

# 让我们一起向未来!

## 时事聚焦

办好北京冬奥会、冬残奥会,是我们党和国家的一件大事,是亿万中国人民对奥林匹克运动的又一次热情拥抱,是一个欣欣向荣、开放自信的中国对国际社会的庄严承诺。习近平总书记郑重宣示:“我们不仅要办好一届冬奥盛会,而且要办出特色、办出精彩、办出独一无二来。”

自2015年北京携手张家口获得第二十四届冬季奥林匹克运动会的举办权以来,从提出绿色、共享、开放、廉洁的办奥理念,到明确简约、安全、精彩的办赛要求,从“冰丝带”“雪如意”的飞扬舞动,到“带动3亿人参与冰雪运动”的目标提前实现……多少次披星戴月,多少回攻坚克难,中国言必信、行必果,“冬奥蓝图”一步步变为现实。

体育是社会发展和人类进步的重要标志,奥林匹克运动是全人类共同的财富。五环旗下,不同地域、不同肤色的体育健儿汇聚同一个赛场,不同种族、不同信仰的人民矢志同一个梦想。为人类创造一个寻求和平、友谊

的载体,这是奥林匹克运动的光荣所在;为世界搭建一座对话、交流的桥梁,这是奥林匹克盛会的价值所向。走过100多年的历程,国际奥林匹克运动为实现人的全面发展,增进各国人民友谊,推动世界和平、发展、进步事业发挥了积极作用。作为奥林匹克大家庭的一员,中国是奥林匹克运动的坚定参与者,也是奥林匹克价值的积极推动者。从赫拉神庙到万里长城,从奥林匹亚山到珠穆朗玛峰,从100多年前的“奥运三问”到今天的“双奥之城”,从2008年北京夏季奥运会在现代奥林匹克运动史册上深深烙上彤红的中国印,到2014年南京青奥会向世界奉献一场精彩纷呈、充满活力、有中国特色的青春盛会,历史悠久的奥林匹克和源远流长的中华文明交汇交融,不断书写让世界瞩目的崭新奥运篇章。2022年冬奥会、冬残奥会在中国举办,这是中国体育同世界奥林匹克运动开创双赢局面的良好契机,必将进一步增强中国人民实现中华民族伟大复兴的信心,向世界展现阳光、富强、开放、充满希望的国家形象,推动中华文明同世界各国文明交流互鉴,必将进一步激发中国人民对奥林匹克运动的热情,创造奥林匹克冬季运动

发展和奥林匹克精神传播的新境界!

冬奥会申办成功时,109个冬奥小项中约1/3在我国尚是空白。6年多来,在“扩面、固点、精兵、冲刺”的备战方略下,109个小项“全项目开展、全项目建队、全项目训练”的目标已经实现。17岁少年苏翊鸣成功完成内转转体1800度抓板,成为世界上第一个完成这一超高难度动作的选手;短道速滑选手武大靖曾打破世界纪录和奥运会纪录,再次出征奥运赛场;谢震业从崇礼当地一名保安成长为国家级裁判……从个人到团队,拼搏奋斗奏响了筑梦冬奥的时代强音,推动我国冰雪运动的竞技水平大幅提升、项目版图迅速扩大。

冰雪运动不仅属于专业运动员,而且已经“飞入寻常百姓家”。在冬奥筹办6年多的时间里,通过大力推进“南展西扩东进”战略,我国形成了东南西北遥相呼应、冬夏两季各具特色、冰上雪上全面开花的新格局。冰雪运动实现了从小众向大众、从区域向全国、从冬季向全年的转变。大众冰雪运动参与人数大幅增加,冰雪运动在广大青少年中快速推广,残疾人冰雪运动广泛开展,冰雪运动竞技水平跨越式提升,各类冰雪运动赛事蓬勃开展,冰雪运动场

地设施加快供给,冰雪运动人才队伍日益壮大。这不仅有益于增强人民体质,也为世界冰雪运动的创新性发展提供了中国智慧、中国方案。

冰雪运动作为现代体育运动的重要组成部分,其跨越式发展在由体育大国向体育强国迈进的进程中不可或缺。2019年,国务院办公厅印发《体育强国建设纲要》,将推进冰雪运动发展作为“落实全民健身国家战略,助力健康中国建设”的重要内容。借着这一届冬奥的“东风”,冰雪运动奏响了一曲“四季歌”;冰雪产业体系初具规模,由“冷资源”成为“热经济”。从竞技体育到群众体育,从体育强国到健康中国,人民的幸福一脉相承,映照着我们一以贯之的目标。

