

小安海侃

互联网买菜 省心更要放心

■ 何珂

多样齐全的果蔬品种满足不同群体的口味需要、自主可控的配送时间方便上班族的一日三餐、不时推出的优惠活动更可省下一笔开销……如今，随着互联网买菜成为许多人的一种生活习惯，生鲜电商行业进入发展快车道。统计数据显示，2021年上半年生鲜电商交易规模约2362.1亿元，年底已高达4658.1亿元，同比增长27.92%。但与此同时，据媒体报道，相应的产品质量瑕疵、定价定量无标准、售后维权难等问题，也频频遭到消费者吐槽。

提到互联网买菜，很多人的第一印象就是方便，只需用手机添加商品下单，最快半小时即可送达。对忙碌的上班族来说，大大节省了买菜时间。同时，也给出行不便的老人，提供了方便。在目前疫情形势相对严峻的部分地区，更是直接发挥着极其重要的作用。互联网买菜让人省心，更要让人放心。大家通过互联网买菜，想获得的不仅仅是送货上门的便捷，还有质量过硬的商品和完善的售后服务。如今，针对生鲜电商平台购物维权难的投诉并不鲜见，在黑猫投诉平台上以“生鲜电商平台”为关键词进行检索，得到1903条投诉结果，前20条投诉中有16条涉及“客服不退款”“平台不处理”。

与可触可感的线下菜市场相比，互联网买菜仅可依靠页面信息、网友评价等有限方式作出判断，缺斤少两、以次充好等是不少人的吐槽点。食以安为先。对于商品而言，质量是生命线。作为入口的生鲜食品，质量更是不能含糊，生鲜电商要想行稳致远，必须要规范供应、销售、售后，从全环节出发加强生鲜商品的品控，做好溯源和质检信息的标注，确保商品质量。同时，生鲜产品与一般商品不同，对配送的要求更高，因此，重视冷链服务高质量发展尤为关键。去年实施的《电子商务冷链物流配送服务管理规范》分别从物流配送的基本要求、管理要求等方面作出了详细规定。生鲜电商平台要严格按照规定执行，不断提升冷链服务质量。此外，也要加强行业监管，为从业者戴上“紧箍”。

互联网买菜行业要进一步建好食品安全溯源体系、完善产品质检信息、健全消费者维权渠道等，让消费者买得省心买得放心，行业才能够发展得更加顺心。



在健身 App 上“打卡”、云端直播分享、科技赋能健身产品——

足不出户，解锁健身新模式

■ 本报记者 何珂

“直播课来啦！每晚6点半，疫情闭馆，居家也能练瑜伽。”4月12日，合肥市民王娟发现，自己常去的瑜伽馆虽然因疫情闭馆，但开辟了线上直播课程，“每晚都有主题课程，在家打卡也不错”。

新冠肺炎疫情之下，让不少健身人群从户外转至室内，从线下改到线上，健身需求高涨。Keep、咕咚、悦跑圈等在线健身 App 上，用户更加活跃；B 站、抖音、小红书等平台上，健身内容呈现爆发式增长；智能健身镜、跑步机等智能健身器材，让居家健身更有乐趣……疫情催生了“宅经济”，也解锁了健身新模式。

跟着直播间跳操，App 上每天“打卡”

“四月不减肥，五月徒伤悲。”疫情反复之下，多地非生活必需的线下营业场所关闭，让不少人去健身房撸铁或去瑜伽馆练习的计划搁浅。

近日，记者走访发现，跟着直播间的教练跳操半小时或在健身 App 上打卡，成为不少爱运动人的替代选择。“里程3.1公里，平均配速5分51秒，用时18分钟，消耗184千卡……”4月15日早上8点44分，家住合肥市经开区的胡倩倩在朋友圈分享了当天在 Keep 上的运动记录。每日完成户外跑3公里、瑜伽1小时的健身打卡，已经成为她朋友圈每天的固定动作。

