我省冬季项目高水平裁判员培养成为当务之急

冰雪赛场期待更多河北裁判

——“打通冰雪人才瓶颈”系列报道之二

打通冰雪人才瓶颈

□河北日报记者 张 镜

2019年12月14日，在张家口市崇礼区长城岭滑雪场举行的特布不落杯2019京津冀高山滑雪挑战赛上，一名运动员在裁判员注视下从起点处出发。（本报资料片） 河北日报记者 耿 辉摄

数量增加较快，但项目间不均衡且高水平裁判员缺乏

从一名普通裁判员到成为国际性赛事竞赛长，高山滑雪国家级裁判员、张家口市冬季运动管理中心副主任李晓光用了四年时间。在他的带领下，我省高山滑雪裁判员队伍不断发展壮大。

“36岁的我年纪算是大的，现在我省高山滑雪裁判大多是20多岁的年轻人。”李晓光介绍说，在崇礼举办的国际雪联B级赛事和C级赛事中，除国际雪联指派的技术代表外，我省裁判员实现了从竞赛长到起点裁判、终点裁判、计时裁判、旗门裁判等岗位全覆盖，已经成为国家高山滑雪裁判员队伍的骨干力量。

与高山滑雪项目裁判员队伍厚积成势不同，在承德进行的省首届冰雪运动会越野滑雪比赛，则凸显了我省该项目裁判员队伍的尴尬——执裁的裁判员大部分来自省外，我省少量裁判员分散在辅助岗位。“此次比赛我们使用的是冬季两项比赛场地。”省体育局青训中心训练科副科长李超解释说，“我省越野滑雪项目缺少训练比赛场地，省专业队常年在外训练，各市也少有越野滑雪专业运动队，省内比赛较少，省内有关裁判员培训参与积极性不高，因而裁判员数量不足。”

同越野滑雪类似，一些冬季项目的特点成为裁判员队伍建设的制约因素。如雪车雪橇类项目，因项目专业性强、群众基础薄弱，不仅赛事数量少，而且门槛高，业内竞争激烈，裁判员队伍发展受限，因此数量较少。

近年来，我省举办承办的各级各类冰雪赛事不断增多，其中不乏国家级、国际级高水平赛事，需要大量优秀的裁判员，如一场高级别高山滑雪比赛就需要各类裁判员近100人。

按照《河北省体育局冬季项目人才计划实施方案（2017-2022年）》，到2022年，我省冬季项目裁判员要达到900人以上，其中国家一级以上裁判员（含一级）达到150人以上。

统计数据显示，2017年，我省冬季项目国家一级以上裁判员仅有43人，到2019年已达到163人。此外，已达到相关标准，近期等待办理国家一级裁判员证书的还有将近200人。

其中，在冬奥会涵盖的15个分项中，我省花样滑冰、雪车、钢架雪车、雪橇4个分项尚无相应裁判员；在已有裁判员队伍中，项目开展时间较早、拥有一定群众基础的速度滑冰、高山滑雪、单板滑雪等项目，裁判员数量较多，项目开展时间较晚的一些项目，如冰壶等，则裁判员数量较少，各项目裁判员队伍发展不均衡。

与夏季项目相类，要成为冬季项目裁判员，必须首先通过相应等级的考核，并且一般要从二级、一级向国家级、国际级逐步晋级。但冬季项目起步较晚，裁判员培养考核体系建设尚存在一定差距。

采访中记者发现，虽然我省冬季项目国家二级裁判员数量缺乏统计，但各市近年来持续不断开展冬季项目裁判员培训活动，审批新增的冬季项目国家二级裁判员数量在稳步上升，这为实现到2022年我省冬季项目裁判员数量达到900人以上目标奠定了坚实基础。

“我要成为滑雪国家二级裁判员了！”1月18日，参加完保定市滑雪教练员裁判员交流活动，高阳县春蕾小学体育老师王新华有些兴奋，“我是学校第一个冰雪项目裁判员，以后提高孩子们的运动水平更有针对性了。”和王新华一样，此次交流活动结束后，保定市共有近40人将成为滑雪国家二级裁判员。

