

看冬奥会时想到拍戏经历

——访电视剧《冰雪之名》主演陈若轩

电视剧《冰雪之名》正在总台央视电视剧频道、北京卫视热播。其中上篇《冰雪情缘》由陈若轩、彭小苒主演，以严振华、李冰河两位年轻的雙人滑选手征战专业队的成长故事为主线，展示了早期中国冰雪运动员的坎坷和坚守。剧中，陈若轩饰演的严振华作为初代冰雪人，带着希望不断“拓荒”，却无奈折戟沉沙，他的青春在挫败的遗憾中落幕，但他的故事没有停止……

初代冰雪人具备先锋者精神，他们意志顽强，以一种苦行僧般的方式，严苛地训教自己，所以才能在艰苦的训练环境下，一次次创造奇迹。陈若轩坦言，严振华最打动自己的正是他的品质，“他是个自尊心很强的人，拥有着不服输的劲头，倔强又执着。我最喜欢他的执着，一次次跌倒又爬起来，像个永动机一样，为了梦想竭尽全力，拥有着这种精神特质的人非常值得敬佩。”一次次奋力地旋转、托举、连跳，严振华拼尽全力又跌倒的样子让人心疼。与梦想失之交臂，陈若轩却说这也不算遗憾。“因为往往最难的就是从无到有，他们经验不足，没有专业的



指导，只能拼尽全力去尝试和摸索，他们的努力为后辈创造了良好的条件，这是一种传承的精神，所以我觉得也不算遗憾，因为他们的梦想，在后辈中实现了，这就是他们的荣耀和胜利。”

《冰雪情缘》的故事从上世纪80年代起展开叙述，作为90后演员，陈若轩对那个年代并不熟悉。但是年轻的严振华让他看到了曾经17岁的自己——“其实他的某些方面跟17岁的我挺像的，都是从小一个地方走出来，有很强烈很热烈的期盼，很坚定地去实现梦想。有了这份共鸣，他将自己完全融入严振华的成长经历中，去感知那个冰雪青年的喜怒哀乐。”

眼下正值北京冬奥会，陈若轩看着荧屏中奥运健儿的拼搏场面，拍摄时的情景又涌上心头。花样滑冰是他最关注的项目，他最喜欢隋文静韩聪这对选手，“每场比赛都在追，他们的短节目会让我想起拍戏时的场景，每一个技术动作，都记忆犹新，‘葱桶’真的太棒了！”

程楠宇



快乐星球之三十六号

善良的拾荒老人马老汉偶遇昏迷在路边的落难男孩，便将他带回家中收养。男孩是马老汉收养的第三十六名孤儿，即取名马三十六。

一天大雨，马三十六因一个意外，不慎被雷电击中，昏迷中，马三十六找回了他消失的记忆，原来自己是快乐星球被研发出来的唯一的人类机器人。Q博士摧毁了快乐星球，自己是唯一逃脱的幸存者，Q博士一直在寻找他，想要把他彻底除掉。同时，Q博士又试图主宰地球。马三十六为了拯救快乐星球、保护地球人，与Q博士开始了一段勇气与智慧并存的战斗……

中央电视台(六套)12:03播出

乡理乡亲

中央电视台(十七套)17:00播出

减回健康好身体

家住河北省秦皇岛市的薛红艳因为常年不节制饮食、缺乏运动和多次减肥反弹，最终体重达到了320斤。这样的体重不但给薛红艳的日常生活造成了极大困扰，还让她得了心脏病、糖尿病、高血

压等慢性疾病。为了解决肥胖带来的困扰，薛红艳最终下定决心来北京做手术减肥。薛红艳因为切掉了一部分胃，每天暂时只能喝代餐，需要半年的时间才能恢复正常饮食，但是她的血脂血压等都回到了正常水平，人也越来越健康了。

振兴路上

中央电视台(十七套)21:00播出

2021年，国务院印发了《全民健身计划(2021—2025年)》，提出了八项主要内容，全民健身工作是民生工作，关系群众幸福感、满足感、获得感。在全面推进乡村振兴战略中，体育事业发挥了特有的

作用。一些地区在巩固脱贫攻坚成果推进乡村振兴工作中，探索挖掘区位优势、地域优势资源，带火一批批体育产品用品村办企业，体育产业在乡村蓬勃发展，推动体育事业和乡村振兴深度融合。

法律讲堂

中央电视台(十二套)18:50播出

被辞退冤不冤

通过两起员工被解除劳动合同引

发的仲裁，讲解法律上对公司的规章制度有什么相关规定。



★中央电视台(一)

20:00 2022年北京冬奥会闭幕式
22:38 等着我

★中央电视台(三)

18:31 舞蹈世界
22:36 幸福账单
23:58 综艺喜乐汇

★中央电视台(五)

22:07 北京冬奥会花样滑冰双人自由滑
23:36 北京冬奥会速度滑冰比赛精选

★中央电视台(六)

18:12 故事片：医者童心
20:15 故事片：龙虾刑警

★中央电视台(八)

19:30 黄金强档剧场：老闺蜜
00:53 深夜剧场：我的仨妈两爸

★中央电视台(十)

19:31 透视新科技
20:10 考古公开课
21:20 探索·发现
22:10 大千世界

★中央电视台(十二)

18:50 法律讲堂
19:22 从心开始
20:05 见证
20:47 道德观察

★重庆卫视

19:33 剧场：理想之城
22:20 超级美味

★辽宁卫视

19:35 剧场：我的前半生
21:15 有请主角儿

★吉林卫视

19:33 剧场：冰雪之名

★江苏卫视

19:30 剧场：冰雪之名
22:30 新相亲大会

(节目如有变动，以当天播出为准)