州商都遗址博物院“解码工程” 入选全国“终身学习品牌项目”

本报讯(记者 左丽慧 文/图)4月15日记者从郑州商代都城遗址博物院获悉,近日公布的2025年全国新时代“百姓学习之星”“终身学习品牌项目”名单中,郑州商代都城遗址博物院推出的郑州商都文化“解码工程”入选“终身学习品牌项目”推介名单。该项目包括“商都讲坛”“商都沙龙”“商都故事会”和“亳乐研学”等系列全民学习项目。

人人皆学: 全民友好的普惠课堂

据介绍,郑州商代都城遗址博物院“城市文化会客厅”推出文化解读系列惠民活动,高质量学习资源对公众开放,满足差异性学习需求。“商都讲坛”邀请国内著名权威考古大家,带领文博爱好者溯源以郑州商城为代表的早期中国文明根脉。“商都故事会”立足郑州本地文化,生动立体地展示郑州城市新形象。

“商都沙龙”围绕商都有文、有礼、有乐、有藏四大主题,向青少年们提供学习、互动与交流的趣味文博空间。“亳乐研学”教育品牌上线20余款针对不同年龄层面的沉浸式郑州商都历史文化研学课程,以



观众参加“商都沙龙”拓印互动

完善的配套服务和年轻化的表达,成为研学者喜爱的“第二课堂”。

处处能学: 延伸特色文博学习空间

在快速变化的社会中,博物馆如何更好守护人类优秀文化遗产,满足公众精神

文化需求,郑州商都文化“解码工程”正是对这一时代命题的创新解答。该项目打造多个富有特色的学习场景,从文物展厅到研学教室,从遗址现场到古建院落,公众在城市文脉与根脉的交汇之处,可以阅读“立体的城市教科书”,能够体验“行走的历史课堂”,每一步都踏在郑州蓬勃跳

动的文化脉搏上。流动的学习空间和文化场景,既满足了人民群众多样化、多层次、多方面的精神文化需求,也唤醒了这些静静伫立在城市中心的历史文化遗产所蕴藏的活力。

时时可学: 线上线下优质服务平台

让优质文博资源“触手可及”,搭建“时时可学”的终身学习公共服务平台。博物院的高频讲座、定期沙龙、日常研学,以及每日多场次的义务讲解和志愿讲解,打破传统教育的时间限制,充分调动公众的闲暇时光。“在博物馆里学习已经成为我的一种生活方式,每周我都能在这里学到不一样的知识。”一位本地的“文博发烧友”徐女士说道,“到了假期,我还会带着孙女来体验各种社教和研学活动,感受非常充实。”如今,“商都讲坛”“商都沙龙”“商都故事会”等惠民活动已经拥有了一大批忠实粉丝,场场座无虚席,期期受益匪浅。

“每周有活动,处处见特色。我们将持续围绕郑州城市文化,引入更多优质的教育资源,充分释放优势文博资源,激发大家在家门口学习的热情。”郑州商代都城遗址博物院工作人员表示,“也非常感谢各合作单位,社会各界,省、市及管城区教育单位的大力支持。今后,博物院还将继续开展‘文博+教育’的创新联动,共同推进学习型城市建设,为文化传承提供可持续发展的动力和活力。”

河南队今晚客场挑战 “升班马”大连英博

主教练南基一带着“压力”出征

本报讯(记者 郭翔略 刘超峰)4月16日晚7点,河南俱乐部酒祖杜康队将在大连梭鱼湾足球场迎来与大连英博的首次交锋。这也是在俱乐部体育总监贝拉·加西亚上任后河南队的首场中超联赛,“督军”到位,主教练南基一也一定会感受到压力,面对“升班马”,河南队必须拿出更有说服力的表现。

受大风天气的影响,原定于4月12日河南队主场与上海海港的比赛被迫延期。在已经开过了赛前新闻发布会并进行了赛前踩场训练之后,才得到延期通知,这让球队的备战节奏受到了一定的影响,不过队员也得到了更充裕的休息时间,尤其是在客场对深圳新鹏城的比赛中出现伤病的阿奇姆彭和卡多索能更好地恢复。

早在上周四,河南足球俱乐部官宣了体育总监贝拉·加西亚的上任,旨在帮助一线队改善成绩,并对教练组以及全队的表现进行评估。在球队艰难取得首胜,而且赛程密集的情况下,贝拉的到来意味不言而喻。而伴随着与上海海港的比赛延期,客场对大连英博的比赛,就成了南基一的“首考”。

事实上,就纸面实力而言,河南队绝不应该是目前积分榜第12的位置,这与南基一的排兵布阵与临场指挥不力有很大关系。而随着第五轮客场对阵深圳新鹏城的比赛中将阵容回归正常,首胜也就顺理成章地到来。当然,首胜毕竟是建立在对手实力较弱的基础上的——六轮过后,深圳新鹏城仅积3分排在倒数第2,而17个丢球数也是“中超之最”。要想焕发出更强的战斗力,真正走上正轨,南基一和他的教练团队还有更多事情要做。

