



大数据解锁“冠军密码”



吉林省冰雪运动重点实验室主任、东北师范大学教授刘俊一(图①),东北师范大学体育学院博士生王润达(图②)介绍“冠军模型”。受访者供图

在东北师范大学体育学院的教室内，经常能看到冰雪项目世界冠军。位于这座教学楼里的吉林省冰雪运动重点实验室(以下简称“实验室”)，是他们的目的地。

“把实验室搬到运动场，请运动员走进实验室。”这句醒目的标语贴在实验室入口。这个实验室借助东北冰雪特色优势，专注于解决冰雪运动的科学化训练、冰雪人才培养、冰雪装备研发等领域的国家需求和科学问题。

“冠军模型”是在这个实验室里孕育的重要成果。何为“冠军模型”？“它是优秀运动员专项能力结构模型，是一种运动训练思路和科研思路。”实验室主任、东北师范大学教授刘俊一解释说。

实验室里不仅有“冠军模型”，还推出了自主研发和生产的系列滑雪装备。高校科研成果的快速落地和市场化，在这个实验室里成为现实。

发掘大数据中的“冠军密码”

实验室有一支“超强”研发团队。团队成员由东北师范大学冰雪运动教研室的15名教师，60多名博士生、硕士生和本科生组成。他们当中有教授、博士生导师，还有不少世界冠军。

经过多年积累，实验室搭建了全国首个冰雪运动大数据中心(以下简称“大数据中心”)。大数据中心覆盖冬季运动的8个大项、16个分项内容，以及2000多名运动员的体能数据、3000多场比赛视频等10亿多条数据。

在研究和教学中，刘俊一发现，冰雪运动数据亟待体系化整合。与运动员相关的生物力学、技术、战术、生理负荷等多维数据，分散于训练视频、穿戴设备、历史赛事视频中。此外，运动员的动作捕捉数据还缺乏结构化标注，大部分高价值信息没有进行数字化。

以往运动员和教练员在分析比赛视频时，更多依赖人工标注和经验判断。顶尖运动员动作优化也主要依赖

教练员的主观经验判断。不足在于缺乏运动员实时训练数据，影响科学训练的效率和。

在实验室的一个房间里，有8台超高清相机与图像采集设备同时工作，可以实时拍摄和复制运动员的运动轨迹和姿态，上传至大数据中心。教练可以根据运动员的实时体能情况制订训练计划。

在参与搭建大数据中心的过程中，东北师范大学体育学院博士生王润达找到了挖掘数据的乐趣。例如，为什么在美国盐湖城比赛，速度滑冰运动员可以滑出更快速度？为什么运动员在比赛时每一圈的弧度都不相同？在智能分析每一帧视频中，都可以找到答案。

中国女子速度滑冰世界冠军李奇时，现在是东北师范大学体育学院的教师，也是实验室研发团队的一员。

在练习速度滑冰的20年里，李奇时接触过来自加拿大、俄罗斯、荷兰、韩国等多个国家的教练，每个教练的训练方法都不同。在她看来，这些训练经历都可以沉淀下来，转化为数据，进入实验室的大数据库，为其他运动员训练提供数据支持。

科技赋能冰雪竞技

最近，冬奥会冠军武大靖每天都要到实验室进行体能训练。在实验室的大数据中心，武大靖可以通过人工智能工具分析自己和其他运动员的运动表现数据。在大屏幕上，配速、滑行路径、运动负荷等数据伴随选手的运动轨迹，不停地变化和闪烁。

“以前比赛，我们拼的是训练时长和经验，现在拼的是科学效率。”武大靖说。“冠军大模型”通过全方位的数据监控，定制个性化训练方案，优化自身技术参数，针对性地提升运动员成绩。武大靖也从中受益。

