

线上体育系列之网课

编者按：一场疫情，令不少人的体育健身方式发生了变化，也催生了新的体育产业：体育老师纷纷转型“体育主播”，网课成为大中小学上体育课的主要方式；运动达人、线下健身机构转到线上寻找机会，线上体育快速发展；足不出户让网络体育赛事应运而兴，别有一番红红火火。线上体育成“新宠”，未来又将充当怎样的角色，值得探讨。

# 录制、剪辑、监督、考勤……线上教授体育课难在哪儿？听新晋“主播”们这样说



李宏云在录制网课 图/受访者提供



小学生在上体育课 苏苈摄

羊城晚报记者 苏苈



制图 刘苗

疫情期间“停课不停学”，在这段时间，体育网课已经成为大中小学们锻炼的重要途径。对于体育老师们来说，录网课是全新的体验，也是必须攻克的关键。

## A “做一个演员真的很难”

“做一个演员真的很难”，这是广东实验中学高中部体育科老师李宏云当上“体育主播”后最大的感慨。在接到学校下达的录制体育课的任务后，他任教的二年级的五名体育老师，年龄跨度从70后到90后，每人都必须披挂上阵当“主播”。

其实是上课的仿真度，“尽管面对的只是一个摄像头，但需要仿真的面对一班学生，怎样让动作优美、语言有感染力，是很困难的事。一开始看着自己的动作都觉得好笑、生硬，不是觉得头不应该抬起来，就是腿摆得不对，一个动作重复录了五六遍，现在特别能理解演员NG的感觉。后期剪辑也有难度，比如配乐、要找吻合动作节奏的音乐，还要学生喜闻乐见的。”

20分钟一堂网课，以基础体能训练为主，穿插专项体能训练（如乒乓球、羽毛球等），五名老师分工合作，每人构思、录制一个模块，之后编排、剪辑、合成、配乐、解说……最初一堂课需要耗费两三天的时间。

有趣的是，当李宏云在客厅录制网课的时候，他高三毕业班的儿子在学习之余，也会在自己的房间打开电脑上自己的线上体育课，两人各居一隅、互不干扰。

## B 从小窗口监督60名学生“打卡”

“我们线上体育课的时候，学生收到上下楼邻居的投诉，是很常见的事情。”广州某中学初三年级体育老师周老师笑着告诉羊城晚报记者。虽然线上体育课已经成为大中小学的常态，但对于即将面临中考第一枪——体育考试的初三学生来说，线上体育课显得尤为重要（原本广州中考开考时间为4月15日，现由于疫情原因延期）。

接到录制网课任务，周老师主要从课堂（省教育厅统一录制的体育锻炼课程）、体育公众号上取经，再结合体育中考科目、自身执教经验编排内容。一个多月的网课经历，让周老师打开了一道线上授课的新大门，作为较能接受新生事物的年轻老师，他充分体会到了相关网课软件平台在使用上的便利性。

为了确保学生在线下扎实完成体育锻炼任务，周老师在网课前20分钟播放录制好的自身示范视频，后20分钟透过直播平

台小窗口监督60名学生打卡练习。“现在平台的操作性很强，不光能上传视频，还能加载ppt和音频，有直播回放的功能，后台还能统计学生的考勤，几点几分进入直播间，一共看了多少分钟的视频，比较科学”。

周老师的“主播”生涯从一开始的别扭，到现在和学生一起慢慢融入，过程中也有不少趣事，比如一开始上课时，学生猛给老师刷“小红花”，老师在力量练习示范的时候要求学生提前做好热身动作或者550毫升的矿泉水瓶，但最终从视频小窗口看到的道具却是五花八门，“有的孩子抱着五公斤的大米就出来了，有的举着家庭装的沐浴露，非常可爱”。

线上上课需要录制视频、线上监督学生练习、课后还要观看60名学生每人几十秒的视频作业，周老师表示，自己的工作量比过去大了好几倍，这让他很期待真正开学的那一天。

## C 线上体育课可作线下的有益补充

如今体育课已经进行了一个多月的时间，效果究竟如何？无论是李宏云还是周老师，都认为网课的效果与线上课肯定有差距，关键是学生要养成锻炼的自觉性。周老师认为，体育课能否达到效果，老师授课、学生自觉和家长监督都很重要，任何一方有一点疏漏，效果都不怎么好。

