



重庆残疾人跳绳队在全国残特奥会 以7金4银1铜创下历史最佳战绩

黑暗中的“绳”光 跳出精彩人生

凡人微光
温暖山城

■新重庆-重庆日报记者 杨妮紫

“218个！周裕红，金牌！”

12月9日，在广东惠州举办的全国第十二届残运会暨第九届特奥会(以下简称全国残特奥会)女子全盲竞速跳绳比赛中，现场裁判高声报数。

听到成绩的那一刻，重庆姑娘周裕红笑了，转身一把挽住教练周威林的手臂，在赛场上蹦跳起来。

听闻队友周裕红率先夺金，杨辉仿佛被点燃，在紧接着的男子全盲竞速跳绳比赛中，30秒跳212个，跳出了个人最好成绩。

本届全国残特奥会跳绳项目，20个省区市的21支队伍共计193名运动员同台较量，12月12日所有比赛收官，重庆残疾人跳绳队12名运动员以7金4银1铜创下历史最佳战绩。

他们虽然看不见，但当他们摇起手中的跳绳，却像精灵一样活力无限，光彩照人。

反复练习身上留下红印子

赛场上的周裕红笑容灿烂，可她视力一级残疾，左眼仅存微弱光感，右眼完全失明。

跳绳，成了她黑暗世界里的一束光。

周裕红的跳绳生涯始于11岁那年，当时她在重庆市特殊教育中心读五年级，周威林在操场喊“会跳的来试试”，周裕红攥着塑料绳挤在最前面。

“原以为就是蹦蹦跳跳，没想到还有那么多花样。”周裕红开始跟着老师学花式跳绳，第一个动作“双手甩空绳”就给了她“下马威”：看似简单，绳子却总缠在一起。那个下午，大部分队友都学会了，周裕红急得蹲在地上掉眼泪。

“后来才知道，要把一只手交叉放在另一只手上，上面这只手往下面划一个‘c’字形，然后左右两只手重复交换。”掌握窍门后，她咬牙练了两个小时，终于成功，

“感觉自己可以跟大家一样厉害了。”

真正的考验还在后面。在学习高难度动作“sc1o”(侧打胯下交叉加直摇)时，要求跳跃的同时完成3个动作，周裕红因为手速不够快、弹跳高度不足，绳子一次次抽在身上，留下密密麻麻的红印子。为了增强弹跳能力，她还要加练100米、200米蛙跳。每次练习，周裕红脚后跟痛到缠绷带，大拇指肿起来就喷药冰敷。前后练习一年，她才完全掌握这个动作。

2019年，周裕红第一次站上全国残运会领奖台，夺得女子全盲竞速跳绳单人 and 团体两枚金牌。她打电话给妈妈报喜，奖励自己一部新手机，周威林兑现承诺给她买了好几袋薯片。

“当时觉得自己像个英雄。”她笑言，露出两颗小虎牙。

从泪洒奖台到金牌归来

然而，2021年全国残运会，周裕红却痛失金牌。

作为主项的女子全盲竞速跳绳，她因热身过度导致比赛中失误6次，绳掉在地上的声响击碎了夺金梦，最终仅获第六名。

“领其他项目的奖牌时，眼泪止不住地流。”队友说她那天全程没笑，回到酒店就把自己蒙在被子里。

“心态崩了，哭得特别厉害，甚至想过放弃。”周裕红说，回到重庆后连续几个月，自己情绪低落，总不在状态。

是周威林的一句话把她拉回来：“记得2021年的事，2025年我们继续站起来。”

今年备战全国残特奥会的集训，周裕红带着旧伤重回队伍。跟腱炎发作，站着都痛，缠绷带、擦药、做治疗，她坚持每天加练1小时。

直到12月9日站上惠州赛场，周裕红刻意不想去4年前的经历，热身时心里嘀咕：“比完赛喝奶茶。”

当裁判喊出“预备”，她把注意力集中在绳子的重量上。30秒内，

她的双脚仿佛安装了弹簧，钢丝绳划出的圆弧在灯光下连成金色光晕。

218个，金牌归来。

“跳绳让我自信。”周裕红说，未来要继续做职业运动员。

看不见的默契与千万次磨合

盲人跳绳，尤其是双人、团体项目，更需要极致的信任与默契。

此次全国残特奥会，周裕红与搭档谭应于在双人速度项目上，30秒跳出178个，拿下金牌。两人从2021年开始搭档，经历了成千上万次的练习磨合。

训练时，一人双手扶住对方的髋关节，感受绳幅，另一人甩绳。起跳的同步是关键，开始时不拿绳，只听脚步声，调整距离，避免踢到对方膝盖。“总容易踢到，一次次的撞击和受伤。”周裕红说，从最慢的“一二一二”开始，逐渐加速。