对此，冬奥会冠军、东北师范大学体育学院副教授周洋颇有感触。周洋说，运动员的培养是一个复杂过程，包括训练、康复、心理、教育、成长等很

多方面，经常一个极其细微的环节就会影响比赛成绩。

加入实验室的研发团队后，周洋逐渐发现，影响比赛成绩的环节和问题都能通过分析数据找到解决方法。

“比赛纪录是用来创造和打破的。”在周洋看来，想创造和打破，无非是在训练器材和训练理念的更新上去突破。以往赛前准备时，对比赛成功率很难估算。而现在通过数据跟踪、对比和针对性训练，只要备赛期间没有伤病、运动员状态正常，比赛结果是可以估算的。

今年1月，在意大利都灵举行的第32届世界大学生冬季运动会上，东北师范大学体育学院学生曹露丹获得了单板滑雪女子平行大回转项目第12名，创造了个人最佳纪录。赛前，她使用“冠军模型”进行训练，赛后又返回实验室进行伤病检测。

进行伤病检测，可以发现身体积累的问题。曹露丹介绍，比如肌肉损伤可能是由于肌肉力量不足。下一阶段训练时，可以进行针对性的肌肉训练。

不仅邀请运动员走进实验室进行训练，实验室研发团队还走进赛场和训练

自主研发数智化滑雪装备

科技赋能不仅限于训练场，更要延伸至冰雪装备的研发与升级。“我们既研究冰雪运动中的人，也研究冰雪运动中的器材。”在刘俊一看来，高校科研尤其是体育类实验室，应当更多面向运动员和大众需求。

以冰雪大数据为依托，实验室研发团队与专业运动员共同参与，打造品质和价格兼具优势的冰雪装备。

目前，研发团队打造了FCPS系列冰雪装备。青少年竞速类滑雪板、大众滑雪鞋垫、专业运动员定制滑雪鞋垫、3D打印防撞头盔、滑雪眼镜、高山滑雪辅助训练系统、功能性大众全能滑雪板等冰雪装备，已经进入了市场化量产。

值得一提的是，这些装备还可以进行定制生产。比如，研发团队通过扫描滑雪者姿态，为其定制雪板参数，提升运动体验。

一直以来，国内滑雪爱好者购买的高品质滑雪板大多是国外进口产品。历时5年研发，一款包含有11种材质、符合100多种技术参数要求，同时经过专业运动员数十次测试的青少年竞速类滑雪板，成为实验室的主打产品。“这款滑雪板的品质可以对标国际领先品牌，但价格只有国外高品质滑雪板的一半。”刘俊一说。

今年，团队正在设计研发智能可穿戴系列冰雪装备、青少年竞速类滑雪鞋、功能性大众滑雪鞋等产品。先做吉林省的自主品牌，再辐射全国市场。刘俊一和团队的目标是：用大数据和科技为国家冰雪运动赋能。

青春小店与环卫工人的“温暖约定”

郭安琪 中青报·中青网记者 王海涵 王磊

近日清晨6点，安徽省滁州市的街道还在沉寂之中，坐落在南谯区永乐社区的有为青年邻里餐厅已灯火通明。老板曹家祥早早起床来到店里，完成他和环卫工人的温暖约定：“我们做好饭，你们来填饱肚子。”

厨房里，油锅中跳跃的米粒裹满金黄蛋液，铁勺与锅壁碰撞发出清脆声响，后厨蒸腾的热气裹着阵阵饭菜飘香散开。一份份香喷喷的炒饭即将出锅。目前，来这家小店吃早餐的环卫工人数量比较稳定，正常情况下每天有30多人，多的时候40多人。曹家祥说，希望通过自己的爱心行动，影响和带动更多人，给予这群“城市美容师”更多温暖和体贴。

一碗炒饭背后，是一份温情传承。80后曹家祥的母亲也曾是滁州街头的一名环卫工人，母亲早起辛苦工作的背影，刻在了曹家祥记忆里。

近几年，曹家祥一直在餐饮行业摸爬滚打，开过烧烤店，经营过饭店。他注意到，无论酷暑寒冬还是刮风下雨，环卫工人总是天未亮就已手持扫帚，穿梭在大街小巷，清扫着城市的每一个角落。曹家祥决心为他们做些什么。

