

为燕赵文物编织高科技安全网

□河北日报记者 龚正龙

文物安全是文物工作的红线、底线和生命线。我省文物单位数量多、地域广,博物馆文物藏品丰富,与此同时,文物建筑火灾风险系数高,文物安全管理状况始终牵动人心。日前,记者从省文物局获悉,近年来我省不断强化文物安全意识,积极创新技术手段,努力推动形成“天上看、网上管、地上查”的文物督查新模式。

为了加强文物安全管理,自2010年以来,中央和省级财政共投入3亿多元,用于我省70余处文物保护单位消防安全工程建设。特别是2018年巴西国家博物馆火灾事件发生后,我省成立190个检查组深入开展博物馆和文物建筑消防安全大检查,不仅推动各地将文物安全纳入各级政府绩效考核评价体系,而且逐级逐处明确了文物单位安全责任人。在推进文物消防基础设施建设中,省文物局专门向省财政厅申请应急专项资金200万元,为承德避暑山庄和周围寺庙、清东陵、清西陵、正定古建筑群、蔚县古建筑群、直隶总督署、北岳庙等重点单位配置了先进的消防设备,有效提升扑灭初起火灾的能力。

在打击文物犯罪方面,继续巩固与公安机关联合协作长效机制,重点督办献县汉墓群被盜案、磁县北朝墓群石像生被盜案、蠡县大宋古墓被盜案等。与省公安厅联合印发《关于进一步加强田野文物安全工作的通知》,确保田野文物安全。2019年,各级文物部门配合公安机关破获文物犯罪案件9起,文物犯罪得到有效遏制。

“5G时代,文物安全监管和管理和执法工作均需信息科技保驾护航。目前,在加强传统‘地上查’的同时,依托互联网技术‘网上管’也在有序开展。”省文物局局长张立方介绍说,建成河北省文物安全监管平台之后,2019年7月,省文物局与河北广电网络集团就“互联网+文物”合作协议进行签约,通过强强联合、优势互补,针对当前文物安全形势和特点,借助“大、智、移、云”等科技手段和资源优势,进一步提升文物安全领域的技术创新和管理能力,全面提升文物安全监管与执法督查能力和水平,建立起文物安全风险预警机制和动态警示系统,形成人防、物防、技防相结合的全新文物安全防护体系和监管模式。今年,全省还将启动省级以上文物建筑保护单位火灾风险整体评估工作,建立文物消防安全数据库,为文物消防安全管理决策的科学性提供数据支撑。

“天上看”是指借助无人机和遥感卫星进行监测,既能大大提升文物监管能力,有效弥补监管力量不足等问题,又可以及时准确发现问题,做到“早发现、早制止、早处理”。目前,我省已批复同意《全省部分重要田野文物无人机安全巡查工作方案》,全面提升田野文物安全防范和管理水平。

张立方说,当前,文物安全管理工作正处在迈入信息化、大数据的新阶段,先进的技术手段为督查管理提供了多种可能,所以一定要积极强化文物安全科技支撑,加强信息平台建设,从而更好地保障文物安全,推动文物从“活”起来到“火”起来,惠及更多民众。

著名相声表演艺术家马云路做客“燕赵曲艺网络TV”好的相声作品值得回味

□河北日报记者 曹 铮

40多年艺术生涯中创作并表演了近200个相声、小品节目,获得中国曲艺最高奖牡丹奖表演奖和牡丹奖文学奖……他就是国家一级演员、原河北省曲艺团著名相声表演艺术家、曲艺作家马云路。近日,马云路做客“燕赵曲艺网络TV”,与网友分享艺术人生,并对当下相声表演和创作中存在的一些问题提出建议。

中学时代,一个偶然的机会,马云路首次登上舞台表演相声,自此与曲艺结缘。“1971年,我在石家庄铁路第二中学上学时,有次学校要开联欢会,教语文的班主任刘老师写了个相声段子《学工日记》,挑了我和一个普通话说得好的同学一起给大家表演。”说起第一次接触相声艺术,马云路笑称,有点“赶鸭子上架”。

工作后,马云路被分配到队伍后防上的定海神针。”对于上赛季的中甲联赛金靴、年仅20岁的奥斯卡,古特比认为,奥斯卡虽然来队时间不长,但与球队融合很成功,每周训练状态都有进步,表现了很强的得分能力。而且,上赛季中甲联赛金靴、银靴同时在队,为队伍补强后场,改善防守,提供了多种可能。

