

延安“九一”扩大运动会红色体育的最大硕果

“民族的健儿，革命的勇士。来！咱们一显好身手。叫国际强盗血腥的法西斯，在我们面前发抖！爬山的登高峰，赛跑的占前头，射击的瞄好准，投弹的猛力投……”在慷慨激昂的《九一运动会歌》歌声中，抗日战争时期革命根据地甚至是红色体育史上规模最大的一次运动会——延安“九一”扩大运动会，1942年9月1日在延安文化沟青年体育场隆重开幕。

在这次规模庞大的运动会期间，还通过了“定九九为体育节”的决定，毛泽东同志为此专门挥笔题词：“锻炼身体魄，打好日本”，发表在9月9日的《新华日报》上。

这次运动会在红色体育史上具有深远的意义，为新中国成立后体育事业的发展奠定了坚实基础。

一次运动会，两个主赛场

延安，革命的圣地。党中央在延安的13年，同时也是红色体育发展和成熟的13年。1942年9月1日至6日召开的“九一”扩大运动会，是红色体育发展达到顶峰时结出的最大硕果。

冬季的延河，早上刚结了一层薄薄的冰面，到中午就完全化掉了。老延安城北门外，王家坪革命旧址西侧，宏伟的延安革命纪念馆沿延河北岸而建，与纪念馆隔河相望的就是文化沟口，也就是当年“九一”扩大运动会开幕式举行所在地——延安文化沟青年体育场。如今，这片体育场已不复存在，周边最大的空地，是延安中学的体育场。

延安大学红色体育文化工程技术中心执行主任杨学达副教授介绍，延安东关机场体育场和文化沟青年体育场，一起构成了延安“九一”扩大运动会的赛事主场地。

东关机场体育场坐落于延安城区的东边，平日主要为各单位训练、运动使用。飞机场场地状况非常好，但当时少有飞机起落，后来这里逐渐演变为延安时期最大的体育场地。“九一”扩大运动会的田径、足球等大型比赛项目就在这里举行。

而文化沟青年体育场在赛时承担的项目更多，这座体育场在1940年由延安体育会第一任主任李导设计建成。李导在这里修建了一个篮球场、两个排球场、一个障碍场地以及跳高、跳远、铅球、单杠、双杠、吊环、木马、石担和石锁等场地各一处，同时利用天然存在的土包，修建了一个看台和司令台。

当时延安受各方面条件的限制，运动会的场地是很简陋的。比如游泳场地，就是在延河边上，随便找一块比较宽阔的水域，测一下水深，达到一定的标准，就成了比赛的游泳池。

名副其实的「扩大运动会」

场地有了，选手呢？

1942年6月21日的《解放日报》刊登了题为“朱总司令等发起扩大运动会，欢迎各抗日根据地及友军、友区派运动代表来延安参加”的专文。朱德总司令发出号召，为“支持反法西斯残酷的战争与繁重的革命工作”，“广泛开展国民体育运动”，“使每一个国民应该有强壮的体魄，方能担负起繁重的抗战救国工作，建立自由幸福的新中国”，发起筹备“九一”扩大运动会。朱德任大会会长，贺龙、柳湜任副会长。

陕甘宁边区各署、市、县都积极踊跃地参加报名和训练，延安各机关、学校、工厂、部队的代表也都被动员起来了，甚至远在晋西北的八路军120师也派出代表队前来参赛，这让“九一”运动会成了名副其实的“扩大运动会”。参加运动会的代表来自各个民族，汉族、朝鲜族、蒙古族、回族、苗族、藏族，甚至还有反法西斯同盟的日本人士。最后确定参加运动会的运动员多达1388人，创造了革命根据地参加运动会的运动员人数之最。赛前，各单位都想想方设法督促运动员们训练，因为大家都想在中共中央所在地获得好成绩。

9月1日，运动会开幕，气氛热闹非凡，几乎所有延安人民都跑来观看盛会。“那天，秋高气爽，满山青葱翠绿，这是延安最好的时光……广场上，人山人海，一队队各色的旗帜，引导着体育健儿走进了用柏树枝和野花扎成的门楼……1300多名男女运动员，身着灰色、黑色、白色服装，胸前绣着各种文字图案，踏着矫健的步伐，神采奕奕地绕场一周。”当时参加了女子50米比赛的刘明学老人，在一篇回忆文章中这样描述道。

