

我市承办的特奥会足球项目比赛

拟提前至五月中旬进行

本报讯 记者从残特奥会组委会残运工作部了解到,目前,全国第十一届残疾人运动会暨第八届特奥会在开幕前进行的比赛项目已经确定,10月22日至10月29日为残特奥会正式比赛阶段,按照残特奥会提前比赛项目安排方案,由我市承办的特奥会足球项目比赛拟提前至5月中旬进行。

为确保参赛运动员竞争的公平、公正和安全,根据《残特奥会各领域特殊工作指导意见》,残特奥会组委会残运工作部提前着手,排出运动员分级工作时间表:第一阶段为赛前分级评定阶段,拟定于10月18日至10月21日进行,主要任务是分参赛运动员进行分级评定和受理赛前申诉;第二阶段为赛场观察及受理赛事申诉阶段,拟定于10月22日至10月29日进行,主要任务是由主分级师在2小时内将首次上场参加比赛的运动员的级别状态予以确认。

据了解,10月22日至10月29日为残特奥会正式比赛阶段。按照残特奥会提前比赛项目安排方案,特奥会足球项目比赛拟提前至5月中旬进行;残运会田径马拉松项目比赛拟安排与十四运会田径马拉松项目比赛同时进行;残运会射击、射箭、跆拳道、轮椅击剑、轮椅篮球、赛艇、皮划艇项目比赛拟安排在十四运会和残特奥会的转换期,即10月8日至10月18日集中时间举办。 本报记者 巨侃

智慧气象 护航全运

——陕西确保为十四运会提供精准气象服务

气象和体育密不可分,降水、气温、湿度、风、能见度等天气要素对体育比赛和运动员的成绩均有一定影响。

十四运会和残特奥会今年9月、10月将在我省举办,举办期间正值暴雨、雷电、连阴雨等影响天气多发时段。比赛场馆遍布全省南北各市,各赛区气候特征差异悬殊,多种因素的叠加为气象监测预报预警服务工作带来了很大挑战。

为减少局地天气条件对赛事的不利影响,科学应对十四运会和残特奥会期间各类高影响天气,国家和我省气象业务单位联手开展了科技研发,十四运会和残特奥会组委会气象保障部、省气象局和全省各级气象部门对标“精彩圆满”,不断加强面向十四运会和残特奥会重大活动和赛会赛事等气象监测预报预警服务能力建设,精密监测、精准预报、精细服务,全力做好十四运会和残特奥会气象保障服务筹备工作,统筹做好防汛防灾气象保障服务。

高科技设备 看云观象的“眼睛”

电场仪、浮标观测仪、相控阵雷达……这些晦涩难懂的专业名词,是为精准预报预警十四运会和残特奥会期间天气情况而引进的高科技“眼睛”,它们或在地面,或在空中,或漂浮在水面,发挥重要作用。

1月15日,西安高陵区,我省首座X波段双偏振相控阵天气雷达(以下简称相控阵雷达)正在进

行最后的建设安装。站在远处,只见一座白色的塔状设备高高耸立,科技感十足。

“相控阵雷达能够精准识别极端天气的种类和强度,比如雨滴、冰雹大小,监测范围高度20公里以下、100公里范围内天气的变化情况,主要针对降水天气。”西安市大气探测中心技术保障科科长高山介绍说,“相控阵雷达每1分钟进行一次全角度监测扫描,相比其他气象雷达的6分钟,提高了监测频率,从而精准度更强,实现西安城区近地层到1公里高度处的观测全覆盖,能够有效监测对流天气的初生和发展,提高西安比赛场馆及周边预报预警的时效。”

各式各样的高科技设备为十四运会和残特奥会室内、室外、陆地、水上多种比赛项目提供气象保障。沙尘检测仪为沙滩排球项目实时“感受”沙子的温度、暑热压力检测仪为马术项目的马儿“寻找”最舒适的环境,水体气象浮标观测仪为马拉松游泳项目监测瀛湖水域的各项气象要素……

