



仿佛少年

纳达尔法网传奇继续

新华社记者许仕豪、李博闻、肖亚卓

一个漂亮的回球拿下“抢七”，纳达尔将网球奋力打向观众席，振臂庆祝胜利。

四个多小时鏖战击败焦科维奇。纳达尔没有流泪，没有高呼，只有一副难捱的表情流露出一丝“不容易”。

法网四分之一决赛，两位巨头的第59次对决。此前58场比赛焦科维奇30胜28负稍占上风，但在罗兰·加洛斯，纳达尔9次交手赢下7场。

前三盘，纳达尔6:2、4:6、6:2领先。第四盘，焦科维奇一度以5:2领先，还在第九局取得盘点。一切迹象都表明，两位巨星即将打满五盘，但纳达尔在完成关键破发后变得不可阻挡，将第四盘比赛拖入“抢七”。

“抢七”局，纳达尔愈战愈勇，焦科维奇则出现多次非受迫性失误，最终，纳达尔赢下自己在法网的第110场胜利。

拿下本场比赛，球迷看到的是纳达尔冲击大满贯单打第22冠，继续领先费德勒和焦科维奇的可能。纳达尔却说：“诺瓦克（焦科维奇）、罗杰（费德勒）和我，很长一段时间，我们之间的对决有很多的故事，也总有关于我们谁赢得更多大满贯、谁是历史最佳的话题。”

“但对我来讲，这些真的不那么重要。（重要的是）我们实现自己的梦想，我们在这项运动中创造历史，

成就自己所能做到的最好。”

对于纳达尔来说，这是一届不同寻常的法网。手握13座法网奖杯的“红土之王”，本次仅以五号种子身份出战。除此之外，他还持续受到脚伤困扰。人们谈起夺冠热门时，更多聊起的是焦科维奇，是齐齐帕斯，甚至是新人阿尔卡拉斯——而现在，这三人都已经被淘汰。

不同寻常之外，又有一些“一如往常”。他仍然像过去一样谦虚、实在：“我的状态其实让我自己都有点意外。但在这片场地对我来说真的很特别。其实在这里没什么后备计划，你要不就拿出自己最好的水平，要不就收拾东西准备回家。一旦清楚这点，你就得全力以赴，这也能帮助你实现目标。”

他在场上的表现也依旧惊艳。年龄增长自然会带来跑动能力的下滑，但纳达尔倔强地维持了年轻时的一贯打法。忽略脸上的皱纹，这场比赛中，他仿佛还是那个出道没几年就拿下法网冠军的19岁小将。不像焦科维奇那般“举重若轻”，西班牙人的网球哲学从未改变，那就是不停奔跑、奋力挥拍、每球必争。

场下低调谦虚，场上竭尽全力——即将迎来36岁生日的巨星，依然是那个对网球一片赤诚的“纳豆”。他已经成为传奇，他还在续写传奇。

新华社北京6月1日电

少儿患上“老年病”，当代少年如何强？

新华社记者王井怀、白佳丽、郭方达

近年来，高血压、高血糖、高血脂这些中老年群体中的常见病悄悄潜入校园，盯上了少年儿童。如何让孩子们健康成长？“六一”国际儿童节到来之际，记者进行了调研。

“老年病”盯上少年儿童

记者不久前在一家学校走访发现，操场上有不少“小胖墩”。该校校长对记者说，去年的一次全校体检，筛查出17名高血压学生，主要集中在七年级、八年级。

“有的孩子血压高压达到160毫米汞柱以上，普遍都有肥胖。”这位不愿具名的校长说，这些孩子不适宜长跑，往往只能在操场边的阴凉处休息。

这种情况并非个例。天津市2021年对7.2万名幼儿园大班儿童和9.1万名小学二年级学生进行慢性病危险因素筛查，结果显示，幼儿园大班儿童血压异常检出率14.4%，血脂异常检出率7.4%；小学二年级学生血压异常检出率15.3%，血脂异常检出率13.5%。

“这一比例并不低。而且二年级学生的肥胖、血脂异常、空腹血糖受损检出率约为幼儿园大班儿童的两倍。”天津市妇女儿童保健中心儿保指导科主任冷俊宏说，近年来，儿童高血压、2型糖尿病、血脂异常等发病率不断攀升，这些慢性疾病已不是中老年人的“专利”。