羊城晚报记者也采访了一些上体育课的家长，一些家长反映，学生的自觉性有待提高，家有初一学生的杜女士表示，为了让孩子能够认真上网课，自己不得不陪孩子一起上，“一堂课下来感觉老师编排的内容挺科学的，和孩子一起出一身汗，生锈的身体都打开了，也算是意外收获”。

虽然线上体育课有缺陷，但两位体育老师也认为还是有不少优点，比如一堂课可以同时面对几个班的学生，过去一个上午才能上完的课，现在一个小时就能完成，效率大大提高。他们都表示，疫情过后，线上体育课的形式也不应该完全丢弃，可以作为线下体育课的有益补充，尤其在寒暑假时帮助学生进行居家锻炼。将来能否创造更多的线上居家锻炼模式，也是值得学校继续探讨的问题。

中国足球俱乐部代表达成减薪共识，但一些俱乐部高层接受采访时表示——

## 达成减薪共识容易 执行起来困难不小

昨天下午中国足球协会召开职业足球俱乐部研讨会，会上，中超中甲中乙三级职业足球俱乐部代表达成共识，一致同意俱乐部和球员在充分协商的情况下实现全队统一标准的合理减薪。但羊城晚报记者通过采访得知，一些俱乐部高层认为，减薪共识达成容易，真正执行起来很难。

受疫情影响，很多俱乐部的投资主体遭遇经营困难，对球队进行适当减薪，是很多俱乐部的心声。昨天的会议，与会俱乐部经过讨论达成一致意见，表示要在尊重国际足联关于疫情影响下处理球员合同及转会的相关指导意见的基础上，与球员充分协商，进行全队统一标准的减薪。减薪周期将从2020年3月1日开始，直至新赛季联赛开赛日。但会议并没有给出具体的减薪方案。中国足协表示，将由足协组织包括职业俱乐部、球员、教练员代表和法律专业人士在内的工作组，一起商议制定减薪方案，并对外公布。

足协透露，关于此次减薪，足协与国际足联进行了多次沟通，并获得了国际足联的支持。日前国际足联曾就疫情影响下的减薪，给俱乐部提供两个指导意见：一是俱乐部、球员、教练等被鼓励一起展开协商，各方达成“可接受的集体协议”；二是在第一个意见不能适用的情况下，可以直接实施这样的单方面规定：所有双方的协议包括俱乐部、球

员、教练等各方全部都暂停执行，只是提供给球员、教练以合适的替代收入，直至联赛重新恢复。不过这两点也只是指导性意见，并非强制执行。

据悉，昨天的会议并非所有中超中甲中乙的俱乐部都参加了，只是部分俱乐部作为代表与会。在得知足协发布的公告后，一些俱乐部认为，回到实际层面的减薪操作，难度很大。一家中超俱乐部老总对羊城晚报记者表示，疫情期间球队减薪是对的，俱乐部也支持，但必须要强制执行才能操作。如果只是倡议、呼吁，可能最终很难能成减薪。也有中超俱乐部担心，球员会反对减薪，如果减薪，难保球队的主力球员不被对手挖走，球队在新赛季的成绩会受到影响。

还有俱乐部老总对羊城晚报记者表示，足协考虑到俱乐部的生存压力给予政策指引，这是好事，“疫情之下，很多企业都受影响，减薪一方面有助于缓解俱乐部的经济压力，也是在给职业球员上一堂关于社会责任的课。”但他同时也表示，全队统一减薪标准或许并不科学，因为每个球员的收入不一样，家庭情况也不一样，“比如有些球员家里面面临的困难，俱乐部也不会一刀切，可能按年薪比例来减薪会比较操作一些”。

