

不设仪式拒绝煽情,放个短片直接干饭

年轻人开始“整顿”婚礼了,你支持吗



◀ 马里奥主题婚礼现场图。长沙圣爵菲斯酒店供图

▼ 蔬菜主题婚礼现场,用蔬菜瓜果代替鲜花。受访者供图

大学生“一碰就碎”?不! 湖南学子正积极准备这件事



扫码看视频

三湘都市报10月13日讯 “十一”长假结束,大学生们不仅要收心回归课堂,体测也已提上日程。“要努力锻炼准备体测啦”“已经开始每天夜跑为800米做准备”“我必须拿下体测满分”……不少学子正在积极准备中。

此前,“脆皮大学生”“大学生脆脆鲨”等自嘲式热词曾走红网络,大学生体质也一直是社会关注的焦点。体测作为评估学生体质状况的重要方式,其意义不言而喻。湖南大学生们准备得如何了?高校是怎么做的?

积极练习中 有运动基础通过更为轻松

今年的体测项目同往年一样,包含身高、体重、肺活量的检查测试:立定跳远、50米、1000米(男)/800米(女)、坐位体前屈、引体向上(男)/一分钟仰卧起坐(女)。

双脚并拢站立,身体下压,双手往脚面方向延伸……10月12日,中南林业科技大学学子陈卓琳正在为练习坐位体前屈提高柔韧度。今年体测即将开始,该项目是她以往体测项目中成绩最差的一项,还遭到过同学的调侃,“因为有锻炼的习惯,其他项目都不是什么大问题,只有坐位体前屈对我有些挑战。”陈卓琳说,她现在每天都会花时间练习,提升身体柔韧度。

“各就各位……”随着起跑口令响起,吉首大学张家界校区大四学生夏萍婷的身影迅速冲出起跑线,那一刻,一个月的努力都化作了奔跑的动力。前不久,夏萍婷完成了800米测试,她满意地告诉记者:“为了这一天,我已经坚持每晚跑步一个月了,我的汗水终究没有被辜负。而跑步也变成了习惯,每次跑完心情都很好,我会坚持下去。”

用大数据 高校为学生开“运动处方”

记者了解到,湖南高校在努力创造条件,鼓励动员学生走入操场锻炼,为学生体质健康保驾护航。同时,各高校也将体测成绩与评奖评优、成绩考核挂钩。

在长沙学院,该校特别开设校园跑活动,9月26日至12月13日,在每天计入成绩的跑步时间段6:00—22:30中,要求男生跑步60公里、女生跑步50公里,未完成最低额定总里程数的学生,取消其参加体育期末考试资格。此外,该校体育学院将为年度测试成绩评定达到优秀(90.0分及以上)的同学颁发荣誉证书;《国家学生体质健康标准》测试成绩评定达到优秀等级者在当年的综合测评可获1分的奖励加分。

而湖南师范大学体育学院则充分利用科技成果赋能体质健康促进。课堂内,通过分析学生体质健康大数据,实现学生运动能力和健康状况的精准分群,为学生提供个性化的教学方案;利用运动心电、心率表等智能可穿戴设备,为学生制定符合其需求的教学和专项训练计划。课堂外,依托运动技术测评、动作捕捉系统、虚拟现实等技术,让学生沉浸式体验运动风险识别、运动能力测评、运动可视化反馈等多个智慧运动场景,帮助学生掌握自身运动特征,提高运动技能。

而在湘潭大学等高校,健美操、热舞、国标、太极拳、空手道、跆拳道、散打、健身健美等“新体育课”上线,较好调动了学生的体育锻炼热情。

■全媒体记者 刘镇东 通讯员 黄思嘉 陈新苗

“提前20天拍晨袍照,只为婚礼当天睡个好觉”“不致辞不煽情,放完短片直接干饭”……国庆期间,年轻人整顿婚礼的操作引发热议。与隆重的传统婚礼仪式相比,当下年轻人正在追求并引领一种全新的个性化婚礼形式。10月13日,三湘都市报记者对此进行了采访。



