



# 北京冬奥会和冬残奥会后我省冬季项目运动队首次冬训展开 吹响“集结号”，拼搏再出发

河北日报记者 杨明静

随着新雪季的到来,我省16支冬季项目专业运动队和6支残疾人冬季项目运动队,纷纷拉开了北京冬奥会和冬残奥会后首次冬训的大幕。各队全力以赴、拼搏奋进,努力打牢基础、提升水平,力争新的突破。

## 省冬季项目专业运动队： 力争夺秒，积极备战

11月29日,早上6时15分,张家口市崇礼区万龙滑雪场山顶的温度牌显示:气温为-31℃。刺骨寒风中,省高山滑雪队队员从雪道出发点依次滑下。“滑行时要注意压弯,过旗门的时候速度再快一点。”省高山滑雪队教练张宇欣叮嘱每一位队员。

“之前在成都的反季节训练以技术动作专项训练为主,现在有了上雪的条件,要抓紧时间进行技术巩固和适应训练。”张宇欣介绍,11月18日,省高山滑雪队从成都转场到崇礼,开启了新一轮冬训。

早上过旗门训练,上午技术动作训练,下午体能训练,晚上加练速滑——从早上5时起床到晚上11时30分休息,队伍每天的训练安排得满满当当。

“与传统强队相比,我们建队时间不长,必须细化时间管理,力争分秒,才能以快补晚,迎头赶上。”张宇欣说,经过刻苦训练,队员们进步明显,目前已有7名队员入选国家集训队,备战北京冬奥会。

11月27日,在芬兰举行的国际滑联速度滑冰青年世界杯首战女子青年组3000米比赛中,来自我省秦皇岛的17岁小将陈傲禹以4分40秒47的成绩获得第三名。

“这是我省速滑运动员首次在国际比赛中获奖,不仅是对运动员刻苦训练的回报,更对提升队员信心起到了很好的激励作用。”省速度滑冰队教练田国俊介绍,本次比赛有3名河北选手参赛,队员们很珍惜首次参加国际比赛的机会,通过向国外高手学习,增加了经验。

冬训前,省速度滑冰队参加了省体育局组织的体能大比武和国家训练营,为体能储备打下了良好基础。“我们的队员相对年轻,最大的20岁,最小的只有14岁,体能的增强让冬训效果更加明显。”田国俊介绍,从5月



图为省残疾人高山滑雪队队员在冬训中。

省残联供图

到现在,队伍一直处于封闭训练状态,队员们精神饱满,干劲十足,每天都在进步。

据了解,随着我省冬季项目训练场设施的进一步完善,目前省高山滑雪、单板滑雪平行大回转、短道速滑、速度滑冰等7支队伍已在承德、张家口、秦皇岛等地开展冬训,另外9支队伍也将陆续转至省内开展冬训。省体育局倾力改善训练条件,配强科研团队。“在已配备负压吸引治疗仪、运动竞技心理能力状态诊断系统等设备的基础上,今年计划再购置近50万元的科研设备,并增加十余名辅助团队人员,助力各支队伍在冬训中取得新成效。”省体育局冬季运动中心竞训科科长李超介绍说。

艰苦训练加上科学训练,换来了成绩的不间断进步。我省短道速滑、速度滑冰、自由式滑雪空中技巧、单板滑雪U型场地技巧等12支队伍陆续参与了国家集训队的选拔,截至目前共有47人入选,其中运动员34名、工作人员13名。其中,我省运动员盛海鹏在自由式滑雪U型场地技巧选拔赛中排名第一;吴雨霏和孙振栋在单板滑雪大跳台和坡面障碍技巧项目选拔中分获女子组和男子组第一名。

“冬训是提升的关键期,今年各队紧抓后奥运机遇,正在积极备战全国冠军赛、锦标赛及第十四届全国冬季运动会。”李超表示,大家将刻苦训练,不断提升竞技水平,力争在接下来的比赛中取得好成绩。

## 省残疾人冬季项目运动队： 苦练内功，夯实基础

“教练,我今天就摔了一次。”刘婷予从雪道滑下来,对着省残疾人高山滑雪队教练谢安惠说。

刘婷予只有12岁,今年8月成为省残疾人高山滑雪队坐姿滑雪试训队员。开始她滑一次要摔回十几回,通过勤学苦练,现在基本上可以顺畅滑下来了。

“这个孩子很坚强,很让人感动。刚开始练的时候,每天都摔得胳膊青紫,但从来没喊过一声疼,每次问她她都只是轻描淡写地说一句‘没事’。”谢安惠赞许又心疼地说。

在哈尔滨万达室内滑雪场,像刘婷予一样,省残疾人高山滑雪队每一位队员都全力以赴投入到训练中。36名队员里,既有参加过北京冬奥会的老队员,也有刚入队几个月的新队员。

“目前没有重要的备战任务,难得有这么大块的时间全身心投入到训练中,完善技术细节。”谢安惠坦言,虽然不少老队员站上过北京冬残奥会的领奖台,但仍需要进一步改进技术动作,以做到技术更精细、动作更到位;对于新队员而言,也要打好技术动作的底子,为后续上难度奠定良好基础。