羊城晚报记者 林本剑

## LG杯中国预选赛首次进行网络对弈

羊城晚报讯 记者葛万里报道：受新冠肺炎疫情疫情影响，第25届LG杯世界围棋棋王战今年不再举办线下的综合预选赛，组委会已将本赛季的参赛名额以配额方式分给中国、日本等各主要参赛队，由各队分别进行选拔。

LG杯本赛季共有32个席位，除获得上届冠军的韩国棋手申真谞和朴廷桓直接进入本赛外，另有13个种子席位和1张主办方外卡，因而通过预选赛共可以产生16个参赛席位。在13个种子席位中，韩国队

分得6个，中国队分得3个。在2019年获得过世界冠军头衔的柯洁、杨鼎新和唐韦星将以种子身份直接获得本届LG杯的参赛资格。

中国队的线上网络选拔赛今天打响，中国棋院将每天安排两盘对局，参赛的4位棋手分布在4个房间，彼此互不接触，通过电脑在线对弈。同时每个房间也有工作人员进行监督。国家队等级靠前的24名棋手分成6个小组，通过单败淘汰赛最后选出6人，获得本届LG杯本赛季的参赛资格。

### 益起来 给精彩

# 体彩吉祥物征集

4月8日下午，体彩吉祥物征集线上启动会隆重举行，国家体彩中心也正式发布《中国体育彩票吉祥物设计征集公告》。

供图：国家体彩中心

# “益起来绘精彩”

## 中国体彩8万元奖金征集吉祥物

羊城晚报记者 安颖 通讯员 李琪

自1994年全国统一发行以来，在广大体育彩票参与者的支持下，中国体育彩票已累计筹集公益金超过5200亿元，公益金广泛用于补充社会保障基金、支持扶贫事业、支持城市和农村医疗救助、抗震救灾、教育助学、全民健身等多项社会公益事业。

在全国上下统筹推进疫情防控和经济社会发展工作的重要时刻，在全国体彩从业者克服困难，齐心协力有序恢

复体育彩票发行销售工作之际，为了更加生动直观地展现体育彩票“公益、健康、乐观、进取”的核心价值观，更好地传递体育彩票的公益理念，为中国加油，为生活焕新，国家体育总局体育彩票管理中心于2020年4月8日开始面向社会征集体彩吉祥物设计方案，衷心欢迎有志于参与体育彩票吉祥物设计的自然人法人和其他组织（以下简称“应征人”）积极参与本次设计征集活动，为传递公益正能量贡献智慧和力量。

站——中国体彩网 www.lottery.gov.cn 及时公布，请应征人实时注意相关信息。

2. 在应征方案截止时间后收到的应征方案将不被接受。国家体育总局体育彩票管理中心将从北京时间2020年5月29日开始对所有的应征方案进行形式审查。

### 征集活动的程序安排和奖金

1. 自本公告发出之日起，任何应征人均可从中国体彩网 www.lottery.gov.cn 下载征集文件。
2. 应征人应当根据征集文件的要求制作应征方案，并确保在本公告公布的接收应征方案起始时间后、截止时间前收到应征方案。所有应征方案不予退还。
3. 本次征集活动评审委员会对所有通过形式审查的应征方案进行评审。评审委员会将进行以下审查、评定：
  - (1) 审定不超过30件(套)可以进入复评的应征方案获得“甄选奖”，每件(套)方案的应征人总计可获得的奖金为税前人民币3000元。
  - (2) 从进入复评的应征方案中评审选定最多10件(套)应征方案获得“优秀奖奖”，每件(套)方案的应征人总计可获得的奖金为税前人民币10000元。
  - (3) 从评选为“优秀奖奖”的10件(套)应征方案中，最终评选出1件(套)体育彩票吉祥物设计方案获得“冠军奖”，并将作为中国体育彩票吉祥物设计方案。该方案的应征人总计可获得的奖金为税前人民币80000元。
4. 前述三个级别的奖金不累积计算。