“这次还新建了微波辐射计、激光测风雷达等,提高了我省垂直气象观测能力。各类新建的现代观测设备将与周边省市观测设备开展协同监测,形成空、天、地一体的气象监测布局。”十四运会和残特奥会组委会气象保障部工作人员范承介绍说,“气象部门在现有观测站网的基础上,针对十四运会和残特奥会开闭幕式高空表演的高空风等,后期还会增加空气污染等环境观测设备共计16类81套,分布于全

省各个比赛项目场馆场地,增加气象观测的时空密度和精度。”

智慧系统 预报预警的“神经中枢”

走进位于西安市气象局的十四运会和残特奥会气象台,巨大的显示屏实时播放着全省的气象要素分布图,屏幕前首席预报员、决策气象服务员、应急服务员等工作人员分布在两侧的电脑前工作。

十四运会和残特奥会气象预报预警系统是省气象局为十四运会和残特奥会专门研发,以数值预报为基础,实现集约化预报业务布局,完善融合大数据应用的专业化、智能化预报技术体系和预报系统平台。前方“眼睛”监测到的各项数据,将在该系统里,通过工作人员的操作和判断,形成各种可输出的天气预报预警产品。

1月15日,省气象台预报中心副科长朱庆亮专门向记者演示介绍了十四运会和残特奥会气象预报预警系统。“该系统可以对全省天气进行预报预警,比以前的预报预警系统更加精细化,增加了很多有针对性的产品,对各个比赛项目进行了功能细化,接收场馆场地及周围环境的实时天气要素数据,高影响天气出现时会在地图上出现红色、闪烁的提醒,从而及时准确预报预警。该系统还增加了很多新的单点预报元素,如沙温、湖面风、影响开闭幕式高空表演的高空风等,后期还会增加空气污染等环境要素。”朱庆亮说。

该系统可将西安等重点地区预报空间精度由3×3公里提升到1×1公里,可实现对十四运会高影响天气的有效预报预警,提供基于天气对赛事活动等影响的预报预警产品;延长城市天气预报时效至11-45天,提供主要比赛场馆(地)72小时内逐小时、72-240小时内逐3小时气象要素滚动预报,24小时晴雨预报准确率在90%以上。对短时强降雨、雷雨大风等灾害性天气将实现分场馆(地)预警,预警时效将提前到30分钟以上。

多向发布 让气象服务“能说会道”

1月15日,在省气象局气象服务中心的大厅内,大屏幕上显示着十四运会和残特奥会一体化智慧气象服务系统、MOC(现场指挥控制中心)气象服务可视化系统、智能信息发布手段的更新情况。这些构成了十四运会和残特奥会举办期间的气象服务体系,能够为组委会、现场指挥中心、各市区执委会、全运村、媒体村、竞委会及体育代表团,以及机场车站、各大酒店等提供个性化、针对性气象服务。

“天气预报员根据气象预报预警系统提供的数据做出的天气预报预警产品,我们会根据组织者、运动员等受众的不同需求,通过新研发的十四运会和残特奥会一体化智慧气象服务系统分级发布至现场指挥中心、场馆、公众、媒体等,公众可以通过十四运天气网、“精彩全运”气象APP、“全运追天气”微信小程序等随时查看天气情况。与现有的陕西气象微博、微信、电视、广播、报纸等共同构建了气象信息的矩阵式融媒体发布体系。”省气象服务中心产品研发与制作中心首席气象专家张宏芳介绍说。(据《陕西日报》)

组成攻坚团队 坚决完成任务

我市召开十四运会和残特奥会场馆设施尾留问题整改工作推进会

本报讯 1月26日,宝鸡执委会组织召开十四运会和残特奥会场馆设施尾留问题整改工作推进会,对场馆设施尾留问题整改工作再动员、再部署。会议要求靠深入细致的工作作风,坚决完成尾留清零任务。

会上,相关负责人通报了十四运会和残特奥会场馆设施尾留问题,对参会人员进行了尾留问题整改清零业务培训。会议要求,所有参会人员要认真学习领会省组委会十四运会和残特奥会场馆设施尾留问题整改会议精神,结合实际,做好十四运会和残特

奥会场馆设施尾留问题整改工作。相关部门要深度融合,迅速组建攻坚团队,确保按时完成;要集中全部精力继续在人力、物力、财力上全力予以保障,完不成任务决不收兵;要全力以赴靠上、拼上、豁上,选准目标,突出重点,保证达到全面彻底、一个场馆不剩未完成的任务。参会人员要层层落实责任,梳理清楚问题,靠深入细致的工作作风,坚决完成尾留清零任务。

