

短道速滑世界杯北京站比赛结束,中国队收获1金4银5铜

# 锻炼队伍 磨合阵容

本报记者 李洋 季芳 陶相安

## 竞技观察

12月10日,2023—2024赛季国际滑联短道速滑世界杯北京站比赛在首都体育馆落下帷幕,中国队共获得1金4银5铜。刘少昂以1分23秒696的成绩夺得男子1000米金牌,这也是他本赛季获得的第二枚世界杯个人项目金牌。女队在500米、1000米和1500米项目上均有奖牌入账,进步明显。

本赛季短道速滑世界杯共有6站分站赛,北京站为第三站,有来自不同国家和地区的约150名运动员参赛。为期3天的比赛,首都体育馆座无虚席,火热的现场氛围让人们再次感受到短道速滑的魅力,更给主场参赛的中国队选手增添了动力和信心。

## 以赛促练 查找差距

男子1000米项目竞争十分激烈,中国队选手刘少昂和李文龙一路闯关,晋级到决赛。前半程,刘少昂采用跟滑战术,后期开始发力,并反超至第二位,最终以1分23秒696的成绩第二个滑过终点。率先完赛的加拿大队选手丹吉努因犯规被取消了成绩,刘少昂获得金牌,李文龙位列第四。

刘少昂在赛后表示:“如果强势超越可能会有碰撞摩擦,所以我选择控制好速度,跟在领先选手后面。”本赛季世界杯首站,刘少昂夺得男子500米金牌。本站赛事,他又在1000米项目上展示出较强的实力和比赛解读能力。

本赛季,中国队在接力项目上展现了较强实力。世界杯前两站,中国队共收获4枚金牌,其中有3枚来自接力项目。本站比赛,中国队在接力项目上也有奖牌入账。在混合团体2000米接力决赛中,由公俐、范可新、林孝俊、孙龙组成的中国队获得银牌。在男子5000米接力决赛中,由刘少昂、刘少林、任子威、孙龙组成的中国队获得铜牌。

“很多队员从今年才开始配合接力项目,还有许多细节需要磨合,比如,运动员的风格差异、交接推人的力量等。通过和韩国队、加拿大队等强队同场竞技,我们看到了进步,也找到了差距和不足,达到了锻炼队伍、磨合阵容的目的。”中国短道速滑队主教练张晶表示。

世界杯前两站表现欠佳的中国女队在本站比赛中发挥出色,范可新、王晔、公俐都有单项奖牌入账,状态和信心不断提升。在女子1500米决赛中,公俐以2分26秒142摘银,收获首枚世界杯个人项目奖牌。随后,她又在女子1000米项目上获得铜牌。“我的目标是先晋级决赛,再跟更多高手竞争。”激动之余,公俐坦言,自己和高水平选手之间还有一定差距,接下来会继续刻苦训练,力争一次比一次滑得好。

## 积累经验 提升实力

范可新16岁入选国家队,共获得过100多枚奖牌。本站赛事是范可新自北京冬奥会后首次重返国际赛场。本站世界杯,她收获了2

银1铜。“我热爱这片冰面,非常享受每一次滑行。只要给我机会,我就全力以赴去拼。”范可新说,中国短道速滑队是一支团结、互助的队伍,“这些年,我逐渐成熟,责任感和使命感越来越强。我会尽己所能,帮助年轻队员更好地成长。”

在女子500米第一次决赛中,18岁的王晔和范可新同场竞技,并收获了铜牌。“10年前,我和可新姐在首体拍过一张照片,当时我还是个小球迷。很开心这次能在首体收获首枚世界杯个人项目奖牌。”王晔说,范可新在训练和比赛中向年轻队员传授了很多经验,这也帮助自己不断滑出好成绩。

北京冬奥会后,任子威经历了较长的休整期。本站赛事,是他新赛季复出后的首次国际比赛。除男子接力项目外,他还参加了男子500米和1500米的比赛,但都未能晋级决赛。任子威坦言,重新站上赛场,让他找回了大赛感觉,但目前自己的竞技状态还不理想,“通过比赛,知道问题出在哪里,才能更好地弥补差距。今后每一天都要全力以赴,尽快恢复到最佳状态。”

对范可新、任子威等队员的表现,张晶高度评价肯定:“他们大赛经验丰富,训练认真刻苦,在队里起到了模范带头作用,能把年轻队员充分带动起来。”对于年轻队员的成长,张晶也予以鼓励:“与上个赛季相比,年轻队员有了明显进步,但在速度、耐力等方面还有不小的提升空间。希望他们能积累经验,更加成熟,在跟世界强手的较量中提升实力。”

## 迎接挑战 蓄力未来

北京冬奥会后,短道速滑等冰雪项目备受关注。据介绍,本站世界杯票务工作在11月中旬就已启动,万余张门票很快销售一空。比赛期间,首都体育馆上座率超过90%。每当有中国队选手出场,现场观众的加油助威声格外热烈。