开幕当天，朱德总司令致开幕词，他在讲话中提出，希望体育运动成为普遍与经常性的活动。随后，朱德和贺龙分别为本次大会题词“运动要经常”和“体育运动军事化”，均由《解放日报》发表。

在参赛的选手中，有抱着孩子的母亲运动员，有驰骋沙场的骑兵，有从边区各工厂选拔出来的工人运动员……大会为参赛选手准备了西红柿和煮鸡蛋以补充体力。比赛中，许多运动员穿着自制草鞋参加竞技，有的甚至光着脚跑完10000米。

男子百米成绩达到十一秒

“九一”扩大运动会比赛项目之丰富，也令人赞叹不已。除了篮球、排球、田径、游泳等常规项目，大会还设有军体项目，包括负重爬山、爬障碍、掷手榴弹、射击、刺杀等。运动会还增设了网球、足球、棒球、小足球、赛马、跳水、武装渡河、举重、单双杠和体操等表演项目。

其中，鲁迅艺术学院的武术表演很耐看，全场为之喝彩；骑兵团的骑术表演让人耳目一新；民族学院蒙古族运动员的摔跤也给人留下了深刻印象。各种表演项目精彩纷呈，让陕甘宁边区人民过足了眼瘾。

除了表演项目，运动员们在正式比赛项目更是争得难解难分。据曾参加此次运动会的李树槐老人回忆：“那次大会，在训练、营养、设备等条件都不成熟的情况下，仍有运动员达到了男子100米12秒、跳远6.1米、铅球18.24米的好成绩！”

这次运动会不仅赛出了成绩，还赛出了友谊。《解放日报》在对“九一”扩大运动会进行报道时，刊发了“革命友谊精神可嘉”的一则特写：“兴华对电工，双方都是工人队，在篮球赛中，双方充分表现着友谊的精神，碰了对方一下，马上握手道歉，双方略跌一跤，赶忙上前慰问。比赛之中，却又当‘球’不让，互展己长，好几次当自己犯规而裁判员尚未发现时，就连忙停下球来，听候裁判。这种运动道德和革命友谊的精神，值得称道。”

1942年9月5日，运动会结束前一天，《解放日报》推出延安“九一”扩大运动会特刊，整版报道运动会的空前盛况。大会于9月6日在文化沟八路军大礼堂胜利闭幕，并通过了“定九九为体育节”的提议。

有学者指出，延安“九一”扩大运动会的举行，充分展示了陕甘宁边区军民在中国共产党的领导下，不怕困难、英勇奋战的革命乐观主义精神，给后人留下了一笔宝贵的精神财富。

（据《羊城晚报》）

随着唐代背景传奇剧《风起洛阳》的热播，剧中出现的佳肴珍馐与颇有悬念的剧情一样吸引观众：蕴含了南北民族文化交流的酥酪、在历史浪潮中逐渐式微的鱼脍，当然还有被网友戏称为“大唐皇家特供回转自助水席”的创意洛阳水席等。剧中提到的鱼脍，其实就是今天的生鱼片。很多网友表示，看剧后才知道生鱼片起源于中国，真是长知识了。

洛阳水席知多少？

席中包含许多带汤菜肴
剧中曲水流觞只是创意

影视剧《风起洛阳》中创造了新形制的曲水流觞水席：人们在水边既可诗酒唱酬行风雅之事，亦可大快朵颐享味觉之美。很多人以为这就是真正的洛阳水席，其实这只是剧本创意。

提起洛阳水席，不少熟悉豫豫的人都知道，其荤素搭配，甜咸适口，广受喜爱。它其实最早源于北魏至隋唐佛教兴盛时的素斋。由于当时洛阳上层社会信佛者众多，本地的僧尼便会用自产食材精心烹制供给达官显宦享用的斋饭。古时洛阳干燥寒冷，因此民间多食用汤羹御寒，僧众也沿袭民间食用汤羹的习惯，做出了连汤带水的菜肴，这便是最早的洛阳水席。此后，本地的达官贵人在寺庙菜的做法之上又加入了洛阳盛产的山肤水藂（山上与水中出产的美味食物），丰富后的宴席逐渐在上流社会盛行。民间纷纷效仿，最后演变为以河洛地区自产食材为原料，极具地方特色的一方饮食。

由此可见，洛阳水席之所以被称为“水席”，是因为席中包含了許多带汤的菜肴。而《风起洛阳》却取一汪清水入席，制作出了名副其实的洛阳“水席”。在亭中，主持人与众位宾客的座次都因礼而定，众人围坐在桌子左右，而桌中是两条水道，以水车带动水流，菜肴在水中顺流而动，各色水陆珍轮流转，就像流觞曲水一般。众人可以取盘夹食面前的珍馐，宾主尽欢。那青瓷白碗连绵不断缓缓前行的样子，确实有些像现代通过履带移动的回转自助。