恰好，近年来，南谯区在龙蟠街道永乐社区等地开展“青春行动”，吸纳青年群体成为社区“青春合伙人”，参与基层治理、投身志愿服务。经商议，曹家祥与社区联合发起“爱心餐桌”志愿行动，为环卫工人提供免费早餐。

餐厅有10名年轻员工，厨师们也都是年轻人，早起对他们来说是个不小的挑战。起初，他们对牺牲休息时间做公益早餐的事并不理解，餐厅不收费、无盈利，让他们觉得有些“不划算”。

但渐渐地，这些年轻人收到了大爷大妈们真诚的夸奖、真挚的感谢，看着环卫工人们脸上洋溢的笑容，他们也有了满足感。曹家祥看大家干劲十足，还适当涨了工资。如今，员工们打心底里认可这份工作，为自己能帮助环卫工人而感到骄傲。

“环卫工人们刚来的时候，特别腼腆，还有些不好意思。后来看到我们每天洗碗、洗碗很辛苦，就开始自己带碗筷来吃饭，帮我们减轻负担，这让我们特别感动。”曹家祥感慨，这份温暖，既藏在环卫工人们自带碗筷的细节上，更显于他们对餐厅的默默守护中。只要看到餐厅门口有灰尘垃圾，环卫工人们总会主动拿起扫帚清扫干净。这种相互理解、支持的情谊，让曹家祥觉得所有的付出都值得。

众多环卫工人中，有一位老大爷令曹家祥印象深刻。老大爷总是独自安静地吃饭，吃完后，默默地将桌子擦得一尘不染，再将碗筷送到厨房。虽然曹家祥不知道老大爷的名字，但彼此间的默契，早在一次次递碗、打扫的举动中形成，无需言语，格外温暖。

“爱心餐桌”活动开展后，餐厅的人气越来越旺。许多顾客看到了曹家祥带团队年轻团队为环卫工人的付出，深受感动，都来吃捧捧场。

“有为青年邻里”，餐厅名字背后藏着曹家祥的理想与情怀。他认为青年充满希望、大有可为，“有为青年”既记录着他曾经开烧烤店时的心路历程，也是他对每个年轻创业者的希冀与鼓励。“邻里”二字，则体现着餐厅对街坊邻里的关怀。

每天，都有许多家长因为忙碌没时间做饭而让孩子来餐厅吃早餐。一碗热腾腾的面条，或是一份香喷喷的炒饭，不仅填饱了孩子们的肚子，更让他们充满活力地开启新的一天。曹家祥说，这里就像孩子们的社区食堂，为邻里生活提供了便利。

截至目前，上述社区“爱心餐桌”行动日益扩大，已经为环卫工人、快递员等户外劳动者和社区孤寡老人、留守儿童、残障群众等免费提供2000余份爱心早餐。

“别想好事，不做坏事，干好小事”这句简单朴实的道理，是曹家祥常挂在嘴边的话。在他看来，踏踏实实地把眼前每一件帮助他人的小事做好，就是最大的成就。

谈及未来，曹家祥坚定地说：“只要店面正常租赁，我们就力所能及地把这份温暖一直延续下去。或许，城市灵魂深处的温情，正是由这样一粒粒饱含善意的米、一句句朴实的‘趁热吃’、一双双自带碗筷的手，一点点点热的。”

自主研发数智化滑雪装备

科技赋能不仅限于训练场，更要延伸至冰雪装备的研发与升级。“我们既研究冰雪运动中的人，也研究冰雪运动中的器材。”在刘俊一看来，高校科研尤其是体育类实验室，应当更多面向运动员和大众需求。

以冰雪大数据为依托，实验室研发团队与专业运动员共同参与，打造品质和价格兼具优势的冰雪装备。

目前，研发团队打造了FCPS系列冰雪装备。青少年竞速类滑雪板、大众滑雪鞋垫、专业运动员定制滑雪鞋垫、3D打印防撞头盔、滑雪眼镜、高山滑雪辅助训练系统、功能性大众全能滑雪板等冰雪装备，已经进入了市场化量产。