巴西国脚级球员罗穆洛防守出色,传球精准,具有丰富的比赛经验。古特比认为,他有连接中后场的能力,虽然在训练最开始的时候状态有些起伏,但是适应很快,现在状态也很好。

让他保持着健康阳光的形象。而也有一些体育明星,成名后或纵情享乐,或恣意妄为,不仅因自暴自弃迅速在赛场上“泯然众人”,甚至走上违法犯罪的歧途,令人唏嘘。如巴西足球明星罗纳尔多,虽然具备很高的足球天赋,但成名后流连于花花世界,最终毁掉了职业生涯。

此外,体育明星的自律性强弱也往往与社会态度特别是所在组织的管理息息相关。俗话说“严是爱,宽是害”,如果他们犯了错,所在单位因担心处理他们影响成绩而包庇或为其开脱,“粉丝”也帮着遮掩,无异于姑息纵容,如此恐怕他们愈发要被“宠坏了”。而敢于对他们亮剑惩戒、追究问责,既是对他们自己负责,又是对社会负责。从这个意义上说,我们希望像广州恒大一样勇于“壮士断腕”的俱乐部越来越多。

冬训结果让人满意,希望他能成为队伍后防上的定海神针。”

对于上赛季的中甲联赛金靴、年仅20岁的奥斯卡,古特比认为,奥斯卡虽然来队时间不长,但与球队融合很成功,每周训练状态都有进步,表现了很强的得分能力。而且,上赛季中甲联赛金靴、银靴同时在队,为队伍补强后场,改善防守,提供了多种可能。

巴西国脚级球员罗穆洛防守出色,传球精准,具有丰富的比赛经验。古特比认为,他有连接中后场的能力,虽然在训练最开始的时候状态有些起伏,但是适应很快,现在状态也很好。

而永昌的“老外援”马修斯和穆里奇状态也不错。“尽管队长马修斯已经37岁了,还是二十几岁的精神状态。穆里奇是球队的黏合剂,像这样专业的球员,随着年龄的增长,赛事经验越来越丰富,对球队贡献也会越来越大。”古特比说。

另外,永昌外援在冬训中也有不错的表现,随着不断磨合,他们也都能够很好地理解主教练的战术理念。

“新赛季每一场球对我们都很重要,我们现在要做的是努力让自己变得更强大!”古特比说。



马云路。河北省曲协供图

长短、做出的手势都是一样的。”不断揣摩侯宝林相声寓庄于谐、化雅为俗的表演风格,马云路领悟到“相声不能随便说”。他建议年轻的相声作者和表演者,应该多看看“老活”,多琢磨琢磨其中的韵味,夯实了基础再往前走。

凭借着对相声事业的热爱和刻苦勤奋,马云路不仅说相声说出了名堂,还在艺术创作的道路上越走越远。他先后获得河北省曲艺会演创作和表演一等奖、河北相声十佳、晋冀鲁豫十大相声界代表人物、20世纪90年代,马云路与搭档刘际创作表演了《活词典》《我要交朋友》《儿子梦》《鸟与人》《关门说》等一系列相声佳作。这些具有鲜活生活气息的优秀作品讴歌时代新风向,讽刺不良社会现象,广受大众好评。凭着这些成绩,马云路先后荣获了中国曲艺牡丹奖表演奖和牡丹奖文学奖等曲艺界的最高奖项。

2016年,马云路曲艺作品集《云路也》出版发行,40余万字的书,以时间为线索收录了他创作的百余篇作品,反映了他不同时期的创作与探索。马云路始终认为,相声这门艺术要反映生活,而不仅仅是逗乐子,因此,作品不能只做大众的开心果,更要有艺术追求,“好的相声作品是值得回味的”。

“云健身”火爆,以亲子健身为代表的家庭体育兴起,场景化健身受热捧 健身新趋势能否成常态

□河北日报记者 王伟宏

新冠肺炎疫情下,全民健身呈现出一些新特点,如“云健身”的火爆,以亲子健身为代表的家庭体育的兴起,以及场景化健身受热捧等。随着疫情防控形势不断向好,这些健身新趋势能否继续火下去?如何因势利导,推动全民健身进一步深入?