生鱼片先秦就有 唐朝人爱吃冰酪

唐朝人会做冰酥酪？

酥酪在饮食中普及 利用冰制作成美食

《风起洛阳》中，酪坊出售的冰酥酪莹白如玉，还有水果装饰，令人垂涎欲滴。唐朝人真会做这种精致的食品吗？

先秦时期，汉人没有饮乳习惯，但是北方游牧民族“以肉为食兮以酪为浆”。北魏时期，《齐民要术》记载了乳制品的制作方法：“乳成酪，酪成酥，酥成醍醐”。这就是中国乳酪最早的形态。到了南北朝时期，酪仍非常珍贵，只有王公贵族才能享用。唐朝时期，由于开放的交流政策，酥、酪在汉族的饮食中逐渐普及，做法也多种多样，可以直接食用，也可以制作点心。大唐食用乳制品确实流行，连白居易都爱“融雪煎香茗，调乳煮离糜”。唐代诗人刘禹锡祖籍洛阳，他曾在《龙门待雨歌》中写道：“口渍清泉胜酥酪，布露兴云在掌握”，意为龙王口中的清泉甘甜更胜酥酪，从侧面映衬出了酥酪之味美。

唐人发现硝石溶于水时会吸收大量的热，使水凝结



中唐墓葬壁画《野宴图》。

成冰，于是有人利用冰制作吃食。这样制成的酥酪在宋朝被称为冰酪，南宋诗人杨万里就曾作诗形容：“似腻还成爽，才凝又欲飘。玉来盘底碎，雪到口边销”，将入口即化的冰酪形容得十分美味。国人吃冰酪的习惯一直延续，甚至在元朝时扬名欧洲，马可·波罗在《东方见闻录》中就记述了元朝人食用冰酪的爱好：“东方的黄金国里，居民们喜欢吃奶冰”。

生鱼片源于中国？

唐朝流行吃生鲤鱼片 曾是洛阳的特色美食

如今说到生鱼片，许多人第一时间会想到的是日式料理店中的生鱼片刺身，但生鱼片其实源于中国，并于唐朝时传至日本。

《诗经·小雅·六月》记载：“饮御诸友，炰鳖脍鲤”。按照《说文》的讲法“肉腥细者为脍”，而“脍鲤”指的就是生鲤鱼片了。可见自先秦时期，中国人就在食用生鱼



电视剧《风起洛阳》中的曲水流觞水席。

红色百宝箱 奋斗百年

鞍山钢铁、中国一汽、中国一拖、沈阳机床、武汉长江大桥、青藏公路、康藏公路、新藏公路……

许多人可能都不知道，这些大家耳熟能详的大企业、大工程，都是新中国第一个五年计划的建设项目。

16开大小，大红色的封面，右上角印着“绝密”字样——这份保存在中央档案馆的《中华人民共和国第一个五年国民经济计划草案图表》，蕴含着当时人们对现代工业的向往与憧憬，述说着新中国工业化建设起航的激情岁月。

从“一五”计划看“一张蓝图绘到底”

中国社会科学院现代经济史研究中心主任赵学军告诉记者，1949年新中国成立的时候，工业经济很落后，底子非常薄。在这种状况下，我们党开始考虑经济建设问题，就是想学习苏联搞5年计划。

从1951年起，我国着手试编“一五”计划。那时候还没有电脑支持大量运算，甚至计算器都比较少，都是使用算盘、计算尺和手摇计算机。方案稍有变动，数据都得相应变动，工作量之大可以想象。

规划编制期间，国家计划委员会办公楼里整日响起噼里啪啦打算盘声音，此起彼伏。整座大楼夜晚灯火通明，因此被人戏称是“水晶宫”。

“一五”计划草案，边讨论、边修改、边编制、边执行，经过近四年、五易其稿，最后经1955年7月第一届全国人民代表大会第二次会议正式通过。一场以156个（后增至166个）建设项目为中心的大规模工业建设全面展开。

那是一个火红的年代，到处充满了生机与活力，机器的轰鸣声不绝于耳，国家每一天都在发生改变。几乎每天都有新的建设项目开工上马，许多中国过去从没有的产品实现了自主生产。