脊柱疾病在校内也比较普遍。北京大学儿童青少年卫生研究所所长马军介绍说，近年来，我国儿童青少年脊柱弯曲异常检出率有所上升。2019年全国学生常见病和健康影响因素监测结果显示，中小学生对脊柱弯曲异常检出率为2.8%。

儿童期各种慢性病不仅影响发育，还将增加成年后相关疾病的发病风险。“如果儿童期血脂偏高，成年后高血压、冠心病、心脑血管功能遭到损坏概率也极大增加，危害不容忽视。”冷俊宏说。

炸鸡“热销”背后的隐忧

天津市的一家学校食堂里，复课期间最受欢迎的是炸鸡块。

午餐开始一小会儿，三食盆的炸鸡就被扫荡一空，还有孩子吃完跑回来再添一些。这所学校的一次餐

条、炸鸡柳位列前三。

“不良饮食习惯是青少年患‘老年病’的重要原因。”马军说。2019年全国学生体质与健康调研结果显示，在此前一周中，近90%的样本吃过甜食，近85%的样本吃过油炸食物；同时，近40%没有每天食用新鲜水果，近20%没有每天食用新鲜蔬菜。

另一方面，孩子们的运动量并未增加。天津市北辰区普育学校教学主任罗辉认为，目前中小学体育教育主要以跳绳等技巧性运动为主，缺乏力量训练，一些体育活动的安排本身也相对枯燥，孩子自我坚持的意愿不强。

同时，很多家长是双职工，劳累一天后很难再陪孩子进行体育活动。天津一所小学不愿具名的体育教师王老师说，“双减”后孩子课余时间多了，家长倾向于给孩子安排阅读、音乐等素质拓展活动，对于体育锻炼的重视程度仍然不足。“家校沟通群内，孩子读什么书、弹什么曲一个个打卡，但分享体育活动的寥寥无几。”

记者去年在津晋等7省市进行的一次调查问卷显示，尽管多地中小学通过体育暑假作业的方式督促学生增加锻炼时长，但仍有将近一半的小学生每天运动时长在30分钟以内，达不到相关要求。

健康生活方式是良方

“在儿童早期进行干预，可以最大程度上降低未来慢性病的发病风险。”冷俊宏说，成年后的慢性病干预往往效果甚微，即便控制了危险因素也难以回到疾病低风险的状态。

罗辉发现了体育课与学生健康间的密切关系：初三学生（九年级）相关疾病患病率较低。“面临中考体育测试的压力，不少学生运动量加大，身体素质普遍提高。”

今年秋季学期开始施行的《义务教育体育与健康课程标准（2022年版）》要求，全国九年义务教育学校各年级均要开设“体育与健康”课，其占总课时比例10%—11%，仅次于语文、数学。

罗辉呼吁，学校应增加竞技性体育比赛，激发孩子运动兴趣。如篮球、足球等竞技性体育活动，适宜作为一项终身运动来培养；跳绳、踢毽子等则有更广泛的参



5月28日，在江苏省南京市，一名小朋友体验“陆地冰壶”项目。新华社记者 李博 摄

与度，适合不同体质的孩子。

一些慢性病与超重肥胖关系密切。为了遏制儿童青少年超重肥胖的增长趋势，天津市卫生健康委员会等六部门联合开展防控，以2002年至2017年超重率和肥胖率年均增幅为基线，力争到2030年将全市18岁以下儿童青少年超重率和肥胖率年均增幅在基线基础上下降80%。

家长是儿童青少年健康第一责任人。天津市疾病预防控制中心非传染病预防控制所注册营养师潘怡呼吁，家长要合理搭配孩子日常饮食，减少油炸、烧烤等烹调方式，控制油、盐、糖使用量，引导儿童不挑食、不偏食，少吃各种加工零食，少喝或不喝含糖饮料。

马军还提醒，家长要做好儿童青少年体重及生长发育监测，定期为孩子测量身高和体重，做好记录，必要时及时咨询专业机构，并在专业人员指导下采取干预措施。

新华社天津6月1日电