

古加已完成蜕变

□本报记者 段西元

本轮中超北京国安队在主场3:1轻取深圳新鹏城，完成了本赛季的一波五连胜。这场胜利也是北京国安队历史上首次击败深圳新鹏城（及其前身四川九牛），一扫上赛季被对手“双杀”的阴霾。

这是一场意料之中的胜利，两队的实力对比确实差距巨大。北京队大部分球员都展现了良好的状态，当两位国脚塞尔吉尼奥、林良铭打出精彩配合进球时，看台上的中国国家队主教练伊万科维奇露出了欣慰的微笑。

为北京队打进第三球的是葡萄牙外援古加，古加延续了本赛季以来的良好状态。其实古加在赛季之前还饱受非议，甚至很多球迷认为应该换掉古加。古加是北京队前任教练苏亚雷斯“钦点”的球员，但在上赛季葡萄牙

人确实没有太亮眼的表现。古加之前给人的印象是天赋平平，并不是那种有“强解”能力的中场外援。

虽然是前任“遗留”，但古加在现任主帅塞蒂恩的指点下，有了突飞猛进的进步。这个赛季的古加给人感觉是无处不在，以本场比赛为例，比赛中，北京队获得一个前场角球但未能形成威胁，深圳队得球后一路杀到北京队腹地，而古加则一路跟着深圳队球员跑，阻止了这次极有可能形成威胁的反击。当北京队某个区域应该有个人出现的时候，这个人十有八九就是古加，说他衔接了整个球队并不为过。

为什么古加两个赛季的表现反差那么大？其实像古加这样的中场球员在欧洲多如牛毛，这些球员奔跑能力强、攻守俱佳。但

是他们并没有特别突出的个人能力，达不到五大联赛球队中场核心球员的级别，只能成为所谓的体系球员。体系球员需要融入体系才能发光发热，没有融入体系，他们的作用就会显得很弱。上赛季的古加确实还在适应期，经常跟队友出现传跑不一致的情况。这个赛季显然古加和队友之间默契了许多，同为中场的新援达万和塞尔吉尼奥也都是葡语系的球员，三个人沟通没有任何障碍，这也加速了古加状态的提升。

古加是一名侧后腰中场球员，对这类中场球员最大的“量化指标”除了进球、助攻，更重要的是存在感。本赛季的几场比赛，古加永远是活跃度最高的那个。相信随着比赛的深入，葡萄牙人会越踢越好。



2025北京大兴半程马拉松开跑

昨天，2025北京大兴半程马拉松暨第九届“花绘北京 悦跑大兴”半程马拉松赛在北京市体育特色小镇——魏善庄镇燃情开跑。赛事吸引来自全国多个省份的6000名跑者参赛，其中半程马拉松4500人，欢乐跑1500人。选手们共同在绿意盎然、花香萦绕的五月天里，开启了一场速度与自然的浪漫邂逅。

本报记者 孙艳/文 彭程/摄



京津冀三地师生燃动5.55公里跑道

“瓣瓣同心”2025京津冀职业院校“祥龙·京企直卖电商杯”健跑活动近日在城市绿心森林公园举办，标志着2025年京津冀职业教育宣传月正式启动。活动吸引京津冀三地的本科高校、中高职院校、技工院校、普通高中的888名师生报名参与，在5.55公里环形步道上展开角逐，展现出三地师生的蓬勃朝气和动人风采。

本报记者 任洁 摄影报道

空港街道职工用脚步丈量城市风景

本报讯（记者 王路曼）近日，顺义区空港街道总工会日前在龙湾城市森林开展“健步启新程，书声伴我行”活动，邀请辖区建会单位职工以及新就业形态劳动者共计150余人参加。

据了解，此次活动旨在号召职工走出办公室、走出社区、走出车间，用脚步丈量城市风景，用心感受集体的温暖。活动现场，职工们迈着矫健的步伐，沿着公园步道健步前行，在自然美景中

挥洒汗水，于并肩前行中厚植情谊。

活动结束后，职工们纷纷表示：“活动既缓解了工作压力，又拉近了同事距离，更激发了大家对健康生活和阅读学习的热情，希望工会能够将此活动常态化，让运动与阅读成为职场新时尚。”