“家门口的健身房关门了，但是在户外跑跑步还是很不错的，而且我会分享到朋友圈内，和朋友们一起相互打卡‘监督’。”胡倩倩告诉记者，健身 App 使用起来很方便，不仅可以记录跑步的情况，而且可以结合个人的需求，定制健身计划。“我比较喜欢瑜伽，晚上下班之后，回家会跟着 App 练习个把小时。健身 App 和视频 App 差不多，也是有会员的，目前我就花了25元买了一个月的会员。如果后期觉得体验感不错，我可能会购买长期会员。”胡倩倩说。

随着互联网的高速发展，如今提到健身，不少人与胡倩倩一样想到的是该用哪个健身 App。Keep、Fit Time 等为代表的线上健身 App 快速崛起。记者在应用软件搜索关键词“运动”，发现有100多款健身应用，其中 Keep 的累计下载量已经超过5.6亿次。

除了在 App 上健身“打卡”，也有不少热爱跟着直播间跳操。前不久，10万人同时在线观看某明星教练跳操的话题登上热搜。

“我就是跟着教练跳操的十万分之一。”4月12日，六安市居民金怀燕告诉记者，“现在打开短视频 App，总能刷到健身视频，我也关注了好几个健身主播，他们都会在固定的时间段进行直播，带着观看的人一起动起来，感觉很像健身房里的团课。”

合肥市经开区一家健身房负责人告诉记者，3月底以来，健身房就开设了直播课，并且希望通过优化不同课程的组合搭配，尽可能贴近线下节奏。“2年前，我们就尝试过线上直播课，当时很多学员反映，线上课程没有现场的氛围感。”该负责人表示，今年我们采用了多个教练共同带练或连麦带练的方式。教练与学员被屏幕隔开，直播间内教练之间的互动弥补了氛围的缺失，最大程度感染学员主动跟练。

器材“新鲜感”十足，家用市场前景可期

打开一面“魔镜”，健身教练便出现了，不仅能为你量身定制专属的课程，还能识别具体动作的标准程度、实时反馈纠正。“疫情原因，我很久没去健身房了，想在家练习瑜伽又担心姿势不标准，所以购买了这个设备。”4月15日，安庆市民周女士说，智能健身镜里既能显示 AI 教练的动作，又能同时照出自己的动作，很方便纠正姿势。

室内高尔夫、智能家用蹦床、智能跑步机……随着科学技术的不断发展，“智能+”也成为了家用健身器材产品的重点发展方向。利用大数据处理、云计算、传感技术等，智能健身器材让居家健身更有乐趣。

近日，记者了解到目前市场上已有多款新款智能体育设备，比如，智能跑步机，通过创新 AI 动作识别技术，能够捕捉识别用户“步频”“步幅”等数据，帮助用户科学判断跑姿是否正确；室内高尔夫，利用计算机情景模拟技术将室外真实的高尔夫球场模拟设计到软件中，通过数据传感器采集分析，辅助运动者改进动作，营造一种在真实球场打球的场景；智能家用蹦床，通过固定于人体躯干的硬件传感器，可以实现用户的运动数据收集和上传，配套智能终端，还可以实现运动监测、在线课程、社交互动等多方面的使用需求。

疫情重塑了消费者的健身及消费习惯，家用健身器材市场发展可期。据《2021 中国运动健身行业报告》统计，2021 年家庭智能健身设备消费支出同比增速创下近三年新高，达 32.9%。有业内人士表示，近两年，家用健身器材的第一选择，已经由原先的“三大件”——跑步机、单车、划船机，悄悄变成了“三小件”——筋膜枪、瑜伽垫和魔镜。

该业内人士指出，随着消费者健身需求多元化，产品特色化、差异化发展成为未来趋势。同时，消费者偏爱高性价比、易收纳、使用便捷的家用健身器材，企业需着力提升产品的技术含量及附加值，使大型健身器材家居化、智能化，降低其使用门槛。