赛场上，听见指令“3、2、1，跳！”手上摇绳，脚同步起落。看不见，但心跳与节奏早已融为一体。

团体花样项目更是如此。比如8人需要跳足6分钟，编排动作、卡节奏、站位调整等，全凭绳子打地的声音和队友的呼喊定位。

“经常跳着跳着身体歪了，跑远了，全靠听队友喊。”周裕红说，跳绳没有诀窍，只有练。夏季训练，衣服每天湿透两套，队员们的衣服可以拧出水来，但他们从不是一个人在战斗。

14年的陪伴是教练更是家人

“这次拿了第一块金牌后，我手



彭水苗寨龙门阵：“摆出来”的理论宣讲 走进苗乡百姓心田

“以前听政策经常理解不了，而现在把‘龙门阵’摆到了院坝里，用家常话讲清大道理，我们越听越明白。”在彭水苗族土家族自治县鞍子镇苗寨，村民王大姐道出了当地群众的心声。

作为全国苗族人口聚居最多的少数民族自治县，彭水以苗族群众喜闻乐见的“摆龙门阵”为载体，创新打造“苗寨龙门阵”理论微宣讲品牌，直击民族地区理论宣讲“听不懂、记不住、用不上”的痛点，让党的创新理论在苗乡落地生根、开花结果。

让党的创新理论在民族地区精准传播

对于苗族群众占比达43%的彭水而言，部分村寨保留传统生产生活方式，语言习惯独特、聚居分散、信息渠道单一，传统“照本宣科”式宣讲难以触及

群众。如何让党的创新理论跨越语言和思维壁垒，成为彭水必须破解的时代课题。

立足这一实际，彭水摒弃单向灌输模式，聚焦“谁来讲、讲什么、如何讲、在哪讲、给谁讲、讲得好”六大核心问题，以“摆龙门阵”“拉家常”为载体，用小切口展现大主题、小故事折射大视野、家常话解读大道理，实现党的创新理论在民族地区的精准传播、有效覆盖。

创新举措解锁传播密码

破解理论宣讲“最后一公里”难题，首先解决“谁来讲”的核心问题。彭水以三级联动为抓手，打造了一支扎根基层、贴近群众的“宣讲军团”。县级宣讲团带头示范，乡镇分队跟进落实，村社小分队扎根基层，形成领导干部、专家

学者、基层党员、乡贤能人齐上阵的宣讲热潮。通过定期培训、集体备课、现场教学等方式，持续提升宣讲队伍的理论素养和宣讲能力，让每一位宣讲员成为“政策翻译官”“理论宣传员”。

彭水聚焦“讲什么”的关键诉求，围绕群众所需所想，梳理30余个宣讲专题，构建“群众点题、部门备课、宣传部审稿、基层宣讲、群众评议”的闭环体系，确保宣讲内容精准对接群众需求。同时打造“领导干部讲政策、先进典型讲故事、致富能人讲技术、基层群众讲体会”的内容矩阵，从乡村振兴、社保养老到卫生医保，用“身边事”解读“大政策”。

关于“如何讲”，彭水推出“理论宣讲+故事”模式，用身边人、身边事阐释深奥理论；打造《带一捧泥土上北京》等文艺节目，以歌舞、快板、小品等形式让理论“活”起来；依托县属媒体开

设专栏，推出融媒体产品，让宣讲走进“指尖”；用好烈士陵园等红色资源，传承红色基因，构建起多元立体的传播矩阵。

在哪讲最合适？彭水用流动课堂打通“最后一公里”，将“固定讲台”变为“流动课堂”，因地制宜在田间地头、街头广场、企业车间开展宣讲，把理论课堂搬到群众生产生活现场。同时打造“移动课堂”，实现线上线下同频共振，让群众随时随地能学、能听、能懂。