●全民健身“宅”出新花样

4月9日中午,伏案工作半天后,河北天宏律师事务所律师聂华卫通过手机软件和跑友相约,在办公室的跑步机上跑了5公里,以缓解久坐带来的身体不适。

去年,聂华卫的办公室添置了跑步机,不过经常闲置。“因为在跑步机上跑感觉太单调,不如和朋友相约,到风景优美的地方跑上几公里。”聂华卫表示,单位复工后,因为不太敢在户外运动,这部跑步机几乎成了他每天必用的健身工具。

让聂华卫更有动力的是,很多跑友现在用上了跑步机。大家通过手机软件相约,休息时间在跑步机上进行跑步比赛,既避免了枯燥,又增添了乐趣。

突如其来的新冠肺炎疫情,让很多人进一步认识到健身的重要性。面对体育馆暂停开放、户外健身受限等情况,为满足运动健身需求,不少人把健身场所从户外“搬到”了室内,原本线下同时健身或比赛的活动也转而通过线上完成,“云健身”成为疫情催生的新时尚。

为应对疫情的冲击,众多健身服务机构和健身教练纷纷试水线上授课,以直播等形式指导人们在户内健身。一些中小学校也开展线上体育课程,带动学生在家进行适度锻炼。相关部门、体育协会、知名运动员教练员等也行动起来,在线上传授适宜宅家进行的健身项目,让“云健身”更加红火。

石家庄学院人体健康促进与管理协同创新中心主任李立说,疫情下“云健身”的“爆红”,是全民健身意识进一步增强体现,虽然有一些无奈,但毕竟为健身增添了一种“新玩法”,增加了健身的便利性、趣味性。

与此同时,以往被忽视的亲子健身,在疫情期也得以蓬勃发展。平山县东庄村村民王杰伟原本很少锻炼,因疫情宅家期间开始尝试健身。“开始什



近日,一位普拉提教练在新冠肺炎疫情期间开启“云私教”课程。图为她正在通过手机视频直播形式对学员进行网上指导。新华社发

么都不会,就知道在家做俯卧撑。”王杰伟说,后来他无意间看到了前世界体坛冠军莫慧兰带着孩子做运动的视频直播,就和孩子一起看,在家学做“亲子操”,不仅增强了身体素质,而且增进了亲子关系。

有关专家指出,疫情期间的宅家生活,强化了年轻家长的亲子健身观念,促进了家庭体育的发展。所谓家庭体育,是指由家庭成员自发组织和参与,通过体育锻炼活动满足兴趣爱好、丰富家庭生活促进家庭和谐为主要目的的体育活动。简而言之,就是以家庭为单位组织开展的体育锻炼活动,对于家庭成员特别是青少年运动健身习惯的养成、促进家人身体健康,无疑具有重要作用。

而对于广大上班族特别是办公室久坐一族来说,在紧张的工作间隙抽出时间,因地制宜、就地取材或辅以简单运动器械,通过原地高抬腿、椅子操、哑铃等负重练习或拉力器、弹力带等抗阻练习这样的简单运动来舒筋活络、缓解疲劳,也受到更多人的重视。

“这种健身活动可以称之为场景化健身。其实任何人只要想运动,随时随地都可以动起来。哪怕是‘微健身’,也总比不锻炼强。”河北师范大学体育学院教授、博士生导师张海峰认为,每个人都是自己健康的第一责任人,我省居民经常参加体育锻炼的比例还不高,缺乏锻炼是多种慢性病发生的重要原因。

这次疫情激发了人们健身的主动性是件好事,希望更多人将随时随地健身的好习惯坚持下去,以健身促进健康。

●因势利导让新花样成常态

这阵子,家住石家庄市裕西公园对面小区的张大爷开始每天早起,戴着口罩到公园的健身步道跑步,“前一段时间,只能在家里稍微活动活动,感觉运动量不够。现在疫情防控形势不断向好,做好防护工作后,我还是愿意到户外跑跑步。”

在李立看来,跑步机再发展也取代不了户外跑,但户外跑再好也不能否定跑步机的存在价值。他认为,“云健身”、场景化健身等在疫情结束后恐怕很难成为全民健身的主流,不过线上线下深度融合、互为补充,家庭健身、场景化健身等不断发展,或将形成疫情后全民健身的新格局。

他说,随着大数据、云计算等的迅速发展,在线健身有望在未来继续保持快速发展。不过,这也需要“云健身”相关平台和产品查漏补缺,尽快补齐短板。线上健身指导最大的问题是不能保证科学性。指导科学健身的第一步是进行体质检测,教练需要以此为依据,针对不同的人开出不同的健身处方,这个具有较强专业性的环节,仅通过线上方式很难做到。另外,目前线上健身直播内容参差不齐,也是应当不断改善的。