下一步，空港街道总工会将持续围绕相关工作部署，聚焦职工多元化需求，创新活动形式，打造更多职工喜闻乐见的文体活动。

万东医疗举行70周年健康行团建活动

本报讯（记者 刘欣欣）近日，北京万东医疗科技股份有限公司在奥林匹克森林公园北园举行“变革成长 聚力启程”70周年健康行团建活动，近600名职工参与到7公里的徒步之旅中。

徒步路线精心设置了7个打卡点，分别对应着该公司发

展的七个10年阶段。“每到一个打卡点，团队成员需要贴上当年份的贴纸完成打卡，同时通过展架上的大事记了解公司的发展史。”万东医疗相关负责人介绍说，希望通过开展此次活动凝聚团队力量，激励广大职工勇于创新突破，为公司发展注入新的活力。

《弘扬长城文化 讲好延庆故事》一书发布

本报讯（记者 周美玉 通讯员 任颖）近日，由延庆区政协历时一年编撰的27万字文史专著《弘扬长城文化 讲好延庆故事》在八达岭长城脚下的石峡村正式发布，50篇亲历者口述史与专家研究文章首次集结成册，书中饱含长城文化底蕴与延庆独特风情，以“基层叙事”方式传播长城文化。

为弘扬长城文化，讲好长城

故事，延庆区组建征编专班，深入挖掘长城文史资料，寻找亲历者、亲见者、亲闻者，收集整理50篇充满真情实感的长城故事。该书的六个篇章从六个不同维度记录着文明传承的微观叙事，其中既有罗哲文之子罗杨的回忆录，也有长城保洁员常石头和钱二玲的口述史；既有长城外事翻译李文娟接待外国元首的故事，也有文物保护者于海宽十几年如

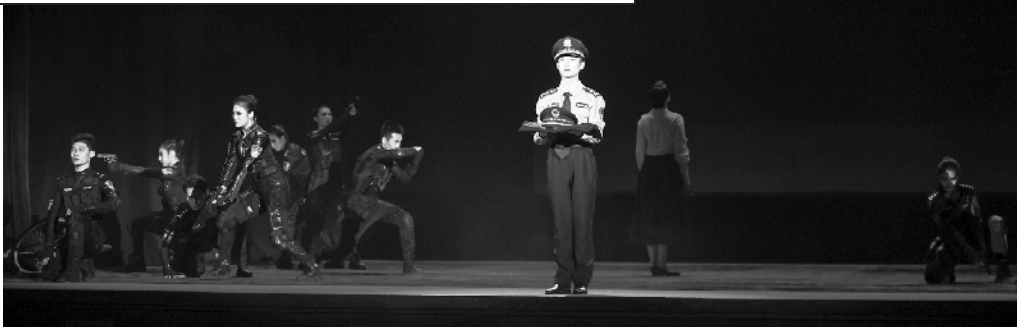
一日的长城情怀……这些大多鲜为人知的细节故事，为长城精神增添了生动而丰富的注脚。

作为该书的总编，延庆区政协文史专员郭东亮介绍：“这本书系统梳理了延庆40余年来在长城保护、利用及文化弘扬领域的探索与实践，希望通过这部著作，让更多人深入了解长城、热爱长城，激发全民守护文化遗产的热情。”

首部公安题材杂技剧致敬警魂

近日，中国杂技团携中国首部公安题材杂技剧《呼叫4921》走进中国人民公安大学，以精湛技艺和真切感人的情感意蕴致敬警魂。该剧结合中国人民公安大学实际进行深度调整，使得情节开展更加紧凑、情感推进愈加强烈，同时安排了主创团队的倾情导读与英烈子女的现场互动，让抽象的艺术语言落地成为直抵人心的力量。

本报记者 盛丽 曹立栋 摄影报道



“北京人民艺术剧院书画展”开展

近日，“北京人民艺术剧院书画展”在首都剧场开展。展览由《诗文随世运 无日不趋新——人艺艺术家书画展》《人若长青树 艺如不谢花——人艺之友书画展》两部分组成，观众可欣赏曹禺、欧阳山尊、赵起扬、于是之等数十位人艺艺术家和“人艺之友”创作的40余件丹青墨宝。该展览将持续展出至6月22日。

本报记者 曹立栋 摄影报道