彭水把握受众特点解决“给谁讲”问题。针对不同群体，彭水精准优化宣讲内容和方式：干部侧重政策解读，师生侧重价值观培育，居民侧重民生服务，村民侧重产业发展，通过对象化、分众化、互动化宣讲，让理论传播精准滴灌、春风化雨。

怎么才能讲得好？彭水还利用赛马

2025年全国电影票房突破500亿元，贺岁档激战正酣——

从票房重镇到科技影城 重庆影视尽展精彩

重报调查

■新重庆-重庆日报记者 周双双

11月28日，2025贺岁档正式启幕，这场持续至12月31日的光影盛宴包含悬疑、温情、动作、科幻等多个题材。猫眼专业版数据显示，截至12月12日14时，2025贺岁档票房已达33.3亿元。另据国家电影局统计，截至12月13日14时30分，我国电影2025年票房已达500.03亿元，总观影人次为11.94亿。

在这场全国性的观影热潮中，重庆不仅以强劲的票房表现稳居全国城市前列，更凭借本土取景艺术电影《狂野时代》的良好表现和蓬勃发展的科技影视产业，为贺岁档增添了几抹亮色。

头部影片领跑，档期竞争激烈

今年贺岁档的竞争尤为激烈。迪士尼续作《疯狂动物城2》自11月26日在国内公映以来，不仅刷新多项中国影史进口动画片纪录，更以28亿元票房遥遥领跑贺岁档榜单。猫眼、灯塔等专业平台均预测其最终票房有望超过40亿元。这部耗时9年打造的动画续作，凭借67种动物物种、178个独立角色构建的宏大生态，以及蛇鳞光泽、水獭毛发等极致逼真的视觉呈现，成为全年龄段观众的首选。

国产影片中，孔笙、兰晓龙联手打造的战争题材影片《得闲谨制》表现抢眼，上映一周票房超过2.4亿元。肖战、彭昱畅等领衔的主创阵容与紧凑的抗战叙事，让影片成为12月国产片的热门选择。该片摒弃宏大战争场面，聚焦钳工莫得闲用榫卯技艺对抗日军侦察兵的故事，让家国情怀落地为具体的情感重量。

即将于12月19日上映的《阿凡达3》，则以升级的裸眼3D技术和潘多拉星球的全新冒险故事，成为档期后半程颇受期待的重磅之作。但195分钟的超长片长引发排片担忧，在短视频和短剧的冲击下，观众能不能在影院待上3个多小时，十分考验电影的剧情把控。不过，距离影片上映不到1周时间，猫眼平台想看人数已超80万，足见该电影的吸引力。

在头部影片的虹吸效应下，中小成本影片与经典重映片也各寻赛道。彭昱畅、张钧甯、黄晓明主演的悬疑片《匿杀》，张颂文现实主义荒诞喜剧《我最特别的朋友》，以及《狂野时代》等，凭借差异化题材吸引垂直受众；《赛德克·巴莱》《山河故人》等经典修复版的重映，则为档期注入文化深度，满足观众的怀旧需求。多元类型的同台竞技，让不同偏好的观众都能找到心仪之作，也构成了贺岁档票房持续走高的坚实基础。

观影热潮涌动，影院运营焕发新活力

作为西部电影市场的核心城市之一，重庆在本次贺岁档中延续了春节档的强劲势头。

数据显示，2025年春节档重庆以2.13亿元票房位列全国第四，观影人次

达446.8万，这一热度延续至贺岁档，重庆各大影院的上座率持续攀升。截至目前，2025贺岁档重庆区域票房超过7800万元，206.6万人次走进影院观影。

12月12日晚，UME影城(时代天街店)自助取票机前取票的观众排起了队，万象影城(重庆万象城店)同样有不少观影的市民聚集。“《疯狂动物城2》上映后，周末票房一直处于高位，尤其是家庭观众和年轻群体占比比较高。”重庆UME影城宣传负责人王兴表示，《阿凡达3》即将上映，影院已做好准备，优化3D厅的声场与画面效果，同时延长服务时间，应对即将到来的观影高峰。

重庆观众的消费习惯也在发生积极变化。一方面，“口碑驱动观影特征”愈发明显，豆瓣、猫眼等平台的评分成为重要决策依据；另一方面，“观影+”消费场景不断丰富，商圈影院成为年轻人社交首选，看完电影吃美食等联动消费模式，让观影不再是单一行为。“影片是否有好故事，强视听或者深情感，是我选择影片前会做的功课。”观众朱小小表示，是否值回票价，是驱动自己观影的重要依据。