但也不能不看到，我省冬季项目国家级裁判员数量仍然偏少，国际级裁判员还是空白。有关人士指出，在国际赛场没有“话语权”，对我省冰雪健儿取得好成绩极为不利。

而究其原因，其实同我省冬季项目发展一样，裁判员队伍建设起步晚、底子薄、基础差。所以，尽快补齐短板，努力提高水平，是我省冬季项目裁判员培养的当务之急。

加强培训、多办比赛，给裁判员更多学习锻炼机会

多参加相关培训，是裁判员提高业务水平的必由之路。

据悉，省体育局冬季运动管理中心计划进一步完善裁判员注册、管理、培训、考核、选派、奖惩等制度，加大工作力度，强化相应措施，制定年度计划，到2022年，每年至少进行一次裁判员等级培训。

该中心主任刘晓马表示，一般而言，裁判员队伍发展水平与运动项目发展水平相辅相成。所以，接下来，我省冬季项目要努力实现全面发展，使运动员、教练员、裁判员等人才队伍互相促进。

“除了裁判员自身努力和省内多举办培训活动外，我省应争取更多机会，推荐本省裁判员更多走出去参加高级别培训。”省体育局奥运事务处工作人员徐晴建议。

2017年，徐晴参加了国家体育总局冬季运动管理中心举办的冰壶裁判员培训班。通过相关考核后，先后执裁了5场国际冰壶赛事。她介绍，未来几年，国内冰壶裁判员有更多机会接受世界冰壶联合会组织的裁判员培训。我省一定要抓住机会。

外语水平则是晋级高级别裁判员必须迈过的一道坎儿。

“国际冰壶联合会每年会更新规则，过不了语言关，就掌握不了最新的规则。”徐晴说。此外，一些国内冰壶培训活动邀请的是国际冰壶联合会的讲师，全程英语授课。如果参加培训的裁判员英语水平不行，现场又没有翻译，就无法理解讲师所讲内容。所以，要晋级高级别裁判员，就要下大力攻克语言关。

李晓光表示，越来越多的国际冰雪赛事在我省举办，给相关项目裁判员提供了与国外同行交流的难得机会。只有熟练掌握语言技能，才能突破交流障碍，更加深入地了解项目规则和执裁规律，积累更多工作经验。

诚然，大量工作经验还是需要通过真刀真枪地执裁比赛来获得、积累。

李晓光记得，2015年雪季，他第一次执裁冰雪赛事，“当时只有12名河北裁判员”。随着众多高级别国内国际冰雪赛事在崇礼举办，我省裁判员锻炼机会大大增加，“2019年张家口承办的国际雪联5场赛事，80%的裁判来自河北”。

鉴于此，他深有体会地说：“我省应充分发挥崇礼等现有场地的优势条件，多承办举办各类冰雪赛事，特别是高级别赛事，多选派本省裁判员参与执裁。”

徐晴则见证了青海利用国际冰壶赛事壮大该省冰壶裁判员队伍的过程。

2017年，她首次参与执裁青海国际冰壶精英赛，“当地裁判员很少”。而2019年的该项赛事，全部21名裁判中青海本省裁判已达到16人。

“我省去年6月曾在河北奥体中心举办过中国河北混合双人冰壶公开赛，但冰壶赛事明显偏少。”徐晴认为，我省今年将组建省级冰壶专业运动队，承办举办更多的冰壶赛事不仅有利于运动队成长，还将促进我省冰壶裁判员队伍壮大。

北京体育大学博士生导师、教授邱招义，是我国首位执裁冬奥会雪上项目比赛的国际级裁判。在他的印象中，这两年在国际雪联的比赛中已经能见到越来越多河北裁判员的身影。邱招义建议，河北在不断培养新的裁判员的同时，突出重点，筛选一批具有一定语言基础、业务能力突出的裁判员进行重点培养；还可以引进裁判员高端人才，通过他们“孵化”更多优秀裁判员，促进裁判员队伍整体水平的提高。

我省文学界以温暖笔触助力疫情防控

河北日报讯（记者肖煜）记者从省作协获悉，我省著名报告文学作家、省作协副主席李春雷作为中国作协特派作家，日前已赶赴湖北武汉进行采访，真实记录奋战在疫情防控一线的医务人员的感人故事，积极发挥文学作品鼓舞人心、凝心聚力的作用。

新冠肺炎疫情发生以来，我省文学界积极响应号召，用温暖的笔触表达共抗疫情的决心，助力打赢疫情防控阻击战。省作协向全省4000多名会员发出通知，组织全省文学界开展“抗击疫情”主题创作，以优秀的文学作品温暖人心，共克时艰。河北文学院向全省青年作家发出倡议，号召大家坚定信心、以身作则，发挥文学优势，共筑抗疫长城。沧州、承德等地作协通过组织作家志愿服务队、开展作品征集等活动，积极投身疫情防控工作。截至目前，全省作家创作反映疫情防控工作的诗歌、散文、报告文学等作品近万篇。

