

抗疫烈士彭银华医生的女儿“六一”出生

新华社 黎昌政 梁建强

湖北抗疫烈士彭银华医生去世百余天后,在“六一”国际儿童节这天,他的女儿在湖北省妇幼保健院出生。

据了解,彭银华去世时,他的妻子钟欣已怀有身孕。钟欣一直在湖北省妇幼保健院进行产检。5月29日,钟欣被安排住院待产。6月1日上午,一直为钟欣做产检的产科主任医师赵云为钟欣实施了剖宫产手术。8点40

分,钟欣的女儿出生,体重3480克,整个手术过程35分钟。钟欣给女儿取名“六一”。

赵云说:“手术很顺利,孩子也很健康,手术过程中钟欣很坚强。”

据湖北省妇幼保健院副院长金志春介绍,为了对抗疫英雄的敬意,医院除了免除钟欣此次住院分娩所有费用外,后期还将继续为母女二人持续提供专业的健康关爱,以告慰英烈。

彭银华生前系武汉市江夏区第一

人民医院呼吸与危重症科医生。新冠肺炎疫情发生以来,他始终坚守抗击疫情一线,全力救治新冠肺炎患者,不幸感染新冠肺炎,于2020年2月20日抢救无效以身殉职。他被国家卫生健康委员会、人力资源和社会保障部、国家中医药管理局追授为“全国卫生健康系统新冠肺炎疫情防控工作先进个人”,被湖北省人民政府评定为新冠肺炎疫情防控牺牲烈士,被共青团中央、全国青联追授第24届“中国青年五四奖章”。



洱海又见海菜花

在云南大理洱海,被视为“水质风向标”的海菜花一度难觅踪迹。2016年底,云南省开启抢救式保护工作,全面打响洱海治理攻坚战。2019年洱海全湖水水质继2018年后再次实现7个月Ⅱ类,主要水质指标变化趋势总体向好。如今海菜花又在清澈的湖水中随波荡漾。

新华社 江文耀 摄

老师见面不相识,惊问小胖你是谁? ——复课后儿童体质健康观察

新华社 赵婉微 王菲菲 骆飞

“一月放假五月回,童音未改人愈肥。老师见面不相识,惊问小胖你是谁?”——近日朋友圈流行的一幅诙谐漫画,道出了不少家长对孩子们在“史上最长假期”体能下降的担心。

当前,多数地区的大中小学已陆续复学复课。受新冠肺炎疫情影响居家学习约4个月的孩子锻炼了么?他们的身体素质该如何顺利恢复?

复课后体质下降 个别孩子现“气球胖”

“有几个孩子胖得我都认不出来了。”山西省晋中市榆次区东长凝小学校长范妹锁说,学生正是长身体的时候,吃得多,在家体育锻炼少,很容易长胖。返校复课后,发现不少同学都长胖了。

正在上体育课的小伟在同学中较为显眼,1.5米的个头,体重却达到160斤。“这还是开学后已经减了5斤。”小伟说,疫情期间在家待了约4个月,胖了20斤。一旁老师问:“不是每天让你们跳绳吗?”小伟憨笑着低头不说话了。

贵州省贵阳市第十六中学七年级班主任王海霞说,放眼望去,不少孩子明显长胖了。学校虽然通过网课指导学生居家锻炼,但由于缺少有效监督,孩子们的居家锻炼“打折扣了”。

北京小学丰台万年花城分校体育老师周会说,我们对学校5年级学生进行了问卷调查,发现居家锻炼主要以羽毛球、骑自行车等休闲体育为主,运动强度和运动量与在校期间差别很大。

山西省太原市通宝育杰学校初中部校长李新告诉记者,尽管上网课期间体育老师坚持带领同学每天进行两次半小时的运动,但不少孩子到校后还是

变胖了,身体素质也明显下降。寒假前,初三年级266人体育均分46分(满分50分),返校一周后采取学生自由组合,个人检测均分只有42分,有的同学甚至从体育满分降到了35分。

体育课上摘口罩 暂不开展对抗运动

在复课初期,有些学生出现体力不支,甚至在太阳下晕倒等情况。各地针对学生体能情况摸底后,纷纷开展循序渐进的恢复训练,并明确低风险地区学生在校参加体育活动时不需戴口罩。

——系统开展恢复性锻炼。“开学

后,我们第一课将进行室内体育卫生课,详细讲解防护、人员距离、运动强度自我控制,口罩的摘放和保存,课后卫生等知识。”周会说,初期以游戏和身体适应性练习为主,跑步距离控制在600米以内,根据学生体能的恢复情况逐渐提高强度。

贵阳市第十六中学体育教研组长涂栋军说,较早开学的初三学生,很多孩子返校后刚开始恢复训练时比较吃力,经过一个月左右系统训练,体能逐渐恢复。目前已经参加中考体育考试,整体成绩还不错。

——暂不开展对抗运动、体育比赛等。“往年的5月底,是应该进行球类运动、开展篮球联赛的时候了,孩子们训练会很多。”山西省太原市第十二中学体育老师王喆说,今年情况特殊,居家学习对孩子的身体素质影响比较明显,因此学校不会安排1000米测试、比赛等项目,以免孩子因为争强好胜而体力透支。

——在安全距离摘口罩,做好监测记录。北京市东城区教委副主任尤娜说:“进行恢复性体能训练时,在保持安全距离的情况下,孩子是可以摘口罩

的。我们也特别嘱咐孩子,要注意运动安全,不要佩戴N95口罩进行体育运动。”