“云健身”也要讲科学，量力而行很重要

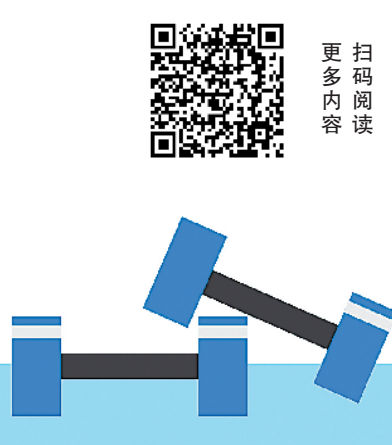
有研究机构数据显示，中国运动兴趣人群规模已达 7.8 亿，其中高频使用垂直专业健身 App 的运动达人规模接近 6000 万。瞄准这一群体，各类运动服务平台不断开拓新模式、研发新产品。不过，值得注意的是，如果缺乏科学指导，锻炼方式不当，居家健身效果不仅大打折扣，甚至会引发运动损伤。

“看到健身主播挣钱多，很多人都入场了。”胡倩倩告诉记者，有的健身主播可能一两个月前还是美发师、厨师，有的是在健身房做销售的，看到市场前景好，简单培训后换身衣服就充当健身教练带会员，“如果长期跟着不专业的健身教练运动，甚至可能会导致身体受伤”。

记者调查发现，在当下部分短视频和社交平台上，还出现了不少“速效”瘦身类视频，渲染了用户的健身焦虑。“目前，网络上围绕着健身市场，出现了诸如‘七天练出天鹅颈，两周减掉 20 斤’这样的广告信息。从科学健身的角度来看，显然是有违科学的。”资深健身教练王虎表示，人体是一个有机的整体，在短时间内迅速减掉 20 斤，可能会对身体机能造成严重的影响。他表示，科学健身十分强调循序渐进，要求有计划、有步骤、有手段、有方法，才能达到良好的健身效果。

“在家训练的时候，尽量选择安全系数高的健身项目，不宜进行挑战性强的项目。”王虎建议，在选择网上健身课程或者健身 App 的课程时，要根据自己的健身水平进行考量，负重从轻到重，强度从低到高，然后一定要确保足够的热身时间。

此外，业内人士表示，线上健身已成为线下健身课程的有益补充，要想更快更好地发展，有关监管部门要科学引导，制定准入标准，建立线上和线下健身规范体系，让平台机构标准化、体系化，健身达人专业化、规范化，让线上健身成为人们生活中放心的新时尚。



三维坐标推动人工智能新发展

近日，中国信息通信研究院发布《人工智能白皮书(2022年)》(以下简称《白皮书》)，全面回顾了2021年以来全球人工智能在政策、技术、应用和治理等方面的最新动向，重点分析了人工智能面临的新发展形势。

政策层面，国内外不断强化人工智能的战略地位，推动释放人工智能红利。技术及应用层

面，以深度学习为代表的人工智能技术飞速发展，新技术开始探索落地应用；工程化能力不断增强，在医疗、制造、自动驾驶等领域的应用持续深入；可信人工智能技术引起社会广泛关注。与此同时，治理层面工作也受到全球高度关注，各国规制进程不断加速，基于可信人工智能的产业实践不断深入。

《白皮书》指出，人工智能接下来的持续健康发展，将由“技术创新、工程实践和可信安全”这一三维坐标定义和牵引。具体而言，第一个维度突出创新，围绕着算法和算力方面的创新仍会不断涌现。第二个维度突出工程，工程化能力逐渐成为人工智能大规模赋能千行百业的关键要素。第三个维度突出可信，发展负责任和可信

的人工智能成为共识，将抽象的治理原则落实到人工智能全生命流程将成为重点。

《白皮书》认为，全球高度关注人工智能治理工作，人工智能安全可信成重点。人工智能治理实质化进程加速推进，各国人工智能治理侧重各有不同，但整体上呈现加速演进态势，即从初期构建以“软法”为导向的社会规范体系，开始推进以“硬法”为保障的风险防控体系。典型场景化治理加速落地，成为各国的工作重点，特别聚焦于自动驾驶、智慧医疗和人脸识别等领域。(本报记者 何明整理)