此外，《诗选刊》开设“全国抗疫诗传单”栏目，积极面向全国诗人征集抗击疫情诗作，陆续刊发了吉狄马加、张学梦等著名诗人的优秀作品100余篇。“作家乡音诵读”设立抗击疫情文学作品栏目，我省作家踊跃投稿，已录制上传15期，相关作品被推送到“学习强国”平台。由省作协主编的《以爱的名义——抗击新冠肺炎疫情诗抄》，即将由人民文学出版社出版。

快评

透视文旅行业的『危』与『机』

□河北日报记者 曹 铮

一场突如其来的疫情，冲击了各行各业的正常发展，其中，文旅行业错失春节旺季，所受影响十分明显。疫情按下的“暂停键”，也引发了文旅行业对如何增强抵御风险能力的思考。

随着新冠肺炎疫情的出现、蔓延，1月中旬，《唐人街探案3》《姜子牙》《紧急救援》《夺冠》《囧妈》《急先锋》《熊出没》等7部春节档“种子”影片集体撤档。随后全国各地启动重大突发公共卫生事件一级响应，并陆续发布通知宣布取消、停办大型活动，关闭娱乐演艺场所。受此影响，全国各地文化场馆纷纷关闭。在我省，120家博物馆、197家公共图书馆、180家文化馆、19家美术馆、93家剧场、2221个文化活动站全部关停，损失巨大。

疫情让文旅行业面临危机，如何为其纾困解难？文化和旅游部协同各部门从资金支持、税费减免、降低成本等方面扶持文旅行业，出台了延长旅游企业2020年度亏损的结转年限，对提供文化体育、旅游娱乐等服务所取得的收入免征增值税等政策。在我省，2月15日，省文化和旅游厅印发实施《关于有效应对疫情支持全省文旅企业发展的十条政策措施》，从加大资金扶持力度、实施减税降费、强化金融政策支持、降低企业运营成本、积极促进稳岗就业、支持完善基础设施和公共服务体系、促进重点文旅项目加快建设、支持文旅企业提质升级和产品创新、加大政府购买公共服务支持力度、加强旅游市场宣传营销等十方面发力，支持全省文旅企业发展。多方面出台的扶持措施，不仅给文旅企业投资人和经营者吃了“定心丸”，也传递出政府与企业携手共克时艰的政策导向。

“危机”，顾名思义蕴含正反两方面的内容：一是危险，二是机遇。在危机之中，往往酝酿着契机；在挑战之中，往往孕育着机遇。危机与契机、挑战与机遇常常并存。在为疫情过后的行业复苏“埋头”做准备的同时，文旅行业如何做到未雨绸缪，以提高抵抗风险、抓住机遇的能力更为重要。正如有业内人士预测，此次疫情可能对传统文旅行业是一次洗牌，也集中暴露出了传统文旅业态中的很多结构性问题，比如传统景点、文化旅游目的地对节假日的严重依赖等。面对危机，有识之士能够清醒地看到，这既是一个低迷期，同样也是一个反思探索、孕育机遇的时期。

“云上”生活让“机遇”崭露头角。无论是全省公共图书馆积极整合各类数字资源，免费提供丰富的线上阅读服务，还是各大演艺单位推动线上线下融合发展，探索演艺产品多渠道发布、多终端呈现；无论是河北省文物局快速开通“河北数博”微信公众号，与大众“云约”博物馆，还是国家博物馆的30个虚拟展厅、国家图书馆的线上线下公开课，应对疫情，文旅领域应运而生很多新型体验方式。

危机的尽头，往往就是转机与契机。努力捕捉危机中的转机与契机，转危为安，才能赢得新的发展机遇。正如业内人士所言，本次疫情按下的“暂停键”，也让整个行业从业者进行了一次冷静理性的思考，如何从危险中寻求机遇，让文旅产业转型加速，让市场重回有序。期待文旅行业早日启动“重启键”，迈向一个新台阶。

引导孩子“宅家”科学运动

□河北日报记者 陈 华

以趣味性调动居家运动积极性

“一个、两个、三个……”“该我啦，该我啦！”日前，家住邯郸市赵都新城的冯晓燕跟她的一对9岁双胞胎——然然和莹莹玩起了踢毽子比赛。冯晓燕说，这几天她和爱人在家跟孩子们一起跳绳、打乒乓球，还跟着抖音学起了自制套圈，一家人享受起难得的亲子运动时光。

