

这个“躺赢”的项目，为什么运动员谈之色变？

在北京冬奥会上有这样一项“驾驶类”项目：它不仅全程下坡，还没有方向盘，运动员只需“躺着”就能赢得金牌，甚至还可以两个人一起躺。然而，这个项目却让很多运动员谈之色变，它就是雪橇。

冬奥会上的雪橇比赛为无舵雪橇，早在1480年就已经出现在挪威，1883年瑞士达沃斯举行了世界第一次无舵雪橇比赛。从1889年德国成立无舵雪橇俱乐部开始，这项运动迅速在奥地利、德国、意大利、美国等地兴起。国际雪橇联合会的正式成立，让这项运动步入快速发展阶段，并在1964年奥地利因斯布鲁克冬奥会上被列为正式比赛项目。

雪橇滑行时速可达130公里/小时以上，是冬奥会中速度最快、危险系数极高、专业性最强的项目之一。比赛开始后，运动员需坐在由2个橇刃固体、2个橇刀、座板和2个连桥组成的雪橇上，在两臂用力向后推撑起跑后，迅速躺在雪橇上开始滑行，并力求以最短的时间过弯，保持住速度和下滑的平稳势头，尽全力冲过终点。

雪橇之所以被称为最危险的项目，不仅在于它滑行速度奇快，更在于它“放飞自我”的驾驶方式。运动员们驾驶的雪橇不仅前部没有舵板，后部也没有制动闸，整个滑行过程只能靠运动员单手拉住雪橇皮带，并利用身体姿势

的改变来操纵雪橇。其间要经过左右弯、急转弯、S形弯和迷官式弯道等11到18个弯道，赛坡落差达100到150米，可谓真正勇敢者的游戏。

最初的雪橇比赛是在普通冰面上进行的，运动员在驾驶过程中经常滑出赛道。为降低风险，如今雪橇赛道已被设计成U字形，两边的护墙高于50厘米，以保证运动员在躺着“开”雪橇的过程中不会偏离中心。尽管风险已有所降低，事故依旧多次出现。不过，事故的阴影并没有影响到运动员们在雪橇项目上追求更快的脚步。在项目发展历程中，他们总是尽一切可能提高速度，如戴着缝有钉子的手套增强摩擦以在起滑时更好发力等等。由于雪橇钢刀的温度也会影响速度，过去还有人想方设法提升钢刀温度以进一步提速。为此，国际雪橇联合会曾对规则进行了一次修改，禁止使用加热装置，并在出发前对雪橇的温度进行检查。

由于雪橇的重量也会影响速度，国际雪橇联合会也对雪橇重量有严格限制。单人橇的重量限制在20公斤，而双人橇的重量则不能超过22公斤，一旦超重就会被取消比赛资格。因为项目的危险性和专业性，雪橇比赛对竞赛场地的要求也极为严苛。目前全世界只有17座标准雪车雪橇场馆，分布在11个国家（地区），其中有10座位于欧洲，而坐落于延庆的

国家雪车雪橇中心则是我国第一座标准雪车雪橇场馆。这条被称为“雪游龙”的赛道，男子比赛线路长约1582米，女子的长约1475米，道宽最大值1.5米，赛道坡度落差达121米，并由16个角度不同、形态各异的弯道组成。

在“雪游龙”举行的北京冬奥会雪橇比赛共设有男子单人雪橇、女子单人雪橇、双人雪橇和雪橇团体接力4个小项。单人项目比赛滑行4次，双人项目滑行2次，接力项目需要完成男子单人、女子单人和双人项目的比赛。接力比赛中，终点线上方设有接力弹板，运动员通过终点前需坐起拍击弹板，从而开启起点的出发挡板。所有项目都按每次滑行总用时排出名次。在北京冬奥会上，中国队将派出男单选手范锋耀、女单选手王沛宣、双人组合黄叶波/彭俊越参赛，他们除了参加单项比赛之外，还将共同组队参加团体接力赛。尽管是首次参加冬奥会，谁又能肯定地说在这个0.001秒决定谁能“躺赢”的比赛中，中国选手没有机会站上领奖台呢？

(新华社记者 伍鲲鹏)