河南队与大连英博的比赛,是双方历史上的第一次交锋。论实力和经验,河南队自然要优于对手,但作为“升班马”,大连英博在过去六轮联赛中1胜3平2负积6分,排名第11位,比河南队还高一位,表现超出预期。尤其是在主场,他们也有着更好的发挥。

进入中超的第一年,大连英博的引援力度相当大,尤其是两名前锋马莱莱和卡兰加,都是已经在中超证明了实力的强力中锋。前者虽然得分效率低,但冲击力极强,是一台让任何一条中超后防线都头疼的“搅拌机”,而曾在河南队效力的卡兰加,则深受河南球迷喜爱,今年他已经为大连英博打入3球。上一轮面对实力强大的天津津门虎,大连英博占尽优势,射门次数更是3倍于对手,可惜临门一脚欠点儿火候。所以本场赛前,主帅李国旭也特别强调了“效率”,并表示做了针对性准备,会全力拿下比赛。而队内效率最高的卡兰加也被特意安排出席了赛前发布会,即将面对旧主,卡兰加表达了对胜利的渴望。而他在本场比赛中也一定是焦点人物。

相比对手,少赛一场的河南队休息时间更充分,在体能上占有一定优势,能否如愿取胜,还要看南基一的临场指挥。而在中超最火爆球场之一的大连梭鱼湾足球场,如果能全身而退,南基一的“首考”也算及格。

“行走是吾乡”公开赛济源站举行 “全民骑车季” 正式开“骑”

本报讯(记者 陈凯)4月15日,记者从河南省体育局获悉,为期两天的“行走是吾乡”2025年河南省自行车公开赛济源站的比赛4月14日圆满落幕。随着本站比赛的举行,也标志着今年河南省的“全民骑车季”正式开“骑”。

“行走是吾乡”河南省自行车公开赛是河南省本土培育、重点打造的全民健身品牌赛事,由省委宣传部、省体育局指导。作为学习宣传贯彻党的二十大精神重大主题工程——“新时代 新征程 新风貌”十大群众文化活动之一,累计吸引数万人次参与,覆盖河南山水人文精华线路。本次济源站的比赛设沿黄河骑行挑战组、追风组,男子公路车青年组、大师组,女子公路车大众组、男子山地车大众组以及全民健身群众组等组别,兼顾专业竞技与大众体验。千余名群众组选手成为赛场亮点,他们不限年龄、车型,以热情诠释骑行魅力。本站比赛吸引了来自北京、天津、河北、山东、广东等地40余个城市的2000多名骑行爱好者,用一场春天的快乐骑行,开“骑”“行走是吾乡”2025年河南省自行车公开赛的序幕。

本次济源站的比赛以赛事为载体,积极推动“体育+文旅”深度融合。赛事精心打造的“景区赛道”贯穿黄河小浪底生态廊道、南山森林公园、全国最美乡村花石村等核心景区,将竞技激情与山水人文无缝衔接。其中首次推出的沿黄河骑行组路线以“文化+生态”为特色,穿行于古织国遗址与现代城市交融的黄河大道,聆听千年黄河的澎湃之声;而男、女公路车及男子山地车组别的骑行路线则从那些年小镇出发,途经太行天路和水牛线林荫小道,自然野趣之中充分展现济源“山骨水魂”的独特魅力。

另据了解,为让参赛选手及游客深度体验城市魅力,济源站赛事组委会特别推出“骑游济源”礼遇计划,向所有参赛选手赠送包含王屋山、黄河三峡、小沟背、五龙口、济渎庙五大景区的专属套票。选手们可在赛后凭票畅游济源,感受愚公故里历史底蕴与自然馈赠。

功夫郑州 奇遇记 系列报道

坚持做搬石头的“小和尚”

本报记者 黄栖悦 文 周雨 图

必杀技苦练7年

4月14日上午,在金水区丰产路徐富强的新武馆,他正在展示苦练7年之久的搏击腿法——“侧端腿”。徐富强身姿挺拔如松,当他猛然发力,侧端腿瞬间踢出时,整个身体如同绷紧的弓弦骤然释放,动作迅猛而流畅,“嘭”的一声,脚掌精准地踢在目标沙袋的位置,沙袋因受力而倾斜,而他却稳如泰山。展示之后,他耐心地跟大家分享着他的“绝招”和习武之路。

作为散打技术体系中的核心进攻腿法,侧端腿兼具战术灵活性与致命杀伤力:既可前出袭扰,扰乱对手攻防节奏,为后续组合攻击创造战机;又能长驱直入,凭借其独特的力学优势给予对手打击。该技法完美融合了几何学原理与生物力学机制——其直线进攻轨迹遵循“两点之间线段最短”的基本原理,确保攻击路径最短、速度最快;同时通过“拧腰转髋、展胯送膝”的爆发式发力,将全身力量集中于一点,形成穿透性极强的打击效果。因其攻击距离远、隐蔽性强、破坏力大等特点,成为职业搏击、散打选手克制制胜的利器。

