



东体竞彩视角

捷克迎来复兴轻松“登山”

今天我们选择3场世预赛比赛进行推荐。

周五001 6月7日 2:45 世预赛 北马其顿 VS 比利时 推荐:平/负

目前该小组中北马其顿队与威尔士队同积4分,北马其顿队以净胜球优势排名第一。而作为本组最有竞争力的比利时队则是迎来首场比赛。

在国际足联最新排名榜上,比利时队排在世界第八位,在欧洲排名第六位。北马其顿队世界排名第67位,在欧洲排名第30位。

由于同组中有列士敦士登这样的鱼腩球队,另外哈萨克斯坦队的竞争力也有所差距,如果不出意外,就将是三支球队之间的竞争。

在本赛季的欧洲联赛中,比利时队状态不佳,在A级联赛C小组排名第三,未能小组出线。北马其顿队则是C级联赛排名D小组头名,下赛季将参加B级联赛。

北马其顿队近10场比赛6胜2平2负,球队在对阵弱旅时有着一定的拿分能力,但打苦战的能力还需要检验。

比利时队近10场比赛2胜2平6负,球队状态不太理想,看来在经历换帅后,由于拿到世界杯季军的那批名将逐渐淡出,球队要走的路还很长。

两队最近一次交手已经追溯到12年前的世界杯预选赛,当时比利时队

队主场双杀北马其顿队。

目前指数给到主队+1/1.5,主胜8.00,平局4.50,客胜1.36,比利时队还是明显被看好。

美加墨世界杯是比利时队的“黄金一代”的谢幕演出,而新一代球星也将正式登上历史舞台。在该小组中比利时队的纸面实力还是高出其他球队。北马其顿队虽然一直是欧洲三流球队,但球队近些年也有参加欧洲杯正赛以及在世界杯附加赛淘汰意大利队这样的惊艳表现。主场面对比利时队拿分也并非没有一点机会。

周五002 6月7日 2:45 世预赛 捷克 VS 黑山 推荐:胜

目前在该小组中,捷克队和黑山队排在小组前两位,两队与克罗地亚队成为了小组出线的竞争对手,本场比赛如能决出胜负,胜方将会在出线权竞争中占得先机。

国际足联排名榜上,捷克队排名世界第39位,黑山队世界排名第73位,从排名上看两队实力存在着差距。而小组中排名最高的是排名世界第11位的克罗地亚队。

两队在本赛季欧洲国联都是参加B级联赛,但表现却大相径庭。捷克队力压乌克兰队拿下A小组第一,将重返A级联赛。而黑山队却在D小组排名垫底,无奈降级,下赛季只得再战C级联赛。

捷克队近10场比赛5胜3平2负,

球队近四场主场比赛全部拿下胜利,球队上一次输球还是在德国欧洲杯附加赛上输给土耳其队。

黑山队近10场比赛3胜7负,没有一场平局。球队一路连败,但到了欧国联最后一轮,球队战胜实力在自己之上的土耳其队,加上世预赛至今取得三连胜。

两队近五次交手捷克队全部取胜,最近三次交手,捷克队每场至少能打进黑山队3球,强弱对比还是很明显的。

目前指数给到主队-1/1.5,主胜1.40,平局4.40,客胜8.00,还是很明显倒向了主场作战的捷克队。

两队从世界排名上看就有明显差距,近些年来,捷克足球也是逐渐迎来复兴,尽管还不能与上世纪末的欧洲杯亚军成绩相比,但也稳定在欧洲二线球队。黑山队虽然有着南斯拉夫足球的风骨,但无奈实力所限,与大赛无缘。本场客场面对实力强于自己的捷克队,还是凶多吉少。

周五004 6月7日 4:30 世预赛 哥伦比亚 VS 秘鲁 推荐:胜

目前在南美区预选赛排名榜上,哥伦比亚队积20分排名第六位,但是在还有四轮比赛的情况下不能确保拿到出线权。秘鲁队积10分排在倒数第二,剩余比赛必须全胜,还要其他球队发挥失常才有可能拿到出线权。