明星更应自律自重

□河北日报记者 王伟宏

4月14日,广州恒大足球俱乐部球员于汉超涂改机动车号牌的视频被曝光,当晚,于汉超即被该俱乐部开除。一个知名球员目无法纪,自毁前程,等待他的还有法律的制裁,这既让人扼腕,又发人深省。

今年33岁的于汉超,2009年首次入选国家队,2011年获得中超最佳本土射手称号,去年还入选了国足亚洲杯大名单,并在两场小组赛中替补出场。谁也没想到,他竟会做出涂改车牌这样明目张胆的违法事。遵守社会公德、法律法规,是对每一名公民的基

本要求。体育明星作为社会个体,无论在竞技场上表现得多么出色,无论在一支队伍中多么重要,在生活中,都和普通人没什么两样,心底应该有对社会规则的起码敬畏,应该时时处处自律,遵从社会规则。如果目无法纪,行为没有下限,甚至突破底线,必然要受到应有的惩罚。

作为公众人物,体育明星的一举一动备受关注,更应自重。一方面,他们拥有众多“粉丝”,其中还包括相当数量的未成年人,所以在一定程度上说他们扮演着“标杆”的角色,需要不断提升自身修养,塑造良好形象,传播正能量。另一方面,作

为公众人物,他们也无时无刻不在受着社会的监督。在媒体高度发达的今天,如果还心存“这事儿不会有人知道”或“这点小错不算啥”的侥幸,就太天真了,所以不但要“慎独”,而且还要“慎独”,千万不能因一时糊涂铸成大错。

从现实来看,体育明星的自律性强弱,往往在运动场内外表现得一以贯之,且相互影响。越是在训练比赛中自律性强的体育明星,在社会生活中的规则意识、自律意识越强;反之亦然。世界网坛巨星费德勒已经38岁“高龄”,职业上的高度自律让他一直保持着良好的竞技状态,生活上的自律则

石家庄永昌队主教练古特比展望新赛季

努力让自己变得更强大

□河北日报记者 陈 华

“作为一支整装待发的升班马,我们很期待新赛季哨声的响起。”4月15日,在球队训练间隙,石家庄永昌队主教练古特比同媒体见面,介绍了球队的训练备战情况。

永昌集训回国后,经过14天的隔离和二次核酸检测,队内全部成员检测结果均为阴性。从4月13日开始,永昌开始在俱乐部基地进行备战。谈到新赛季,古特比说:“新赛季我们的首要任务是保级,无论是球员还是俱乐部工作人员,都在积极备战中。”

隔离期间备战训练不放松

受疫情影响,2020赛季中超联赛开赛日期未定,这对永昌来讲既是机遇也

是挑战。“我们可以有更长的时间去对球员和技战术进行磨合和调整,弥补与中超强队之间的差距。”古特比表示,目前球队已经研究出了多套战术,会根据对手、赛程等情况采用不同的战术,“这样有弹性的战术,既可以让球员学会踢不同的阵型,适应不同的情况,又会让比赛更有观赏性。”

谈到今年的中超联赛赛程,古特比表示:“今年的赛程会很紧张,球队应该锻炼更加顽强的心态。”为此,永昌在阿布扎比冬训期间就进行了适应性训练,并按着密集赛程制订了训练计划。比如,每周四至五天进行高强度训练,每四天安排一场比赛。即便是回国隔离期间,永昌也给每名球员发放了瑜伽垫、橡胶垫和小球等辅助训练器械,让球员在房间也能自主训练。

“这些器械主要是用来进行体能训

练的,以确保前期训练成果不荒废。隔离期间,除了训练,我们还观看了比赛,总结了一些经验,所以等隔离结束后,我们不仅没有变胖,身体还变得更加轻盈了。”古特比诙谐地说。

内外援保持良好状态

作为中超最早开启冬训备战的俱乐部,永昌也是累计训练时间最长的中超俱乐部之一。对前一段时间的备战效果,古特比表示很满意。

新赛季,外援的表现将在很大程度上影响永昌保级目标的实现。谈到苏祖时,古特比表示:“永昌冲超的经验让我们意识到要在中卫的位置上有所提高。新引入的苏祖在身体对抗方面有很强的优势,训练态度也很认真。他既有在欧洲效力的经历,也有在中超的参赛经