市体育局、市住建局、市消防救援支队、宝鸡文理学院等单位负责同志参加了会议。(刘为深 崔梦麟)

眉县一彩民: 6元喜中体彩大乐透1800万

1月27日,眉县首善街道安阳街一家中国体育彩票投注站门前热闹不已。原来,1月23日,在体彩大乐透第21010期开奖中,眉县一彩民凭借在该投注站6元钱购买的彩票,喜中1800万元大奖。为了鼓励彩票网点代销者,省、市体彩中心为中奖实体店进行了颁奖授牌仪式(见右图),并给予了5万元奖励金。

据了解,眉县现有体彩投注站22个,此前眉县出过的最大奖是足彩300多万元。此次中奖是今年陕西省首个体彩大乐透千万大奖,也

是本期全国唯一的追加投注大奖,由于该张彩票采用大乐透独有的追加投注,奖金更是高达1800万元。

代销者王女士于2020年7月加入体彩销售行业。开奖当晚,她得知自己的店中出了1800万元大奖时兴奋不已,但更没想到的是,自己还能获得省、市体彩中心颁发的5万元奖励金。她表示,自己一定会坚持做好体育彩票销售工作,为购彩者做好服务,为公益事业贡献自己的绵薄之力,也希望更多人能关注和支持体彩公益事业。(巨侃)



全民科学健身——哑铃锻炼法

(上接1月26日《宝鸡日报》第六版)

94 哑铃坐姿单侧托臂弯举

动作功能: 锻炼上臂肌肉

动作要领: 坐于凳上,右手持哑铃置于两腿之间,前臂向下伸直,上臂位于右大腿内侧;屈肘将前臂抬至最高点;缓慢还原。

动作训练: 每侧8~12次,左右交替为一组,重复2~3组,组间间歇30~90秒。

注意事项: 上臂倚靠大腿内侧保持稳定。



95 哑铃坐姿颈后臂屈伸

动作功能: 锻炼上臂肌肉

动作要领: 坐于凳上,双手同时握住一个哑铃,双臂向上伸直;屈肘,前臂向后自然下垂;两上臂靠近耳侧保持固定不动,上臂发力以肘关节为轴,将哑铃上举至最高处;缓慢还原。

动作训练: 每组8~12次,重复2~3组,组间间歇30~90秒。

注意事项: 选择合适的重量,避免肘关节过分外展。



96 哑铃单臂俯立划船

动作功能: 锻炼背部肌肉

动作要领: 右腿跪于凳上,俯立,右手扶凳,躯干与地面平行;左手持哑铃,手臂垂直于地面,屈肘将哑铃拉至体侧。

动作训练: 每侧8~12次,左右交替为一组,重复2~3组,组间间歇30~90秒。

注意事项: 避免弓背、塌腰。



97 哑铃平板仰卧飞鸟

动作功能: 锻炼胸部肌肉

动作要领: 平躺于凳上,双手持哑铃,掌心向上,双臂自然张开;向内划弧举至胸部正上方;缓慢还原。

动作训练: 每组8~12次,重复2~3组,组间间歇30~90秒。

注意事项: 双臂张开时,上臂和前臂的角度约在100至120度。



98 哑铃平板卧推

动作功能: 锻炼胸部肌肉

动作要领: 平躺于凳上,双手持哑铃屈肘于胸部两侧;向上推起,双臂伸直;缓慢还原。

动作训练: 每组8~12次,重复2~3组,组间间歇30~90秒。

注意事项: 避免动作速度过快。



99 哑铃肩上推举

动作功能: 锻炼肩部肌肉

动作要领: 双手持哑铃,双脚站立,与肩同宽,屈肘置于肩上方,手心向前;两腿划弧向上推举哑铃;缓慢还原。

动作训练: 每组8~12次,重复2~3组,组间间歇30~90秒。

注意事项: 躯干挺直,动作缓慢。



(未完待续) (本报记者巨侃根据《全民科学健身100招(一)》整理)