春蕾助力，紫阳麻柳为贫困女生送温暖

本报讯(通讯员 张维金 叶柏成)近日，紫阳县麻柳镇妇联在镇政府二楼会议室举行了2021-2022年度陕西春蕾女童助学金发放仪式，为贫困女生发放助学金5000元。

活动仪式上，镇妇联分管领导介绍了“陕西省春蕾女童助学”项目的基本情况，“春蕾计划”是1989年在全国妇联领导下，中国儿童少年基金会发起实施，致力于改善贫困家庭女童受教育状况的公益项目，“陕西春蕾女童助学”是陕西省妇联“春蕾计划”中的一个子项目。并在会上对5位受助学生提出几点希望：一是志存高远、勇于奋进。从小树立远大理想，刻苦学习，争当第一。二是心怀感恩、勇担责任。希望受助的5名女孩加倍珍惜来之不易的学习机会，常怀感恩之心，用优异的成绩和良好的面貌、高尚的品格来回报父母、回报社会，用自己的智慧和双手创造美好的未来。三是遵纪守法、争当一流。在学习和生活上要遵守法律法规，做一名合格的学生，要不断进取，争当一流。

志愿坚守最前沿 连续作战抗疫情

通讯员 姚兆明

自去年12月23日西安市疫情暴发以来，汉阴县人民医院切实加强疫情防控措施，坚决遏制疫情蔓延。在先后抽调27名医务人员驰援西安的同时，按照要求进一步规范发热门诊等重点环节管理，对发热门诊医务人员实行了严格“闭环管理”。一个月来，14名医护人员一直坚守在发热门诊，轮流24小时值守。

他们的工作和生活非常辛苦，上班期间穿着厚重的防护用品，行动不便，呼吸不畅，每天都要接诊大量的发热病人及黄码、红码病人。下班之后，被点对点转运到酒店进行隔离，远离家人，生活枯燥。他们中有年过50的老同志，有坚守发热门诊时间长达一年的年轻骨干，还有初为人母的女同志，有的同志

父母亲人生病住院也不能床前尽孝。但他们克服种种困难，不畏艰险，无怨无悔，始终坚守在疫情防控最前沿。

院党委对他们的困难和艰辛高度重视，采取了一系列关心关爱措施。先后两次深入工作一线和驻地进行慰问，帮助他们解决家人生病住院等烦心事。近期正在千方百计抽调人员解决他们轮岗休整的问题。但是，当他们了解到医院由于抽调大量人员驰援西安，导致人员十分紧缺的特殊情况时，纷纷请愿，主动放弃轮岗休整，放弃与家人团聚，要求继续坚守发热门诊，直到疫情平稳。在他们身上，充分展现了新时代医务人员“敬畏生命、救死扶伤、甘于奉献、大爱无疆”的崇高精神。他们的事迹感人泪下，催人奋进。



市人民医院邀请书画家义写春联

本报讯(通讯员 何蕊)1月25日下午，市人民医院特邀安康市群艺馆党支部、安康市书画院到院开展“支部共建迎新春 义写春联送祝福”活动，为即将到来的春节增添浓浓的年味。活动现场，8名书法家们和着新鲜的墨汁，笔走龙蛇，一副副苍劲有力的春联，一个个喜庆吉祥的福字跃然纸上，让大家在新年来临之际，感受到暖暖的祝福。书写内容有对新春的祝福，有对医务工作者的寄语，还有对古诗词的临

摹，不仅传递了传统文化理念，也营造了共同品鉴艺术作品、感受书法乐趣的浓厚氛围。现场活动结束后，书法家们又特意为该院驰援西安的33名抗疫医务人员创作了书法作品，表达书画艺术工作者的拳拳之心与崇敬之情。此次活动共书写200余副春联。红红的春联，为广大职工、患者家属及市民带来了暖暖的新春祝福，为医院增添了辞旧迎新的节日气氛。

市中医院开展节前慰问活动

本报讯(通讯员 郭鸣)1月24日，市中医院领导班子成员分别带队开展节前慰问疫情防控一线医务人员及家属、困难老党员、老干部、困难职工，向他们送去了慰问品、慰问金，并致以节日的问候。

慰问中，他们与职工亲切交谈，了解职工的工作、生活情况和实际困难，仔细倾听他们的心声，鼓励他们要坚强面对生活，树立信心，克服困难，医院

也尽可能给予帮助，使他们切实感受到医院大家庭的温暖，确保他们过一个欢乐、祥和的新春佳节。受到慰问的职工对医院给予的关心表示衷心感谢，同时表示将一如既往，进一步发挥岗位职责，继续为医院的建设和发展贡献自己的力量。