北京光明小学体育教研组长吕棣说,学校通过数据监测引导家庭培养孩子的锻炼意识。“从2014年起,我们倡导学生坚持每日家庭锻炼,每月自主测试、自主上报,并针对数据进行分析。习惯养成后,在疫情期间,1分钟跳绳、坐位体前屈、1分钟仰卧起坐三个项目成绩与往年相比差别不大。”

做好复课后体育衔接 让体育课安全又有趣

教育部近日发布《关于在常态化疫情防控下做好学校体育工作的指导意见》,提出要切实落实每天锻炼一小时要求,在确保师生安全和身体健康前提下,学校要开齐开足体育课。

北京市广渠门中学体育老师马珺建议,在恢复学生体能上要多安排非身体接触性的体能练习和以发展心肺功能为主的单人项目,如跳绳、踢毽、健身操等运动,活动强度适中,危险系数小,可以增加学生运动量。

贵州大学新闻社会学教授翁泽仁说,学生体质提升是一个长期工作,当前针对学生体质健康有很多考核注重训练成绩,针对学生体质训练,还应探索多元的方式,将更多娱乐化、趣味性的活动融入体育锻炼,从而调动学生参与体育运动的积极性。

山西大学体育学院副院长陈安平说,在青少年时期,体育具有很强的教育作用,在磨砺意志、塑造人格等方面起着积极作用。在遵守疫情防控总体要求下,建议学校要开齐开足体育课,丰富锻炼项目,让学生在体育锻炼中享受乐趣、增强体质、健全人格、锤炼意志。

美国40个城市延长宵禁

新华社

美国白人警察执法致死非洲裔男子事件引发的反种族歧视抗议活动5月31日在全美各地持续蔓延,多个城市延长宵禁。

据美国有线电视新闻网最新统计,截至5月31日,美国已有40个城市、亚利桑那州全州及首都华盛顿实施宵禁,以应对暴力抗议活动。

在首都华盛顿,大约1000名示威者占领白宫对面的拉斐特公园部分区域。示威活动连续第二晚发展为暴力和破坏活动,多个地标建筑出现损毁。市长缪里尔·鲍泽宣布宵禁,同时调用国民警卫队协助警方控制局势。宵禁从5月31日晚11时持续至6月1日6时。

得克萨斯州达拉斯市市长埃里克·约翰逊当天通过社交媒体“推特”发文宣布进入灾难状态。警察局长雷尼·霍尔在新闻发布会上说,5月31日晚7时至6月1日早6时,市中心周围实行宵禁,“今后几天”将继续有效。示威活动在29日和30日晚演变为具有破坏性的骚乱,“不能再容忍任何对我们城市的破坏”。

南卡罗来纳州5月31日仍在多个城市实行宵禁。州长亨利·麦克斯特在新闻发布会上说,国民警卫队已进入戒备状态,如有必要将采取行动,“我们欢迎对话,欢迎抗议”,“但我们不能容忍暴力”。该州默特尔比奇市市长当天宣布进入“紧急状态”,以应对可能发生的骚乱。

5月31日,加利福尼亚州国民警卫队已在洛杉矶和加州其他城市巡逻。

加州旧金山市市长伦敦·布里德和警察局长比尔·斯科特5月31日宣布,该市晚8时的宵禁将无限期延长。斯科特说,“作为一个非裔美国人,我想我可能比大多数人更了解这种感觉”,“我们在全国各地都看到暴力”。

在加州海滨城市圣莫尼卡,因有示威者焚烧警车、打砸商店、与警察发生冲突,政府5月31日宣布再次实施宵禁,以防止暴力事件继续发生。当天中午,在圣莫尼卡著名商业区第三步行街,有目击者看到,示威者砸抢一家服装店和一家鞋店,拿走店内商品;一名妇女手持写有“结束所有暴力”的标语,试图阻止一名男子用锤子砸碎商店的玻璃门。

佐治亚州首府亚特兰大也于5月31日晚再次实行宵禁,市长凯莎·兰斯·博图姆在新闻发布会上说,在5月30日晚的抗议活动中,2名警察涉嫌过度使用武力被解雇,另有3名警察遭停职审查。

同一天,数百人在马萨诸塞州波士顿市中心游行,他们举着标语,高喊“没有正义就没有和平”、“黑人的命也是命”、“沉默就是暴力”。15岁的马希拉·路易告诉媒体,她和母亲一起参加了抗议活动,“每当我们说黑人的命也是命时,他们总是让我们保持沉默。”

疫情期间的夏天怎么过? 专家进行了风险评估

新华社

在餐馆的室内就餐属中高风险

据美国全国公共广播电台网站5月23日报道,专家对夏季活动的风险进行了评估,在餐馆的室内就餐属于中高风险。

芝加哥大学医院流行病学专家警告说,室内就餐“仍是你能做的风险较大的事情”。俄亥俄州立大学的流行病学专家说,问题在于人们往往会在餐馆里逗留。因此,即使间距没问题,暴露的时间也比较长。

在热门海滩或泳池度过一天属低风险

专家评估,在热门海滩或泳池度过一天属于低风险。

专家认为,只要你能保持社交距离,这可能是一种相当安全的活动。水本身不构成风险。华盛顿大学(圣路易斯)儿童传染病专家说,大量的水将稀释病毒,使得水不太可能成为传染源。