受疫情影响，儿童、青少年大量时间“宅”在家里，如何通过科学运动增强体质？

有研究表明，儿童、青少年每天进行60分钟以上中等强度锻炼，能产生最大的健康效益。为此，国家体育总局体育科学研究所推出了一套疫情之下儿童、青少年居家锻炼的方案，包括力量性、柔韧性、灵敏协调性和心肺耐力等训练，倡导家长利用假期和孩子一起练习，做好健康的第一防护人。

“首先要培养青少年的运动兴趣，诸如跳绳、踢毽子、打乒乓球等都是青少年比较喜欢的运动方式，互动性和趣味性比较强，也适宜全家一起玩。”中国健康管理协会运动健康管理专业委员会副主任兼秘书长、中国人民大学副教授吴广亮表示，“防御疫情，科学定量运动很重要。”

怎样科学定量运动有助于防止病毒入侵？吴广亮举例说，在房间里站起来走两步再蹲下，坚持1-5分钟，身体稍微变热就可以；像伸懒腰一样轻微运动，只要身体感觉舒服就可以；在家里利用新媒体跟着教练练习，练1-5分钟，呼吸见喘就达到了科学定量。对于青少年，以上任何一种都是合适的。

中考生应科学合理安排训练

中学生如何锻炼身体，特别是中考体育该如何准备呢？

河北体育学院运动人体科学系副主任王海英指出，中考体育成绩的提升靠的是循序渐进的锻炼，学生应早日着手进行热身准备，调整身体状态。根据往年情况，我省中考体育项目一般为：男生测试立定跳远、1000米、充气软实心球；女生测试立定跳远、800米、充气软实心球。疫情防控期间，可在室内根据中考体育细则科学合理地安排训练。

她建议，在居家正式训练之前，应进行3-5分钟热身准备，如原地慢跑、蹲起、体转运动、弓步压腿等低强度热身运动及肌肉拉伸练习，提升身体状态，避免运动损伤。

立定跳远可以自己在地板上画一条线进行训练，但注意地面不要太滑，以免滑倒。“立定跳远考察下肢爆发力，小腿前伸的时机要把握好，曲腿前伸臂后摆，落地后往前不往后。可进行原地向上跳练习，每组跳10次，组间间歇20秒，跳3-5组。”

充气软实心球是一项以力量为基础、以动作速度为核心的投掷项目。前掷充气软实心球属于力量型运动，重在考察学生的爆发力。“这个项目需要将腿部力量通过腰背部传递到胸和肩部。所以，练习要兼顾这些身体部位的力量提高。”王海英表示，腿部力量增强可通过蹲起练习实现，增强腰背腹部力量可以进行仰卧起坐锻炼，肩胸背部力量可以通过练习平板支撑增强。

1000米或800米是耐力与速度混合项目，主要考察的是心肺功能。王海英说，如在家里跑可能影响楼上楼下住户关系和谐，所以不推荐。可以进行负重走训练，即在腿部绑上重物行走；如果家里有功率自行车，可以进行中小强度运动，时间约为三四十分钟。另外，她提醒，练习跑步要注意呼吸节奏与脚步的配合，如三步一呼一吸等方式。

新型冠状病毒肺炎疫情防控期间，唐山当地体育场、健身房等人流密集场所关闭，但群众健身热情丝毫不减，积极探索出不少科学有效、简便易行的居家健身方法。 新华社发 程 硕作

减资公告

经河北凯威饲料加工股份有限公司（注册号：911306273083722495）股东会决定：河北凯威饲料加工股份有限公司注册资本由人民币5500万元减少至5000万元。请各债权人自公告之日起45日内向本公司提出清偿债务或者提供债务担保的请求，逾期不提出的视其为没有提出要求。

特此公告。

河北凯威饲料加工股份有限公司
2020年3月2日

声 明
咨询电话：0311-67562168

▲邢台广播电视台杨睿记者证丢失，编号：G13000755000107，声明作废。
▲河北大学新闻传播学院2018届播音与主持艺术专业四年制本科毕业生程鹏就业协议书丢失，编号：1803052，声明作废。
▲张立红居民身份证丢失，证号：132229197504198564，特此声明。
▲河北省献县公证处公证员刘玉华不慎将公证员执业证书丢失，证号：103091119820071，声明作废。
▲李帅警官证丢失，警号：072021，特此声明。