上午在体能训练房内进行有氧、负重提踵和小肌肉群等针对性训练;下午在雪道上一次次滑行,练习转弯时每一个身体部位的发力。既要紧盯新队员,又要兼顾老队员,这对于谢安惠是不小的挑战。训练前做计划,训练中指导,训练后复盘总结,虽然每一天都很忙很辛苦,但谢安惠说:“看到队中老队员主动带新队员、新队员积极上进,氛围很好,就充满了干劲儿。”

在承德冰上运动训练中心,省残疾人冰球队也在紧张训练。这支队伍队员年龄跨度很大,既有17岁的新队员,也有30岁的老队员,教练殷积武根据每个人的具体情况安排训练任务。在北京冬残奥会上表现出色的申翼凤担任助理教练兼队员,不仅要帮着制定训练计划,还要在训练中担任技术指导。

白天进行滑行技术训练、传球训练,晚上进行射门训练——面对枯燥的训练,偶尔也会有部分队员情绪低落。殷积武表示,对此,他们会在训练中安排一些有趣的小游戏、小比赛,或让参加过北京冬奥会的队员分享自己的经历以激励大家,队员们会很快调整好心态,继续全身心投入,不断超越自己。

我省6支残疾人冬季项目运动队中,除省残疾人冰球队在承德训练外,其他5个队目前都在哈尔滨训练。“各队冬训以进一步巩固技术及培训新队员为主要任务。”省残联文体中心竞训科科长万东红介绍说,今年我省残疾人冬季项目运动队共吸收了62名新队员试训,由于试训队员需要一定时间适应,各队会在冬训中对试训队员进行进一步考察,最后确定留队队员。

“北京冬奥会的佳绩已是过往。我们将继续坚持一人一策的训练安排,搞好冬训保障,争取培养出更多优秀的队员,让米兰冬残奥会上出现更多河北运动员的身影。”万东红表示。

# 衡水学院教师李正燕 带动更多学生爱上冰雪运动

河北日报记者 杨明静

“滑行过程中要将重心放到支撑脚上。”“要保持鼻尖、膝盖、脚尖三点一线。”……

11月4日,衡水学院轮滑场上,休闲体育专业二年级的学生正在认真练着轮滑新动作。衡水学院体育学院副教授李正燕站在一旁,时而耐心讲解,时而进行示范。

今年41岁的李正燕老家在张家口,小时候就学会了滑冰。大学毕业后,她成为了衡水学院的一名老师。她的轮滑课深受学生喜欢。

“前些年轮滑的学生非常少,这项运动在我们学校几乎是空白。”李正燕回忆说,以2015年申冬奥成功为契机,衡水学院大力推广普及冰雪运动,轮滑课不仅成为体育学院的必修课,还作为其他院系体育课的选修课,参与的学生越来越多。

作为轮滑运动推广老师,李正燕查阅了大量资料,制定出详细、有趣的教学方案,想方设法提升学生的兴趣。她还创建了轮滑社团,经常在晚上抽出时间指导学生训练。

“速滑、花样滑、过桩……学生们对什么感兴趣,我就教什么。”李正燕说,虽然大多学生是零基础,但接触后就特别喜欢,在校园里经常能看到学生“刷街”的身影。

“如今,体育学院的学生基本都学会了轮滑,其他学院至少有一半学生学会了。”李正燕欣慰地说,衡水学院轮滑社团的成员也从2015年的不到20人,发展到现在的近200人。

2020年,衡水市气膜滑冰馆落户衡水学院新校区,又给李正燕推广滑冰运动提供了契机。她利用双休日、寒假等义务教学教师生滑冰,已培训三千余人。

随着参与轮滑和滑冰的学生越来越多,水平也越来越高。衡水学院运动会上,轮滑成为竞争最激烈的项目之一。衡水市冰雪运动会、河北省冰雪运动会、大学生轮滑比赛等比赛中,也出现了衡水学院学生的身影。