值得一提的是，这些装备还可以进行定制生产。比如，研发团队通过扫描滑雪者姿态，为其定制雪板参数，提升运动体验。

一直以来，国内滑雪爱好者购买的高品质滑雪板大多是国外进口产品。历时5年研发，一款包含有11种材质、符合100多种技术参数要求，同时经过专业运动员数十次测试的青少年竞速类滑雪板，成为实验室的主打产品。“这款滑雪板的品质可以对标国际领先品牌，但价格只有国外高品质滑雪板的一半。”刘俊一说。

今年，团队正在设计研发智能可穿戴系列冰雪装备、青少年竞速类滑雪鞋、功能性大众滑雪鞋等产品。先做吉林省的自主品牌，再辐射全国市场。刘俊一和团队的目标是：用大数据和科技为国家冰雪运动赋能。

自主研发数智化滑雪装备

科技赋能不仅限于训练场，更要延伸至冰雪装备的研发与升级。“我们既研究冰雪运动中的人，也研究冰雪运动中的器材。”在刘俊一看来，高校科研尤其是体育类实验室，应当更多面向运动员和大众需求。

以冰雪大数据为依托，实验室研发团队与专业运动员共同参与，打造品质和价格兼具优势的冰雪装备。

目前，研发团队打造了FCPS系列冰雪装备。青少年竞速类滑雪板、大众滑雪鞋垫、专业运动员定制滑雪鞋垫、3D打印防撞头盔、滑雪眼镜、高山滑雪辅助训练系统、功能性大众全能滑雪板等冰雪装备，已经进入了市场化量产。

值得一提的是，这些装备还可以进行定制生产。比如，研发团队通过扫描滑雪者姿态，为其定制雪板参数，提升运动体验。

一直以来，国内滑雪爱好者购买的高品质滑雪板大多是国外进口产品。历时5年研发，一款包含有11种材质、符合100多种技术参数要求，同时经过专业运动员数十次测试的青少年竞速类滑雪板，成为实验室的主打产品。“这款滑雪板的品质可以对标国际领先品牌，但价格只有国外高品质滑雪板的一半。”刘俊一说。

今年，团队正在设计研发智能可穿戴系列冰雪装备、青少年竞速类滑雪鞋、功能性大众滑雪鞋等产品。先做吉林省的自主品牌，再辐射全国市场。刘俊一和团队的目标是：用大数据和科技为国家冰雪运动赋能。

自主研发数智化滑雪装备

科技赋能不仅限于训练场，更要延伸至冰雪装备的研发与升级。“我们既研究冰雪运动中的人，也研究冰雪运动中的器材。”在刘俊一看来，高校科研尤其是体育类实验室，应当更多面向运动员和大众需求。

以冰雪大数据为依托，实验室研发团队与专业运动员共同参与，打造品质和价格兼具优势的冰雪装备。

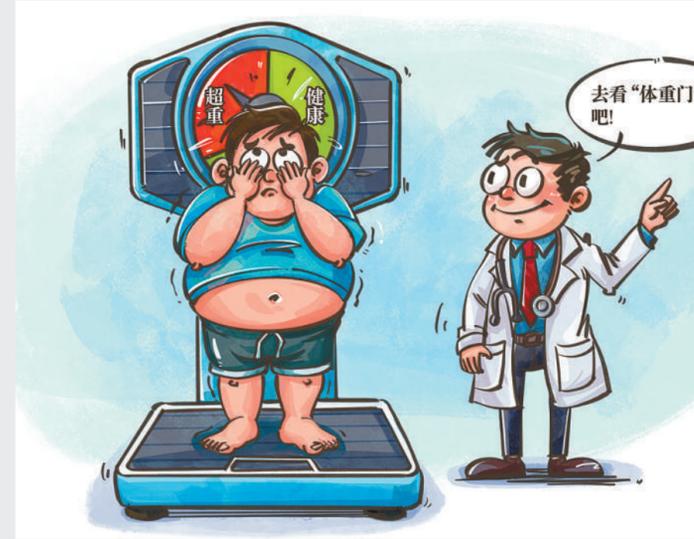
目前，研发团队打造了FCPS系列冰雪装备。青少年竞速类滑雪板、大众滑雪鞋垫、专业运动员定制滑雪鞋垫、3D打印防撞头盔、滑雪眼镜、高山滑雪辅助训练系统、功能性大众全能滑雪板等冰雪装备，已经进入了市场化量产。