如今,冰雪运动的种子正在华夏大地上生根发芽,为更多人带来健康与欢乐,为美好生活增添时代光彩。

北京冬奥会正值中国农历虎年,在中国文化中,虎是勇敢和力量的象征。面对当前人类面临的严峻挑战,顺应大势,团结一心,如虎添翼、虎虎生威,勇敢战胜前进道路上各种险阻,才能共创后疫情时代美好世界,让希望的阳光照亮人类。北京冬奥会是新

冠肺炎疫情发生以来首次如期举办的全球综合性体育盛会,肩负着让奥林匹克运动促进人类相互理解与交流的重要使命。

大道之行,天下为公。在庆祝中国共产党成立100周年大会上,习近平总书记强调:“中国共产党关注人类前途命运,同世界上一切进步力量携手前进,中国始终是世界和平的建设者、全球发展的贡献者、国际秩序的维护者!”和平、和睦、和谐是中华民族自古以来追求和传承的理念,中国共产党始终把为人类作出新的更大贡献作为自己的使命,从人类发展大潮流、世界变化大格局、中国发展大历史正确认识和处理好同外部世界的关系。成功举办北京冬奥会、冬残奥会,将以全球共通的体育语言和奥林匹克精神,为推动构建人类命运共同体提供海纳百川、兼容并包的舞台,凝聚各国人民建设美好世界的共同追求和最大共识,绘出世界最大同心圆。面向未来,只要坚定不移站在历史正确的一边,站在人类进步的一边,弘扬和平、发展、公平、正义、民主、自由的全球共同价值,我们就一定能够不断为人类文明进步贡献智慧和力量,推动历史车轮向着光明的前途前进! (来源:人民日报)



### 专家提醒

“冬奥风”带来“冰雪热”。专家提醒,预防冰雪运动中的运动损伤,参与者需从身体、装备、心理三方面进行“武装”,一旦发生了运动损伤,可牢记“五做四不做”。要做到保护——不要立刻去诊断,如膝关节有疼痛感,在做任何检查之前先将膝关节保护起来;休息——不再进行任何剧烈活动;冰敷——消肿止痛;压迫——用弹力绷带加压包扎;抬高——抬高受伤部位,促进血液回流,减轻肿胀。不能做热疗——热疗会加剧出血及组织液渗出的程度;不用酒精——酒精会加速血液循环,导致肿胀恶化;不能负重——上肢、膝关节等受伤后不能负重;不过早按摩——在24小时至48小时内按摩可能会加重炎症。 (来源:新华社 朱慧卿)

## 温暖更加美好的一年又一年

李林阳

春节是什么?小时候,春节是丰盛的年夜饭,是盼望的压岁钱。长大后,春节是漫漫的回家路,是满满的幸福感。春节,以亲情为伴,以文化之名,向时间和生命致以一年一度的问候。如今,春节正在被赋予更多新意,给不同年龄的人带来情感的共鸣。

“共欢新岁,迎送一宵中。”幸福欢腾的年味,祈福拜年的年俗,填满了一代代中国人关于春节的集体记忆。如今的春节,年货也许不再大包小包,爆竹也许不再遍地开花,但更具时代感的过年新方式、更具创意的年俗新表达,正在为延续千载的“中国年”赋予新的文化内涵。

一年一度的春运,如同一道流动的风景线,载满游子思乡情驶向团圆。虽然疫情当前,这个春节有不少人不能回家过年,但云端相聚、视频拜年让“团圆”不再遥远,也让我们更加懂得团圆和平安的意义。选择回家过年,除了聊天、看春晚、吃年夜饭,还有越来越丰富的家庭活动:和叔叔阿姨一起录制新年短视频,帮爷爷奶奶姥姥姥爷自制过节表情包,趁家庭聚会一起拍摄团圆写真集……创意团聚让传统年俗有了新花样,为过年增添了更多欢声笑语。