为了更好地推广冰雪运动,李正燕不断给自己“充电”。河北省、衡水市组织的轮滑、滑冰、滑雪、冰壶等培训活动,她都积极报名参加,“头衔”越来越多,如国家级社会体育指导员、速度滑冰国家一级裁判员等等。她不仅多次执裁省内外轮滑、速度滑冰比赛,还主持完成了《速度滑冰竞赛场地管理》《短道速滑竞赛场地管理》两部冬奥会培训教材。

北京冬奥会上,李正燕成为坡面障碍技巧项目的NTO(国内技术官员)培养对象。为参与到冬奥裁判工作中,在两年的时间里,在参加培训之余,并不擅长滑雪的她每天挤出四五个小时课余时间,“恶补”英语和滑雪专业知识,最终从众多候选人中脱颖而出,并胜利完成北京冬奥会工作任务。

在北京冬奥会带动下,我省的冰雪运动蓬勃发展,李正燕推广校园冰雪运动的劲头更足了。除了轮滑、滑冰等,她还开始推广冰蹴球。“冰蹴球极具参与性和趣味性,玩法简单,易上手,部分学生已经开始学,反响不错。”李正燕表示,“我会不断努力,带动更多学生爱上冰雪运动。”



## 我省农村交通安全管理水平持续提升

# “村村通”更要“路路安”



16.67%、11.46%、15.46%。

今年9月,省政府办公厅印发了《关于进一步加强农村道路交通安全管理工作的意见》,要求认真贯彻落实习近平总书记关于安全生产工作的重要指示精神,坚持人民至上、生命至上,牢固树立安全发展理念,加快补齐农村道路交通安全管理短板,有效化解农村道路交通安全风险,防事故、保安全、惠民生,着力构建党政领导、部门协同、社会联动、公众参与的农村道路交通安全治理新格局,为加快推进乡村振兴和农业农村现代化建设创造良好的农村道路交通安全环境。

该意见明确了各级政府和相关部门全面落实农村道路交通安全的管理责任,提出了切实加强农村道路交通安全共治力量的方式方法,找到了破解农村交通安全管理难题的“金钥匙”。目前,全省通过警企合作、银保合作,建设2000余个交通安全劝导站,4.2万名农村专职或兼职交通安全劝导员加入交通安全宣传、隐患排查、违法劝导,推动了农村交通安全管理工作。

## 科技强警密织农村交通管理网

今年10月11日下午6时,保定安国赵某趁着路上人少又地处偏僻,悄悄用面包车拉着14名务工人员从望都县回安国市,刚上了博王线村道,就被早已等待的望都县交警查获。他怎么也想不明白交警是怎么知道他面包车超员的,他更想不到的是,其实早在三天前,保定交警支队的民警就通过大数据锁定了他。

三天前,保定市交警支队民警苑鹏飞,通过大数据集成指挥平台研判,敏锐地发现这辆面包车有超员的嫌疑,该车已连续三天早晨6点到7点,傍晚17点半到18点半通过望都县博王线贾村路口,每次出现好像都在躲避交警巡查。保定交警支队立即将严查此车辆的指令下发到望都县交警大队,望都县交警大队接到指令迅速布控,一举查获。经查,车辆及人员全部为安国市人,每天最少14人乘坐这辆核载7人面包车在安国与望都间往返,更可怕的是,开车的赵某还是无证驾驶。

为深入推进农村道路交通事故预防工作,更加精准高效消除农村道路安全隐患,保定市交警支队充分发挥集成指挥平台各类研判分析模块作用,整合现有的前端感知设备,汇集抓拍图像和视频数据,并结合农村道路出行特点进行算法分析、智能预警,第一时间将警情推送到附近的民警手中,精准查处。“过去我们就算24小时不间断巡逻,还是有违法驾驶人钻了空子,现在,只要违法一出现,我们立即能接到指令,迅速查处,再能伪装的也无处藏身。”保定市安国交警大队民警张占良说。

日前,家住秦皇岛昌黎县的史某在家接到昌黎县交警大队通知,因其因货车违法载人,到交警大队接受调查。开始,史某还矢口否认,但他看到交警一张张证据照片时,只能低下了头。照片里不但拍到了车号,而且特别清晰地拍摄到车斗里藏着的人。秦皇岛交警支队指挥中心研判专班在货车违法载人研判中发现该车多次违法载人,