值得一提的是，这些装备还可以进行定制生产。比如，研发团队通过扫描滑雪者姿态，为其定制雪板参数，提升运动体验。

一直以来，国内滑雪爱好者购买的高品质滑雪板大多是国外进口产品。历时5年研发，一款包含有11种材质、符合100多种技术参数要求，同时经过专业运动员数十次测试的青少年竞速类滑雪板，成为实验室的主打产品。“这款滑雪板的品质可以对标国际领先品牌，但价格只有国外高品质滑雪板的一半。”刘俊一说。

今年，团队正在设计研发智能可穿戴系列冰雪装备、青少年竞速类滑雪鞋、功能性大众滑雪鞋等产品。先做吉林省的自主品牌，再辐射全国市场。刘俊一和团队的目标是：用大数据和科技为国家冰雪运动赋能。

图知道 体重门诊科



国家卫生健康委表示将引导医疗卫生机构设立体重管理门诊，以专业医疗干预应对肥胖引发的慢性病。政策引导将推动服务下沉，遏制不健康的减肥方法，填补专业指导缺口，帮助群众科学管理体重。 漫画：程 璨

暖心记

团河北省张家口市委积极打造“风归上谷 青春建功”返家乡大学生社会实践品牌。在聚焦“如何来”方面，依托宣化区共青团微信号、视频号、抖音号等新媒体矩阵，扩大宣传覆盖面，目前已有900余名大学生参与到基层志愿服务中。在聚焦“到哪去”方面，用好党政资源和社会资源，在岗位供给上增强多元性，实现大学生实践意愿和实践单位“双向选择”。在聚焦“如何干”方面，结合全区重点工作，设定工作方向、工作内容和关键项目，提升大学生贡献度。在聚焦“干得好”方面，注重表扬激励和延长服务链条，在实践业绩上增强获得感。未来，我们将为大学生就业探索、服务乡村振兴和社会融入等搭建更多的实践平台，并通过建立返家乡大学生人才库，强化常态联系，为青年返家乡、就好业、作贡献创造更优条件，为家乡发展持续赋能。

我们通过积极探索，打造出“固定+流动+专业”的多元志愿服务模式，助力山海关区文旅事业发展。在山海关区青年之家设置“小青星”驿站志愿服务岗，为游客提供休憩、饮水、充电、医药、问询等优质服务；组织青年志愿者及“返家乡”大学生成立古城特别巡逻队，针对环境卫生、车辆停放、问询指引等事项开展志愿服务；组织选拔年轻干部及少先队员组成“古城讲解员”服务队，通过旅游理论知识培训，化身志愿服务讲解员，提供免费讲解服务。今后，我们将统筹整合青协、青联等资源，依托共青团发动、社会组织支持、专业人员加盟的方式进行志愿服务活动，将有特长、有爱心的青年人聚合在一起，把共青团“自家的事”变成团内外“大家的事”，共同助力山海关区文旅事业繁荣发展。

团河北省秦皇岛市山海关区委书记 李晓唯

年轻人不开心，可以试试“老祖宗严选”



郑家梁

今年寒假回老家福建莆田两个月，全方位沉浸在火爆出圈的新民俗新风尚中，忽然发现，自己和回乡的游子格外放松和开怀。家乡的非遗就是一剂精神的治愈系良药。在此，我想向同龄人推荐，如果不开心，何不试试代代相传的“老祖宗严选”呢？