热点

关注

“六项”措施提升基层妇幼健康服务水平

通讯员 陈妮

2021年，市妇幼保健院坚持贯彻妇幼卫生工作方针，严格落实“一法两纲”，积极履行妇幼公共卫生管理、指导与培训职能，努力提升基层妇幼健康服务水平，为全市妇幼健康事业发展增添新亮点。

全年组织临床、公卫专家赴县区开展两轮全覆盖督导，实时掌握工作进度和服务质量，及时通报问题和整改落实；开展妇幼保健机构绩效考核现场复核、母婴安全管理、免费“两筛”、妇女健康促进项目等专项督查；按季度发布13类妇幼健康信息质量通报，实现动态监管，促进基层妇幼健康服务水平持续提升。

强管理，惠民政策落实到位

制定了《2021年全市妇幼健康业务工作计划》，认真组织各级妇幼健康服务机构规范实施公共卫生妇幼项目。全年免费为23446名“备孕妇女”发放叶酸；免费为18648名孕产妇进行了艾滋病、梅毒和乙肝检测，确诊感染孕产妇均免费落实母婴阻断；免费提供产前血清学筛查10832人、超声筛查23784人次、新生儿遗传代谢疾病筛查16646人、新生儿听力筛查16397人、新生儿先天性心脏病筛查16047人，对查出的可疑阳性胎儿或患儿均按照项目规范进行了相应的干预治疗和追踪随访；免费为40304名6-24月龄婴幼儿提供儿童营养包；面向35-64岁农村妇女免费开展宫颈癌筛查81271人、乳腺癌筛查82073人。群众对妇幼健康服务的关注度、参与度和满意度不断提升。

强指导，服务能力提升到位

制定《安康市妇幼健康工作考核标准》，

强素质，业务技能培训到位

成功举办全市妇幼健康技能竞赛，内容涵盖产、儿科临床急救和公共卫生服务两个方面，在全市妇幼健康服务系统营造了钻业务、练技能、强服务的学习氛围，对进一步提升妇幼健康服务能力、保障母婴安全起到较好的“练兵”作用；采取线上、线下模式，面向市直、县区、乡镇，先后举办市级培训6期，内容覆盖妇幼健康项目及产、儿科适宜技术，累计培训1000余人次；结合县区实际需求，选派专家赴基层开展专题授课和现场带教等。

强干预，两个指标控制到位

挂靠市妇幼保健院成立全市产科质量控制中心，通过开展全市危重孕产妇病例评审、孕产妇和新生儿死亡病例评审，分析存在问题和薄弱环节，提出针对性干预措施，进一步加强了全市

各级助产医疗机构产、儿科医疗质量管理，提高了急危重症救治能力和水平，母婴安全得到有效保障。2021年，全市孕产妇死亡率为10.60/10万，婴儿死亡率控制在3%以下，达到“两纲”目标要求。

强措施，出生缺陷预防到位

依托实施国、省妇幼健康服务项目，扎实开展出生缺陷三级预防措施；挂靠市妇幼保健院成立陕西省遗传病(优生与遗传)临床医学研究中心安康分中心，推动省级优质医疗资源下沉，进一步规范全市产前筛查、产前诊断等技术开展；建立卫健、医保、民政、残联等部门信息共享工作机制，强化救助政策衔接，实现全程监管，有效减少了残障儿的发生，取得了较好的社会效益。

强覆盖，健康教育普及到位

充分利用新媒体、网站微信、孕妇学校等载体，结合“三八”“六一”“预防出生缺陷日”“母乳喂养周”等主题日，走进镇村、社区、学校、机关、企事业单位开展健康讲座和义诊宣传活动。全年累计开展线下宣教活动30余期，受益人群5000余人次。

长期以来，汉滨区培新小学坚持“五育”并举育人理念，把立德树人作为学校教育的根本任务，在实践中逐步形成了“三位三全”大德育的育人新格局，即：每位教师都是德育教材，每位学生都是德育作业，每位学生父母都是德育案例，全面构建课内外育人主渠道实现全员育人，线上线下相融合实现全过程育人、校内外有机结合实现全方位育人新局面。

管理育人，健全大德育网格体系

学校围绕“能说会写、能歌善舞、强身健心、品学兼优、面向世界”的育人目标，采取“请进来送出去”“专家理论讲解+实地参观”为主要方式，加大班主任培训力度。结合学校实际，组建学生干部督察岗、监督岗、服务岗、巡查岗、广播站、小记者团等，加强学生自主管理。同时，创新学生德育评价体系，开展“十星少年”“榜样学生”“优秀队干部”“校园之星”等竞选活动，逐步形成思想进步、团结友爱、活泼向上的育人氛围。