哥伦比亚队近4场世预赛主场比

赛2胜2负,特别是输给排名与自己接近的巴拉圭队,着实是对士气的打击。秘鲁队世预赛近四场客场比赛全部吃到败仗,并且四场比赛丢7球还一球未进。

在国际足联世界排名榜上,哥伦比亚队排在世界第14位,秘鲁队则是排在第42位,秘鲁队目前的世预赛排名应该说还是比较正常,哥伦比亚队则是让人有些失望。

哥伦比亚队14场世预赛打进18球,进攻火力排在南美区第二,仅次于榜首的阿根廷队。秘鲁队则是进攻乏力,仅打进6粒球。

哥伦比亚队近10场比赛3胜3平4负,球队近期状态不佳,世预赛已经四轮不胜。

秘鲁队近10场比赛2胜2平6负,球队爆冷战胜乌拉圭队之后五轮不胜。

两队近10次交手哥伦比亚队5胜3平2负占据上风,世预赛首回合较量,秘鲁队主场1比1战平哥伦比亚队。

目前指数给到主队-1/1.5,主胜1.33,平局4.60,客胜10.00,哥伦比亚队优势明显。

秘鲁队上一次战胜哥伦比亚队是在2022年,但客场赢下对手已经是太久之前的事了,尽管哥伦比亚队近期的状态也不太好,但还是比秘鲁队强上不少,本场比赛主队哥伦比亚队赢面确实更大。

大乐透 第25062期

Table with lottery results: 开奖结果:14 20 27 28 29+06 10. 奖项, 中奖注数, 单注奖金. 一等奖 3 10000000, 二等奖 104 172762, etc.

奖池积累数为1525360041.11元

排列3 第25146期

Table with lottery results: 开奖号码: 8 2 2. 奖项, 中奖注数, 单注奖金. 直选 10830 1040, 组选3 15176 346, etc.

排列5 第25146期

Table with lottery results: 开奖号码: 8 2 2 4 7. 奖项, 中奖注数, 单注奖金. 一等奖 72 100000

上海体彩APP安装二维码



IOS系统下载 安卓系统下载

上海体彩官方微信



订阅号二维码 服务号二维码

中国体育彩票客服热线

95086. 7x24小时语音播报, 开奖查询、投诉受理、业务咨询, 仅收取当地市话费, 热线并行号码:4006695086

青少年健康成长 需多方打造友好环境

国家卫健委2022年发布的《中国儿童青少年近视防控白皮书》显示,我国儿童青少年总体近视率为52.7%,其中高中生近视率高达80.5%;与此同时,《中国儿童青少年营养与健康报告》指出,我国6-17岁儿童青少年超重肥胖率已达19%。佩戴眼镜和体重超标,正在向低龄化蔓延……

表面上看,这只是当代青少年的健康问题,但厚重的镜片与圆润的体型,正悄然成为他们的“隐形标签”。近视与肥胖不仅可能导致成长中的自卑与社交障碍,更为成年后的心脑血管疾病、脊柱侧弯等埋下隐患。

过去五年中,儿童青少年健康已被纳入国家健康发展规划。今年,为进一步响应国家号召,北京市发布《关于促进中小学生身心健康发展的若干意见》,将身心健康教育融入学校全员、全方位、全过程育人体系。全国各大医院,包括北京协和医院,纷纷开设青少年健康门诊。青少年健康不仅事关个体成长与幸福,更加成为全社会的关切。

我们对家庭、学校作出如下建议——

一、近视防治:1.增加户外活动:鼓励青少年多融入户外。组织采摘、夜间荧光跑、户外写生等,增加自然光接触,增强视力聚焦能力。2.科技互动:推广“20-20-20”护眼法则,即每用眼20分钟,远眺20英尺(约6米)物体20秒,连续用眼不超过40分钟;开发智能定距离工具,利用VR/AR开展近视科普。3.家校联动:家长与孩子制作护眼食品,展开护眼运动;学校组织姿势挑战赛、远眺打卡、护眼小队等趣味活动。学校与家庭共建“亲子护眼打卡群”。

二、肥胖预防:1.饮食管理:落实“52110”膳食原则(5份果蔬、2小时以内屏幕时间、1小时运动、1份优质蛋白、0含糖饮料),通过认识、了解食物,培养健康饮食习惯。2.运动干预:每天60分钟跳绳、游泳等有氧运动,配合每周2-3次抗阻训练;组织家庭障碍赛、野外寻宝等趣味活动。3.弱运动热量消耗:用运动换屏幕时间,鼓励青少年做家务、倡导站立等。4.心理行为干预:家长以身作则,优化家庭饮食与运动环境,保证睡眠、做好健康日志。

Large advertisement for '麒麟王' lottery tickets. Features images of lottery tickets and the text '瑞兽齐聚 祥瑞满堂' and '麒麟王'.