“十里不同风，一村一习俗”，在莆田每一村、每一区都有其特有的非遗资源。如丰富多样的闹元宵活动（爬刀梯、过火堆、摆棕轿等），又如黄石镇出游布福、江东村春祭仪式、仙游县莆仙戏等，这些活动如何协调开展，做到既热闹又不影响社会其他方面的运行（如交通影响、垃圾产生、空气污染）呢？莆田特有的“观摩-实践-传帮带”福首机制就展现了人民群众的智慧和福首机制通过德行、年龄、口碑等标准在村落或宗族里选取一批人来负责具体的民俗活动。一般来说福首的任期为3年，第一年跟随上一届福首学习各种事务的处理办法，第二年正式介入具体事务中，第三年则是引导下一届福首学习。福首及其家族成员一般作为志愿者协助政府相关部门工作人员管控民俗活动的现场秩序，包括人员流动、垃圾清理、活动路线的规划安排等一系列具体问题。

我的朋友，莆田林桥村藻头厝的黄龙腾是一名莆田95后。明年他就要跟随父亲接管福首事宜。今年村子后山新搬来了两户民宿老板，巡逻队伍的路线需要增加两家，他就提前用无人机拍下了活动的路线图，并用AI生成了两条巡逻的最佳路线，最后再通过人工上山下坡实地测量得出了最高效的一条路径，大大提高了巡逻队伍的效率。女朋友黄静娴则参与进村乐队里传统乐器铜锣的表演，她用运动相机记录自己的第一次表演并进行了直播，许多在外务工的莆田人在直播间感受家乡的浓厚年味。

莆田人通过德治、自治、共治的三维架构，让千年民俗与现代社会有机衔接。活动现场就是

年轻人不开心，可以试试“老祖宗严选”

郑家梁

今年寒假回老家福建莆田两个月，全方位沉浸在火爆出圈的新民俗新风尚中，忽然发现，自己和回乡的游子格外放松和开怀。家乡的非遗就是一剂精神的治愈系良药。在此，我想向同龄人推荐，如果不开心，何不试试代代相传的“老祖宗严选”呢？

“十里不同风，一村一习俗”，在莆田每一村、每一区都有其特有的非遗资源。如丰富多样的闹元宵活动（爬刀梯、过火堆、摆棕轿等），又如黄石镇出游布福、江东村春祭仪式、仙游县莆仙戏等，这些活动如何协调开展，做到既热闹又不影响社会其他方面的运行（如交通影响、垃圾产生、空气污染）呢？莆田特有的“观摩-实践-传帮带”福首机制就展现了人民群众的智慧和福首机制通过德行、年龄、口碑等标准在村落或宗族里选取一批人来负责具体的民俗活动。一般来说福首的任期为3年，第一年跟随上一届福首学习各种事务的处理办法，第二年正式介入具体事务中，第三年则是引导下一届福首学习。福首及其家族成员一般作为志愿者协助政府相关部门工作人员管控民俗活动的现场秩序，包括人员流动、垃圾清理、活动路线的规划安排等一系列具体问题。

我的朋友，莆田林桥村藻头厝的黄龙腾是一名莆田95后。明年他就要跟随父亲接管福首事宜。今年村子后山新搬来了两户民宿老板，巡逻队伍的路线需要增加两家，他就提前用无人机拍下了活动的路线图，并用AI生成了两条巡逻的最佳路线，最后再通过人工上山下坡实地测量得出了最高效的一条路径，大大提高了巡逻队伍的效率。女朋友黄静娴则参与进村乐队里传统乐器铜锣的表演，她用运动相机记录自己的第一次表演并进行了直播，许多在外务工的莆田人在直播间感受家乡的浓厚年味。

莆田人通过德治、自治、共治的三维架构，让千年民俗与现代社会有机衔接。活动现场就是

年轻人不开心，可以试试“老祖宗严选”

郑家梁

今年寒假回老家福建莆田两个月，全方位沉浸在火爆出圈的新民俗新风尚中，忽然发现，自己和回乡的游子格外放松和开怀。家乡的非遗就是一剂精神的治愈系良药。在此，我想向同龄人推荐，如果不开心，何不试试代代相传的“老祖宗严选”呢？