“今年的短道速滑冠军赛,我就带孩子来首体看了比赛。这次世界杯,自然不能错过,没想到观赛氛围如此热烈。”北京市民侯先生说。

当前,短道速滑项目发展很快,随着一些国家和地区的队伍水平提升,赛场上的竞争更为激烈。从本站世界杯来看,中国队、韩国队和加拿大队都具备争金夺银的实力,美国队、荷兰队等也是奖牌的有力竞争者。“这就要求队员们在训练和比赛中注重细节,尽可能做到最好。”张晶说。

提升团队凝聚力和技战术水平,是张晶非常重视的方面。她在训练中增加接力项目的练习,培养运动员之间的信任和默契,还在每次大赛结束后及时复盘、总结,鼓励大家找问题、提建议。“大家心往一处想、劲往一处使,才能帮助队伍提升竞技水平。”她说。

接下来,中国短道速滑队将前往韩国首尔,参加本赛季世界杯第四站比赛,队员们纷纷表示,将赛出水平,再创佳绩。除6站世界杯比赛外,本赛季中国队还将参加青年世界杯、世青赛、冬青奥会等国际比赛,通过大赛历练,积累经验,提升实力。

## 体坛观澜

期待课间体育活动进一步丰富校园生活,每一个中小学生在课间的欢声笑语中健康成长

这段时间,“中小学生在课间10分钟该如何安排”成为网上热议的话题。网友为这个问题提供的答案有很多,课间体育活动是其中呼声很高的一个。

在各地,有不少学校通过各种方式让学生在课间走出教室、走到操场,通过体育活动强健体质。比如,在山东青岛西海岸新区泊里小学,操场旁的体育器材室被称为“体育大超市”。在课间,学生们可以随心挑选体育器材到操场上玩耍。

课间体育活动,有助于增加青少年的锻炼时间。如何保证青少年足够的锻炼时间,一直以来都很受重视。早在2006年,教育部、国家体育总局、共青团中央就联合发出关于开展全国亿万学生阳光体育运动的决定,要求保证学生平均每个学习日有一小时体育锻炼时间。课间10分钟看似不长,但也可以让学生在运动中放松心情、舒展身体。

课间体育活动,有助于培养青少年的运动兴趣。运动兴趣的培养、运动习惯的养成,对青少年健康成长至关重要。课间10分钟,学生可能难以进行系统化的专项体育训练,但可以按自己的兴趣进行一些简单的体育活动。在丰富多彩的体育活动中,学生可以慢慢培养自己的运动兴趣,渐渐养成良好的运动习惯。

课间体育活动,有助于提高青少年的综合素质。积极参加形式多样、生动活泼、健康向上的体育活动,可以促进青少年全面发展和健康成长。课间体育锻炼,不仅可以让学生增强体质、磨练意志,还为学生创造了更多交流的机会。交流过程中建立起来的情感联结,有助于促进青少年的情绪健康、促进青少年人格完善。

中小学校的课间10分钟活动应该是丰富多彩的,教育部日前明确表态:每节课间应安排学生走出教室适量活动和放松。期待课间体育活动进一步丰富校园生活,每一个中小学生在课间的欢声笑语中健康成长。

本版责编:塔怀咏 高 信 王 博

# 让课间体育促进孩子健康成长

厉行飞

## 单板滑雪U型场地世界杯云顶站蔡雪桐夺冠

本报北京12月11日电 (记者季芳、李洋)日前,2023—2024赛季国际雪联单板滑雪U型场地世界杯分站赛(云顶站)在北京冬奥会比赛场地——张家口崇礼云顶滑雪公园结束。中国队选手蔡雪桐以93.25分的成绩获得女子组冠军,另一名中国队选手刘佳宇获得女子组亚军。

资格赛中,蔡雪桐的表现平稳,兼顾难度和稳定性,排在第三位晋级决赛。决赛

中,她尝试高难度动作。尽管在第二轮出现失误,她还是以第三轮的一套高难度动作得到93.25分的全场最高分,锁定冠军。她也是当天决赛中唯一突破90分的女选手。刘佳宇凭借第二跳的出色发挥,得到85.75分,获得女子组亚军。

“能够在这里夺得冠军非常开心。”蔡雪桐赛后表示,“接下来我还会挑战更新、更有难度的动作,这也是单板滑雪运动的魅力。”

## 2023河北·滦平金山岭冰雪旅游季启动

本报承德12月11日电 (记者王亮)2023河北·滦平金山岭冰雪旅游季10日在河北省承德市滦平县金山岭滑雪旅游度假区银河滑雪场启动。金山岭滑雪旅游度假区规划有雪具大厅、雪场酒店、山顶餐厅、7条索道以及31条雪道,雪道总长度约80公里,总面积约165万平方米,建成后能同时满足2万人滑雪。目前,该度假区正大力推动冰雪文化与生态旅游、乡村旅游等深度融合。