课程育人，探究大德育精神内核

学校坚持以课程为主渠道、课堂为主阵地，构建立体化德育课程结构。立足思政课堂的改革与创新，扎实开展思政课教师“大练兵”活动，有效提升思政课堂教学质量。注重小学阶段各学科之间的德育融合，全方位落实“思政课程”“课程思政”的教育理念。同时，研发了《印象汉水》《我的家乡》等校本课程和《读写绘》《电影赏析》《潘多拉故事盒》等校本课程；印制《新教育 新德育 新孩子》德育活动画册；以晨诵、午读、暮省、仪式庆典课程、新生命教育课程、国学经典解读课程等为德育载体，不断拓展延伸新德育内涵；自主开发财商素养课程、书信课程、喜闻乐学课程，逐步拓宽新德育实施路径。与此同时，学校倡导全体学生养成文明健康、绿色环保的生活方式，将德育教育与学科教学相融合，多次组织各学科教学竞赛活动，立项研究多项德育重点课题。

文化育人，营造大德育浓厚氛围

为了营造浓厚的育人氛围，学校致力于打造特色校园文化，校园内的每面墙壁都会说话：门厅柱子上的校训“向上至善”是培新人生命的朝向、古今中外的名人雕像、校园起航广场墙壁的《弟子规》《三字经》小篆石刻、汉水文化长廊、笑脸墙、至善楼的龙舟文化苑，以及每间教室内外典雅大方、独具特色的班级文化墙……都在无声地向每一个培新学子传递着校园文化的无穷魅力。

活动育人，形塑大德育生命哲学

按照《中小学德育工作指南》要求，学校科学安排，定期举办科技周、英语节、体育节、艺术节、读书节系列活动。疫情期间，在全省率先推出以“爱党爱国”“生命教育”等为主题的14期线上升旗仪式、15期线上少先队活动课和全校线上家校共育会。平时，坚持举办国旗下班

级风采展示，为每位培新学子提供全面展示自我的舞台。通过组织开展传统文化教育活动，深耕德育内容，形成德育体系。创办篮球、管乐团等73个校级社团，其中鼓号队社团荣获“全国优秀鼓号队”荣誉称号，学校多次承担全市、全区少先队示范活动。

实践育人，拓宽大德育实施路径

学校开展“以劳动教育树时代新人”主题系列活动，针对不同学段、不同类型学生的特点，以校园劳动、社区劳动、家务劳动为不同场所，设置科学合理、内容丰富、形式多样的劳动课程。持续组织学生开展进社区、义务清扫、保护母亲河、学雷锋等多项志愿服务活动，赴安康气象站、城市展览馆、安康水电站、消防中队、瀛湖旅游景区开展社会实践活动。培新小学是全市首个带领学生赴江苏、西安、石泉等地开展研学活动学校。学校还设立了杨凌农业示范园、安康城市建设展览馆、安康博物馆等13所爱国主义教育基地。

协同育人，绘制大德育和美图谱

学校组建“三级”家委会，通过四类会议，家校合力，为学校发展献计献策。邀请优秀家长走进校园，开展“亲子大讲堂”“亲子共读交流会”“新父母征文”“新父母读书沙龙”“新父母学校论坛”“新父母共读成长营”等活动，还组织开展“劳模精神我学习”“走进军营”等红色研学活动，使学校、家庭、社会同心同向，真正构建教育命运共同体。每学期进行德育标兵评选活动，召开“新德育工作经验分享会”，形成全体教师比责任、比奉献、比人格、比境界的良好氛围。近年来，学校先后荣获“全国新教育实验示范学校”“陕西省示范小学”“陕西省红领巾法学院”“陕西省中小学德育工作先进集体”“陕西省文明校园”“陕西省平安校园”“陕西省家长示范学校”“陕西省优秀少先队集体”“安康市立德树人优秀学校”等多项省、市、团荣誉。

『三位三全』大德育 缔造幸福德育家园

陈大安 王智



寒假期间，浙江省建德市更楼街道下辖10多个村社依托现有的场地、教室和设施设立多个乡村“复兴少年宫”，聘请乡村教师、民间艺人、非遗传承人、返乡大学生等在假期为中小学生学习开展剪纸、音乐、绘画等丰富的公益性趣味课程，丰富孩子们的寒假生活。因为孩子们在更楼街道后塘村文化礼堂学习绘制油纸伞。

新华社记者 徐昱