围绕“幸福”这一永恒主题,浓浓的年味正在汇聚。过年贴福字,既祝愿丰衣足食,富贵兴旺;又寄望健康平安,和谐美满;更象征国泰民安,天下太平。时下,新春祝福已从一张“福”字演变出更多玩法,从手写祈福,到拍照集福、抽奖赢福,再到亲友互赠“福卡”、互发“福字红包”。“福

到人间”,从一句贴福字的吉祥话,变成了一场亲人与朋友、商家与顾客间的新春同乐。大大小小、花样迭出的祝福形式,在“一元复始,万象更新”的氛围里,创造着“新春新气象”,承载着对新年愿景的展望、幸福生活的向往,为过年增添了更多缤纷色彩。

今年过年,农历节气立春恰逢北京冬奥会开幕。双奥之城向世界呼唤“一起向未来”,冰雪健儿在赛场拼搏“速度与激情”。全家围坐观赛的春节,留下其乐融融的奇妙回忆。无论是运动员争分夺秒、奋勇冲刺的夺金瞬间,还是国旗飘扬、国歌奏响的荣耀时刻,都能让天南地北的观众燃起体育激情和爱国热情。如果不甘心只做冬奥会的观众,那不妨下场一试:亲自体验上冰滑雪,打卡留念冰雪之约,打造一场逐梦冰雪的燃情新春。“中国红”携手“冰雪白”,为过年增添更多时代印记。

“从年是情日”。曾经,老舍先生笔下的老北京年俗,是腊月起拾掇忙活,正月里欢喜飘香,是岁尾年终之时的美味佳肴,是新故相推之际的红火气象,“过得分外热闹”。如今,当“老传统”遇上“新潮流”,当“中国红”遇上“冰雪白”,新春佳节“更添几分欢喜”。中国年的新模样,习俗或许有变,情意总归不减;形式也许革故鼎新,情感永远浓郁升腾。春节,是四季轮回的起始,是重整出发的契机。愿人与人的真挚牵挂,家与国的安康美满,连同新春佳节始终红火的底色、不断翻腾的热度,温暖更加美好的一年又一年。 (来源:人民日报)

## 用创新实现“如虎添翼”

顾杰

随着北京2022年冬奥会开幕,世界的目光再次聚焦中国。不知您是否注意到,精彩的比赛背后,今年的冬奥赛场上其实还“藏”着不少来自中国科研团队的“科技力”。

就拿冬奥会火炬来说,除了采用环保的氢气燃料,外壳还开创性地使用了重量轻且耐高温的“碳纤维”材料,不仅能耐受超过800摄氏度燃烧

温度的淬炼,还能抗10级大风和暴雨。研发力量中,我们还看到了上海科研团队的身影。

冰雪之约自然离不开雪,中国科研人员不断进行技术创新和突破,最终成功研制出属于中国人自己的冰状雪赛道和高效储雪技术,实现了绿色环保的“用雪自由”。

今年是壬寅虎年,在我国古人的想

象中,猛虎加之羽翼,则可翱翔四海,随遇而施之。当体育运动遇上科技创新,正可谓如虎添翼,不仅运动员得以赛出更好的水平,反过来,冰雪科技势必将进一步带动我国冰雪运动的长足发展,这正是创新带来的赋能效应。

其实,很多创新都应该实现“如虎添翼”的效果。比如,在全面推进城市数字化转型的过程中,通过数字技术

赋能,我们得以实现更好的城市治理;在推动高质量发展的过程中,要实现“弯道超车”的效果,往往有赖于基础性研究的突破……

创新的意义还在于不同组合所蕴藏的潜力。当猛虎可以自由翱翔,它所获得的不仅是一片天空,更是海陆联合的更高维度的胜利。从这个意义上看,创新是一种“升维”超越。当前,

我们亟需更多“从0到1”的科技突破,也要重视系统性思维,把更多的“1”合理组合起来,在战略上实现“1+1>2”的效果。

这需要我们拥有敢于创造的奇思妙想,也需要具备宽容失败的制度环境。我们期待,未来能有更多的创新“升维”,在更多领域见证“如虎添翼”。 (来源:解放日报)