本次活动主题为“嬉塞外冰雪、沐热河温泉”,由滦平县委、县政府主办。近年来,滦平县把文旅产业作为推动经济高质量发展的重要引擎和新的经济增长点,积极推进冰雪运动与长城文化、温泉养生、民宿产业融合发展,依托冰雪运动、长城文化和温泉资源优势,打造“畅玩冰雪登长城,尽享汤泉憩民宿”亮点,全域旅游发展取得了显著成效。

位于廊坊固安的申通快递华北转运中心

位于廊坊临空经济区的廊坊国际现代商贸物流CBD

# 河北廊坊：发挥区位优势 大力发展现代商贸物流产业

京津冀协同发展赋予河北建设全国现代商贸物流重要基地的重大使命。廊坊市交通便利,区位优势独特,基础条件良好。近年来,廊坊市大力发展现代商贸物流产业,全面提升产业集聚效应和国际化水平。今年前三季度,全市现代商贸物流产业增加值501.0亿元,同比增长11.6%,占廊坊市地区生产总值的比重为19.9%。

## 加强载体建设,强化平台支撑

积极打造京津冀核心区铁路物流枢纽,今年成功开行廊坊—莫斯科中欧班列、廊坊—塔什干中欧(中亚)班列等国际班列6列,运送货物总重量约67950吨,货品总价值12200万元。目前,已初步形成铁路、跨国公路、境外铁路相结合的国际联运模式。

加快建设全球航空物流枢纽,用好临空经济区、

自贸试验区、综合保税区“三区”叠加优势,加快“四港一基地”建设。发挥综合保税区保税功能和口岸功能,推动eBay跨境电商产业园和韵达数字物流项目落地。挂牌成立廊坊国际现代商贸物流CBD,吸引京东国际等79家企业签约入驻。

提升全市交通承载力,大力实施路网优化和高速公路改扩建工程,临空经济区完成兴华道等6条路网建设,国道105、省道327等5项工程已开工建设,津雄高速胜芳口已完成扩建改造。全部项目完成后,通行能力预计提升1倍,可达23万辆/日。

做强智慧赋能平台,加快推进廊坊市现代商贸物流信息服务平台建设,推动物流资源有效串联。加快培育现代商贸物流科技企业,30余家现代商贸物流企业入选国家“科技型中小企业信息库”。

强化品牌示范创建,积极推进中国(廊坊)跨境电子商务综合试验区建设,成功入选现代流通战略支点城市布局建设名单。聚焦中国·廊坊国际经济贸易洽谈会,搭建“常年办展览、随时可采购”的持续、稳定、优质的网上平台。

## 深化产业协同,培育创新动能

廊坊积极推进物流业和其他产业协同发展,积极培育物流新业态、新模式。

推进“物流+农业”协同发展。积极推进农村寄递共

同配送新模式,打造香河城乡快递智能共配中心。大力发展农村电商,开通“廊坊市益农社”新媒体平台账号开展直播带货,17个农业特色品牌入驻乐网“廊坊馆”销售平台。加快推进冷链物流,今年以来共建设完成农产品产地冷藏保鲜设施项目12个,增加库容5.68万平方米。

推进“物流+制造业”协同发展。组织开展全市商贸物流(邮政快递)机器人领域产需对接活动,推动域内外企业及高校开展产学研用合作,打造以机器人应用为重点的智慧物流系统,形成商贸物流和高端装备制造融合互促的产业生态。

推进“物流+商贸服务”协同发展。制定电子商务产业发展三年行动方案,指导寄递企业向商贸中心嵌入成品仓储、订单配送等业务,举办电商助企专场招商会,达成合作意向企业190余家。加快推动跨境电商发展,广阳跨境电商产业园注册签约企业30余家,圆通永清保税物流中心等一批项目签约落地。

## 优化营商环境,提升服务效能

廊坊把一流环境作为产业发展的肥沃土壤,持续优化管理服务机制,努力打造审批环节少、办事效率高、营商环境优的投资创业优选地、物流发展优选地。

提升市场环境,对物流企业总部统一办理登记注册和取得经营资质后,免于办理登记核转手续;从事



永清圆通速递北方总部基地华北转运中心自动化分拣中心

快递经营的企业法人,在同一县(市、区)增设经营场所,可以直接办理“一照多址”经营场所备案;对快递企业末端网点免于办理营业执照注册登记。

优化政务环境,简化企业审批手续,企业开办时间压缩至4小时内,推行“拿地即开工”模式,工程建设项目从立项到取得施工许可时间全面压缩至36个工作日内,全市工程建设项目并联审批率达97%,有力推进商贸物流产业项目落地投产。

强化要素环境,支持商贸物流项目采取长期租赁、先租后让、弹性年期等新型土地供应制度,降低企业拿地成本。设立现代商贸物流产业发展专项资金,壮大京津冀现代商贸物流金融合作发展联盟,引导全市各金融机构开发供应链产业链金融产品15种。

数据来源:中共廊坊市委宣传部



在位于廊坊开发区的机科发展科技股份有限公司车间内,AGV智能搬运机器人产品整齐排列