“十里不同风，一村一习俗”，在莆田每一村、每一区都有其特有的非遗资源。如丰富多样的闹元宵活动（爬刀梯、过火堆、摆棕轿等），又如黄石镇出游布福、江东村春祭仪式、仙游县莆仙戏等，这些活动如何协调开展，做到既热闹又不影响社会其他方面的运行（如交通影响、垃圾产生、空气污染）呢？莆田特有的“观摩-实践-传帮带”福首机制就展现了人民群众的智慧和福首机制通过德行、年龄、口碑等标准在村落或宗族里选取一批人来负责具体的民俗活动。一般来说福首的任期为3年，第一年跟随上一届福首学习各种事务的处理办法，第二年正式介入具体事务中，第三年则是引导下一届福首学习。福首及其家族成员一般作为志愿者协助政府相关部门工作人员管控民俗活动的现场秩序，包括人员流动、垃圾清理、活动路线的规划安排等一系列具体问题。

我的朋友，莆田林桥村藻头厝的黄龙腾是一名莆田95后。明年他就要跟随父亲接管福首事宜。今年村子后山新搬来了两户民宿老板，巡逻队伍的路线需要增加两家，他就提前用无人机拍下了活动的路线图，并用AI生成了两条巡逻的最佳路线，最后再通过人工上山下坡实地测量得出了最高效的一条路径，大大提高了巡逻队伍的效率。女朋友黄静娴则参与进村乐队里传统乐器铜锣的表演，她用运动相机记录自己的第一次表演并进行了直播，许多在外务工的莆田人在直播间感受家乡的浓厚年味。

莆田人通过德治、自治、共治的三维架构，让千年民俗与现代社会有机衔接。活动现场就是

年轻人不开心，可以试试“老祖宗严选”

郑家梁

今年寒假回老家福建莆田两个月，全方位沉浸在火爆出圈的新民俗新风尚中，忽然发现，自己和回乡的游子格外放松和开怀。家乡的非遗就是一剂精神的治愈系良药。在此，我想向同龄人推荐，如果不开心，何不试试代代相传的“老祖宗严选”呢？

“十里不同风，一村一习俗”，在莆田每一村、每一区都有其特有的非遗资源。如丰富多样的闹元宵活动（爬刀梯、过火堆、摆棕轿等），又如黄石镇出游布福、江东村春祭仪式、仙游县莆仙戏等，这些活动如何协调开展，做到既热闹又不影响社会其他方面的运行（如交通影响、垃圾产生、空气污染）呢？莆田特有的“观摩-实践-传帮带”福首机制就展现了人民群众的智慧和福首机制通过德行、年龄、口碑等标准在村落或宗族里选取一批人来负责具体的民俗活动。一般来说福首的任期为3年，第一年跟随上一届福首学习各种事务的处理办法，第二年正式介入具体事务中，第三年则是引导下一届福首学习。福首及其家族成员一般作为志愿者协助政府相关部门工作人员管控民俗活动的现场秩序，包括人员流动、垃圾清理、活动路线的规划安排等一系列具体问题。

我的朋友，莆田林桥村藻头厝的黄龙腾是一名莆田95后。明年他就要跟随父亲接管福首事宜。今年村子后山新搬来了两户民宿老板，巡逻队伍的路线需要增加两家，他就提前用无人机拍下了活动的路线图，并用AI生成了两条巡逻的最佳路线，最后再通过人工上山下坡实地测量得出了最高效的一条路径，大大提高了巡逻队伍的效率。女朋友黄静娴则参与进村乐队里传统乐器铜锣的表演，她用运动相机记录自己的第一次表演并进行了直播，许多在外务工的莆田人在直播间感受家乡的浓厚年味。

莆田人通过德治、自治、共治的三维架构，让千年民俗与现代社会有机衔接。活动现场就是

年轻人不开心，可以试试“老祖宗严选”