观众的观影需求，最先感知的是业内。重庆籍电影人池清波最近正在多个城市跑路演，其参与制作的《比如父子》《我最特别的朋友》等影片均在贺岁档内上映。在他看来，今年全国票房持续攀升，对电影从业者来说意义重大。

“在内容方面，一是守正创新，创新影片内容的表达方式，与时俱进，拥抱AI等新技术；二是扎根人民，聚焦人民群众真切的生活环境。在市场方面，则是促进有效的营销宣传，高效触达观众，进而使影院排片更加精准。”池清波表示，期待能够与团队创作更多扎根本土的优秀作品。

科技赋能，重庆影视迈向高质量发展新阶段

值得注意的是，观众对本土元素影片的关注度尤为突出。“在大银幕上看到熟悉的城市元素被科技化呈现，既亲切又自豪。”观众陈珂在观看《狂野时代》之后感慨。

《狂野时代》在重庆多地取景，并有大量戏份在永川科技片场进行虚拟拍摄，可以说，该片折射出重庆从天然片场到科技影城的转型跨越之路。影片中舒淇推着易烊千玺穿过虚拟屏实现空间跳转，从平行世界坠入垂直水域等戏份，均由永川科技片场的虚拟拍摄技术提供创意支撑。该片场不仅配备了国内领先的虚拟拍摄棚、动作捕捉系统等硬件设施，还与高校、科技企业达成战略合作，定向培养虚拟制片、后期特效等专业人才。

当独特的城市风貌与前沿的科技制片相遇时，这不仅能孕育出优质影片，更能让本土元素成为电影市场的重要增长点。截至目前，永川科技片场的拍摄订单已经排到了明年下半年，重庆正以永川科技片场为核心载体，加速构建“科技+影视”的产业生态。未来，重庆将持续完善科技影视产业链，推动虚拟拍摄技术与文旅等产业融合，让本土影视产业实现高质量发展，为中国电影市场注入更多“重庆力量”。

彭光瑞 刘茂娟

重庆建筑工程职业学院 启动产教虚拟教研室建设项目 “双高”建设再添新引擎

近日，重庆建筑工程职业学院高水平专业群产教虚拟教研室、课程中心与教材中心成立仪式暨课程教材创新发展研讨活动在该校建业楼报告厅举行。全国职业教育课程与教材领域知名专家、行业企业代表、学校相关负责人、各二级学院负责人、教研室主任、专业负责人及骨干教师等110余人参会。

仪式上，学校相关负责人为首批立项建设的城市轨道交通工程技术专业群产教虚拟教研室、产教融合课程开发中心、教材开发中心授牌，并向各平台负责人及专家顾问颁发聘书。

交通运输学院城市轨道交通工程技术专业群产教虚拟教研室负责人介绍，该教研室将围绕“产教融合、数智赋能”理念，依托校企共建机制，打造

跨地域、多主体、全流程、数字化的专业群虚拟教研室，在课程改革和教材建设领域做深做实，有力支撑高水平专业群高质量发展与标志性成果培育。

当前，国家正大力推动职业教育高质量发展。本次活动的成功举办，正是学校深入贯彻国家职业教育改革精神，深化产教融合，主动应对新

形势、新任务，凝聚智慧、共谋发展的一项重要举措，也是学校积极响应第二期国家级“双高建设计划”战略部署的关键举措。

产教虚拟教研室建设项目坚持“双高引领、产教融合、资源整合、问题导向”原则，聚焦专业(群)建设、课程教学改革、教学资源开发与教育研究等领域稳步推进。学校构建起经费、

政策、平台与服务全方位保障体系，保证建设质量持续提升。

未来两年，项目团队将按照建设方案开展工作，以专业建设、课程教学、教学资源、教学研究改革等为主题进行多元探索，深化校企合作、校企合作，积极组织相关线上、线下活动，促进经验交流互鉴和资源共建共享，确保高标准、高质量完成建设目标。

学校相关负责人表示，将以此次活动为契机，持续深化教育教学改革，加强课程整合与教材体系建设，全力推动高水平专业群发展提质增效，为培养适应地方产业发展需要的高技能人才夯实基础，为重庆乃至全国职业教育高质量发展贡献智慧与力量。

尹宁宜 雷李梅 王紫璇