▲保定交警将科技装备更广泛地应用到广大农村地区,提高农村道路交通安全管理水平。

▲今年9月,省公安厅交警局“美丽乡村”巡回宣传小分队走进张家口张北县德胜村,为富裕起来的乡亲们宣讲交通安全知识。

通过集指平台、车辆大数据平台和监控平台分析该车经常在昌黎县活动,第一时间将违法车辆和相关证据下发昌黎交警大队查处。

一处报警,多方响应,跟踪教育,警示教育。昌黎县交警对史某进行了批评教育,同时他所在的村里也接收到了史某的违法信息,村主任和大队民警上门进行家访谈话,村里的“大喇叭”也广播这件事,史某和村里其他货车驾驶人下定决心再也不违法载人了。

农村面包车违法超员,货车违法载人,极易导致群死群伤的道路交通事故,全省公安交管部门将农村道路作为预防交通事故“减量控大”的主战场,将情报研判主导、高效扁平指挥、精准机动勤务、实时监督监管的“情指勤督”现代道路交通管理勤务机制延伸到农村,加大对违法超员、违法载人现象执法力度,通过管理与教育相结合,最大程度压缩违法存在空间,农村地区交通事故和交通违法高发势头得到有效遏制,为农村地区道路筑起一道坚实的安全防线,广大农村群众的安全感更加充实、更有保障、更可持续。

## “美丽乡村”将安全播散在希望的田野上

“村民们注意了,不要去挤面包车,很危险,更别让你家孩子去挤……”早上8点,村民们陆续出门干活,石家庄市井陘县台头村村委会的“大喇叭”准时响起,带有浓厚乡音的交通安全提示在空中飘扬。

过去,井陘县交警大队大队长郝军喜去村

里宣传交通安全知识,都是挨家挨户发传单。但村民说“全是字,不愿看”,宣传效果并不好,郝军喜有些苦恼。

一筹莫展之际,郝军喜想起了农村大喇叭,“喇叭一响,全村知晓,而且说的都是家常话,大伙儿都爱听。”和县委宣传部工作人员沟通交流后,农村交通安全“大喇叭”响了起来。如今,井陘县17个乡镇街道、321个行政村的交通安全“大喇叭”每天定时播出交通安全知识。

董丁霞是井陘县台头村大喇叭广播员,每天晚上他都要注意手机微信里的“井陘交警大喇叭宣传群”里最新交通安全提示,赶紧下载下来,用来第二天播出。“交警同志考虑得特别细,不但根据天气情况编发不同的提示内容,还有附近的交通违法行为、交通事故案例,都是身边的事儿,村民才会听得进去、记得下来。”董丁霞介绍说。

考虑到井陘县群众对传统戏曲接受度较高,井陘县交警大队还特意录制了《丝弦唱交通安全》等极具乡土气息的交通安全音频,村民们听得非常开心,还自编自录了《交通安全三句半》等节目,主动要求播出。

今年9月初,小学刚开学,石家庄市交通管理局刘新利警官带着他自创的“交通安全七巧板”,驱车100公里来到太行山深处的行唐县九口子明德小学,给孩子们上了一堂生动的“知危险 会避险”交通安全体验课,还鼓励孩子们自编自演交通安全新童谣去市里演出,展示新农村交通安全新气象。这是今年刘新利警官在太行山区“美丽乡村”宣讲活动中,走进的第145所农村小学。

为守护美丽乡村,增强农村群众交通安全意识,从2020年以来,全省公安交管部门持续开展“美丽乡村”交通安全巡回宣传活动。今年7至9月份,省公安厅交通管理局抽调骨干宣传力量,配备由一辆大巴车改造的交通安全巡回宣传车,携带宣传物料和移动展台,走进石家庄正定县塔元庄村、保定阜平县骆驼湾村、张家口张北县德胜村等十余个村镇,给富裕起来、出行方式大改变的村民上了一堂“小康路上安全不能忘”的交通安全课,强力吹响“美丽乡村”冲锋号,示范带动全省迅速掀起农村交通安全宣传热潮。全省各地以乡村振兴重点帮扶县村为重点,组织了百余支“美丽乡村”小分队,深入农村田间地头,开展形式多样的宣传活动,累计组织各类宣传活动3000余场次,同步设置更新了农村交通安全橱窗、宣传栏5000余个,在广大农村地区营造起生动立体的“美丽乡村”热烈氛围。

提高广大交通参与者的文明守法出行意识,是打造平安畅通交通环境的重要途径。省公安厅交通管理局有关负责人表示,将继续常态化推进“美丽乡村”巡回宣传活动,并构建贯通“省、市、县、乡、村”五级的农村交通安全大喇叭播报体系,将交通安全知识送到田间地头,带到农村群众身边,夯实农村交通安全基础,助力乡村振兴。(郝伟、马国凯)