郑家梁

今年寒假回老家福建莆田两个月，全方位沉浸在火爆出圈的新民俗新风尚中，忽然发现，自己和回乡的游子格外放松和开怀。家乡的非遗就是一剂精神的治愈系良药。在此，我想向同龄人推荐，如果不开心，何不试试代代相传的“老祖宗严选”呢？

“十里不同风，一村一习俗”，在莆田每一村、每一区都有其特有的非遗资源。如丰富多样的闹元宵活动（爬刀梯、过火堆、摆棕轿等），又如黄石镇出游布福、江东村春祭仪式、仙游县莆仙戏等，这些活动如何协调开展，做到既热闹又不影响社会其他方面的运行（如交通影响、垃圾产生、空气污染）呢？莆田特有的“观摩-实践-传帮带”福首机制就展现了人民群众的智慧和福首机制通过德行、年龄、口碑等标准在村落或宗族里选取一批人来负责具体的民俗活动。一般来说福首的任期为3年，第一年跟随上一届福首学习各种事务的处理办法，第二年正式介入具体事务中，第三年则是引导下一届福首学习。福首及其家族成员一般作为志愿者协助政府相关部门工作人员管控民俗活动的现场秩序，包括人员流动、垃圾清理、活动路线的规划安排等一系列具体问题。

我的朋友，莆田林桥村藻头厝的黄龙腾是一名莆田95后。明年他就要跟随父亲接管福首事宜。今年村子后山新搬来了两户民宿老板，巡逻队伍的路线需要增加两家，他就提前用无人机拍下了活动的路线图，并用AI生成了两条巡逻的最佳路线，最后再通过人工上山下坡实地测量得出了最高效的一条路径，大大提高了巡逻队伍的效率。女朋友黄静娴则参与进村乐队里传统乐器铜锣的表演，她用运动相机记录自己的第一次表演并进行了直播，许多在外务工的莆田人在直播间感受家乡的浓厚年味。

莆田人通过德治、自治、共治的三维架构，让千年民俗与现代社会有机衔接。活动现场就是

年轻人不开心，可以试试“老祖宗严选”

郑家梁

今年寒假回老家福建莆田两个月，全方位沉浸在火爆出圈的新民俗新风尚中，忽然发现，自己和回乡的游子格外放松和开怀。家乡的非遗就是一剂精神的治愈系良药。在此，我想向同龄人推荐，如果不开心，何不试试代代相传的“老祖宗严选”呢？

“十里不同风，一村一习俗”，在莆田每一村、每一区都有其特有的非遗资源。如丰富多样的闹元宵活动（爬刀梯、过火堆、摆棕轿等），又如黄石镇出游布福、江东村春祭仪式、仙游县莆仙戏等，这些活动如何协调开展，做到既热闹又不影响社会其他方面的运行（如交通影响、垃圾产生、空气污染）呢？莆田特有的“观摩-实践-传帮带”福首机制就展现了人民群众的智慧和福首机制通过德行、年龄、口碑等标准在村落或宗族里选取一批人来负责具体的民俗活动。一般来说福首的任期为3年，第一年跟随上一届福首学习各种事务的处理办法，第二年正式介入具体事务中，第三年则是引导下一届福首学习。福首及其家族成员一般作为志愿者协助政府相关部门工作人员管控民俗活动的现场秩序，包括人员流动、垃圾清理、活动路线的规划安排等一系列具体问题。

我的朋友，莆田林桥村藻头厝的黄龙腾是一名莆田95后。明年他就要跟随父亲接管福首事宜。今年村子后山新搬来了两户民宿老板，巡逻队伍的路线需要增加两家，他就提前用无人机拍下了活动的路线图，并用AI生成了两条巡逻的最佳路线，最后再通过人工上山下坡实地测量得出了最高效的一条路径，大大提高了巡逻队伍的效率。女朋友黄静娴则参与进村乐队里传统乐器铜锣的表演，她用运动相机记录自己的第一次表演并进行了直播，许多在外务工的莆田人在直播间感受家乡的浓厚年味。

莆田人通过德治、自治、共治的三维架构，让千年民俗与现代社会有机衔接。活动现场就是