“侧端腿”这一绝技,深深烙印在徐富强的武术生涯中。1996年,年幼的徐富强初次接触武术,即便面对简陋的训练环境和粗糙的自制沙袋,也未能磨灭他心中炽热的武术梦想。3年后,怀揣着对武术的执着追求,他慕名来到郑州登封少林鹅坡武术学校深造。在名师严格指导下,徐富强的武艺突飞猛进,成绩始终保持在班级前列。正是在这一时期,他开始潜心钻研“侧端腿”技法。

用心打造有温度的武馆

徐富强于2002年毕业后留校任教。在教学习武上,他尊奉“严师出高徒”的古训,对孩子们在武术技艺的学习要求一丝不苟,教学态度严谨而认真,从不姑息任何细微的错误。不过,在生活上,他又化身为孩子们的“好哥哥”,用耐心与关爱引导他们度过青春期的迷茫与困惑。他深知,这个年龄段的孩子更需要一个引路人,一个能够理解他们、支持他们、陪伴他们成长的伙伴。在长达12年的留校任教生涯中,徐富强所带的班级成绩斐然,屡次在各类武术比赛中斩获佳绩。

如今,徐富强已拥有了自己的武馆。步入新馆,映入眼帘的是墙上醒目位置挂着的近年来学生家长所赠的锦旗,这些锦旗不仅是对徐富强教学成果的高度肯定,更是对他倾心教育、关爱学员品质的充分认可。

徐富强深知,这份殊荣背后承载着沉甸甸的责任,他将继续秉持初心,以爱为桥,倾心教学,不断点燃孩子和成人学习武术的热情与积极性,助力每一个孩子在武术的征程中茁壮成长,让每个人都能收获健康强壮的体魄。

徐富强展示“侧端腿”技法

开启一场别样 书香研学之旅

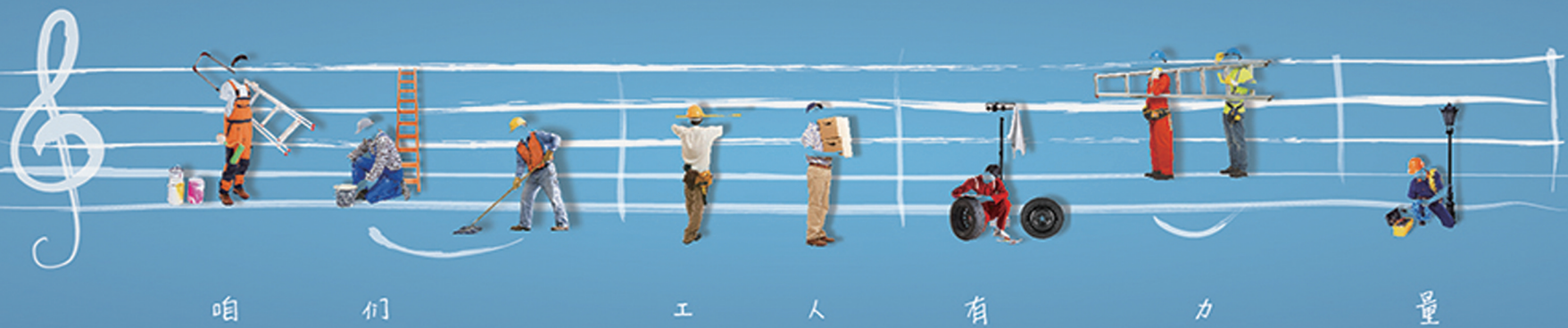


本报讯(记者 秦华 文/图)4月春意盎然,世界读书日到来之际,近日,郑州高新区启元瑞达幼稚园的小朋友,带着对未知世界的好奇与向往,踏进了河南省图书馆的殿堂,开启了一场别样的“图书馆奇妙游”书香研学之旅。

小读者们首先参观了办证大厅、社科阅览室和自习室,在讲解员引领下,穿梭于典籍密布的书架间,聆听看图书馆百年历史的悠悠回响。随后,小读者在绘本阅览室开展集体绘本课《花婆婆》,丰富多彩的活动深受小朋友的喜爱(如图)。

图书馆奇妙游是河南省图书馆场馆研学项目,专为未成年人量身定制的图书馆沉浸式文化体验活动,内容涵盖场馆参观、馆情馆史讲解、古籍修复体验、图书馆志愿服务、数字阅读体验等,旨在立足馆藏,为少儿读者提供高质量的公共图书馆沉浸式研学服务。

用团结协作
弘扬我们的时代主旋律



咱 们 工 人 有 力 量