鞍钢生产出了中国第一批不锈钢；长春第一汽车制造厂建成投产，我国首批12辆汽车下线；沈阳飞机制造厂生产的我国首架喷气式歼击机试飞成功；洛阳第一拖拉机厂大门，驶出我国第一辆拖拉机；在武汉，我国第一座长江大桥开始修建；华北制药厂火速建成，我国第一批青霉素问世……

“‘一五’计划，对我国工业发展起到了奠基石的作用。”赵学军说，到1957年底，“一五”计划的各项指标大都超额完成。一大批旧中国没有的现代工业骨干部门建立起来，我国的工业生产能力得到大幅度提高，工业布局不合理的局面得到初步改变。

“编制和实施五年计划、规划，坚持一张蓝图绘到底，成为了我们党治国理政的重要方式。”清华大学国情研究院院长胡鞍钢说。

从1953年开始实施第一个五年计划，到2020年圆满完成第十三个五年规划，中华民族迎来了从站起来、富起来到强起来的历史性飞跃，我国经济社会发展取得令世界瞩目的历史性成就。

一张张五年“施工图”，围绕各历史阶段突出矛盾和问题，接力落实社会主义现代化建设长远战略目标。中国共产党领导全国人民一代接着一代干，一棒接着一棒跑，创造了世所罕见的经济快速发展奇迹和社会长期稳定奇迹。

2021年3月11日，人民大会堂，掌声热烈响起。十三届全国人大四次会议表决通过关于国民经济和社会发展第十四个五年规划和2035年远景目标纲要的决议。

实现伟大梦想，需要接续奋斗。更加精彩的中国画卷，已经铺展……

（据新华社）

拾遗

曾国藩试制“防弹衣”

《曾国藩日记》里有一段曾国藩试制防弹衣的记载：“国藩初办水师时，尝博求御炮子之法。以渔网数层，悬空张挂，炮子一过即穿，不能御也；以絮被渍湿张挂，炮子一过即穿，不能御也；以生牛皮悬于船旁，以藤牌陈于船前，不能御也；又作数层厚牌，以竹鳞排于外为一层，牛皮为一层，水絮（按：即渍水的棉絮）为一层，合而成牌，亦不能御也”“鸟枪子如梧子大者，或有法御之，抬枪子，劈山炮子，凡大如黄豆以上者，竟无拒御之法”。

清朝咸丰、同治年间，曾国藩领导的湘军，特别是水师，在河道中无遮蔽，船与人的防御就成为一个很大的问题。看以上所引日记，可以知道曾国藩也很注重试验，只是受科学和新材料所限，试来试去，竟没有找到一种合适的防弹材料。

曾国藩试验失败后，束手无策，在日记中写道：“近时杨军门载福等，深知炮子之无可御，遂摒弃渔网、水絮、牛皮等物，一切不用，直以血肉之躯，植立船头，可避者避之，不可避者听之。”此可谓无法之法，悉听天命了。

（据《天津日报》）

叶圣陶与儿歌《小小的船》

1949年，叶圣陶来到北平，担任华北人民政府教科书编审委员会主任。几年后，叶圣陶又兼任人民教育出版社社长和总编辑职位。当时，为了推动中小学教材的编写出版工作，中央还特地从全国各地抽调了200多位教科书编写审校人才入职教社，以协助叶圣陶的工作。

虽然采编队伍一下子发展壮大，同时多了许多能干的人才，不过，对于工作总是一丝不苟的叶圣陶来说，许多事情他还会亲自动手。曾经收入小学语文课本的儿歌《小小的船》，就是叶圣陶在主持工作的间隙潜心推敲出来的。

这首儿歌创作于1955年5月9日。当天，叶圣陶在日记里记载：“今日，花费一个多时辰，创作出一首儿歌，自以为得意，录之：弯弯的月儿小小的船/小小的船两头尖/我在小小的船里坐/只看见闪闪的星星蓝蓝的天。”在儿歌的后面，叶圣陶还专门对此作出了解释：“多有叠字，多用an韵字，意极浅显，而情境不枯燥，适于儿童之幻想。二十年前在开明编小学课本，即涉想及此，直至今日，乃始完成。”

从叶圣陶的日记中不难看出，这首儿歌的灵感，早在20世纪30年代就在他的脑海里闪烁孕育，直到1955年才终于推敲而成。《小小的船》从1956年进入小学语文课本后，便广为流传，由一代代一年级小学生诵读，而且还入选了多个版本的音乐教材。

（据《人民政协报》）