### 应征人资格、方案接收时间和方式

所有对中国体育彩票吉祥物设计感兴趣并自愿遵守本次征集活动全部要求的自然人、法人和其他组织，均可单独或联合参加本次征集活动。应征方案的接收时间和方式为：

1. 应征人须在接收应征方案截止时间前，将符合全部要求的应征方案通过指定平台上传提交。考虑到疫情防控要求及及时性因素，暂不接受当面提交或邮寄方式提交应征方案。

国家体育总局体育彩票管理中心接收应征方案的起始时间、截止时间为：

起始时间：北京时间2020年4月8日下午17:00

截止时间：北京时间2020年5月28日下午17:00

应征方案提交平台：https://www.zcool.com.cn/event/lottery/

接收应征方案的时间以国家体育总局体育彩票管理中心在指定平台收到的时间为准。国家体育总局体育彩票管理中心对应征方案是否准时提交不承担责任。

上述信息如有变更，国家体育总局体育彩票管理中心将在官方网

### 清明雨

插图：采采

晚上林蕊早早躺下迷迷糊糊睡着了。不知什么时候，林蕊被摇醒了，原来是张强莫名其妙地问：“要是返乡创业，你说做啥好呢？”

林蕊打着呵欠说：“困啊。”“我可没开玩笑，是到了认真思考的时候啦！”林蕊的目光投向张强张强晃晃的彩票上，恍然大悟地说：“中啦！”张强点点头，接着往下说：“你呀是个旺夫命，运气来了门板都挡不住。”张强告诉林蕊，下午她买的彩票中了二等奖，每注有二十多万元奖金，由于临时倍投了两倍，加起来有五十多万，在老家做小本生意应该够了。

仿佛惊喜从天降砸昏了，林蕊仍然不敢相信自己的耳朵，立即翻身起床打开电脑，进入彩票网站，仔细对了不下十遍，这才兴奋地跳起来：“没错，梦想成真了。”

那一晚，两夫妻睡意全无，一直商量着回乡开家农家乐，这样就能陪在老人身边，不再重复“子欲养而亲不待”的遗憾了。

(袁斗成)

### 彩票开奖公告栏

开奖时间：2020年4月9日

#### “南粤风采”36选7 第2020046期

36选7投注总金额：371592元  
中奖基本号码：34 30 25 29 09 08 特别号码：06

中奖等级	中奖注数	总中奖金额(元)	单注奖金(元)
一等奖	0	0	0
二等奖	0	0	0
三等奖	2	11296	5648
四等奖	55	27500	500
五等奖	133	13300	100
六等奖	2832	28320	10

累计奖金 2567243元滚入下一期一等奖。

#### 好彩1 第2020046期

类别	投注额(元)	中奖注数	单注奖金(元)
好彩2	32368	356	45
好彩3	465676	582	400

本期兑奖期限：自开奖之日起60个自然日内。

#### 双色球 第2020022期

奖项	全国中奖注数	每注奖金(元)	本省中奖注数
一等奖	8	6761570	0
二等奖	97	181605	9
三等奖	2094	3000	117
四等奖	72617	200	8563
五等奖	1273655	10	145044
六等奖	9717835	5	1072827

本期投注总额：311416184元；广东省投注额：36439054元  
奖池资金累计金额 695229480元滚入下一期一等奖；  
兑奖时间：自开奖之日起60个自然日内

#### 排列3 排列5 第20050期

排列	全国销量(元)	本省销量(元)	全国中奖注数	本省中奖注数	单注奖金(元)
直选	44579772	1434428	21908	412	1040
组选3			0	0	346
组选6			88039	1883	173
排列5	11127056		80		100000

本期兑奖截止日期将另行公告。  
9989516.76元奖金滚入下期排列3奖池。  
369302808.98元奖金滚入下期排列5奖池。

广东省体彩中心 广东省福利彩票发行中心授权发布

### 大小均衡 和值平稳

——析体彩玩法走势

大乐透：前区：大小号均衡，大小比关注3:2或2:3。和值平稳，关注88—118之间。奇数强势，关注奇偶比3:2防4:1。012路关注:2:1:2。连号淡出，关注散号。后区首防双小、双奇组合，次防大、双奇组合。

七星彩：724—035—169—907—245—781—490。

排列3：精选号码三注：597、342、614。

排列5：精选号码三注：59206、10491、72839。（安颖）