扫码看视频

年轻人整顿婚礼的操作引发热议。与隆重的传统婚礼仪式相比,当下年轻人正在追求并引领一种全新的个性化婚礼形式。10月13日,三湘都市报记者对此进行了采访。

■文/视频

三湘都市报全媒体见习记者 罗艾敏



走红。国庆期间,长沙多米森林自然美学庄园的吴女士就设计了一场“葡萄”婚礼,现场从布景到餐桌都摆满了新鲜葡萄,既能观赏又可供宾客食用。

“新人想要一场户外森系婚礼,我们庄园的葡萄最近成熟了,就想着用葡萄做场景,整场婚礼共用了一百斤葡萄,婚礼结束后,葡萄大家都分了。”吴女士从事婚礼场景布置多年,这几年她明显感觉到办户外婚礼的新人越来越多了。“年轻人更注重婚礼的氛围而不是形式,好多人都不接亲,放弃了一些传统的仪式环节,就是玩游戏、聚会,没有太多负担。”

“现在的年轻人办婚礼更注重性价比。”上个月,吴女士刚承办了一场蔬菜婚礼,豆角当花束,南瓜、苦瓜当摆件,所有布置耗时8个小时,用了200多斤蔬菜,“有宾客表示,结束后分到的蔬菜带回去吃了一个星期”。

吴女士告诉记者,用果蔬布置婚礼比鲜花成本低。“户外主题婚礼不用灯光和吊顶装饰,几万元就能拿下,性价比高,颇受年轻人欢迎。”

记者注意到,婚礼选择“不敬白酒敬奶茶”“不吃喜糖吃辣条”“不用豪车用摇摇车”等一系列的变化背后,是越来越多年轻人认为,办婚礼实际上是为自己的情绪价值买单。

“从市场需求角度来说,‘80后’婚礼潮需要的是有场面,‘90后’婚礼潮需要的是有场景,而‘00后’需要的是有情绪价值,婚礼需求的底层逻辑发生了重大的变化。”婚道婚嫁产业研究院副院长王鑫表示,从行业竞争的角度出发,目前行业正处在优胜劣汰的调整期,真正迎合年轻人需求的婚庆产品是制胜关键,未来的婚庆产品需要有情绪价值的属性。

婚礼变成游园会,个性化婚礼受欢迎

“婚礼现场套圈、做手串;不设仪式,放完视频直接干饭……现在年轻人的婚礼只有你想不到,没有他们做不到。”长沙圣爵菲斯酒店工作人员马晨告诉记者,国庆期间酒店承办了十几场婚礼,场场都让她印象深刻。

马晨回忆,有一对“社恐”新人,由于性格内向,担心传统婚礼主持、致辞的环节尴尬,便将二人相识相知的故事做成了视频。“宾客到齐,放完短片,直接干饭,五分钟不到就开席了。”马晨表示,这并不是个例,近年来有不少新人都选择了这种形式,“既满足了人情世故的要求,自己还轻松。”

湖南觅诗婚礼的婚礼策划人小杨,国庆期间忙得没停下,一连跟了十几场婚礼。她注意到,游园会形式的户外婚礼备受年轻人欢迎。婚礼现场变成游园会,设有游玩打卡区,仪式开始前,宾客可以手工制作香囊,套圈、投篮赢礼品,还可以玩刮刮乐。小杨说:“这些游戏其实和新人的爱情经历有关,这种形式既能让宾客了解新人的故事,还能增加参与感。”

“主题婚礼、私人定制服务增加。”受到婚庆市场变化的影响,酒店也在不断对服务进行升级。圣爵菲斯酒店谢经理介绍,为了满足年轻人对婚礼的新需求,酒店也在与时俱进。“我们增加了after party的场景布置和餐饮服务,在菜品和酒水上也推出了私人定制服务。”

果蔬婚礼走红,年轻人更看重性价比

蔬菜、水果等环保婚礼也在年轻人婚礼中