

多地中小学新学期“动”起来

每天1节体育课、课间延长至15分钟——

新学期,多地出台政策,保障学生课间正常活动及体育活动时间,让孩子们“动”起来、“跑”起来,成为校园一道新风景。

北京17日正式印发《关于进一步加强新时代中小学体育工作的若干措施》,要求小学和初中每天1节体育课;重庆提出中小学校每天上下午各安排一次不少于30分钟的大课间体育活动;江苏省义务教育学校“2·15专项行动”落实15分钟课间活动时长……让孩子们“动”起来,玩什么?空间不够怎么办?运动安全如何保障?记者在北京、重庆、江苏、海南等地作了探访。

“动”起来

上午9时,第一节课下课铃声响起。海口市玉沙实验学校七年级(3)班教室里,学生正在座位前进行“课桌舞”。“为了丰富课间活动,学校体育老师和舞蹈老师自编了室内‘课桌舞’、户外韵律操、体能操和武术操。”学校体卫艺主任刘婉说。

在教室里贴出的两张课表上,记者看到课间时间已经从10分钟调整至15分钟,第二、三节课之间的课间为30分钟“体育大课间”。

跳房子、滚铁环、踢毽子……记

者走进位于重庆市沙坪坝区的新桥小学,丰富的课间体育活动令人目不暇接,30余张室内外乒乓球台前挤满了人。

几个回合“交锋”下来,四年级学生邹钧圯脸上渗出细密的汗珠。“开学第一天就动起来,特别开心!”她笑着告诉记者,自己特别喜欢打乒乓球,几乎每天都会和小伙伴练球。

北京市东城区史家胡同小学的礼堂里,国乒奥运冠军马龙和小学生们一起击球、托球跑,现场欢呼声和笑声此起彼伏。

“锻炼身体和学习知识同样重要。”马龙说,“希望同学们新学期在加强学业的同时,也能够找到体育运动的乐趣。”

拓空间

有的学校空间狭小,运动场地不足怎么办?因地制宜拓展和开发活动空间,也能实现“小场地大体育”。

“学校充分利用墙面、地面、桌面‘三面’,在教学楼外墙和走廊墙面设置彩环投靶、蹦跳摸高等项目,在操场旁的过道绘制跳房子、字母连环等游戏,还开设了桌面操、益智棋等趣味活动。”新桥小学副校长姚旗说。

针对部分孩子课间“疯跑”、不同活动项目间存在场地冲突等现象,新桥小学校长程燕介绍,新学期开学前,学校结合各类场域空间特点,绘制了一张“校园课间运动区间划分图”,孩子们可以按图到喜欢的活动区域进行锻炼。

江苏省南京市金陵河西学校不仅将每个课间都延长至15分钟,还设置了60余种不同的游戏。“一年级在操场上玩‘抛接球’‘跳皮筋’,二年级利用中庭空间开展‘跨大步’‘萝卜蹲’等游戏,五年级在走廊‘套圈’‘投壶’……”学校小学部副校长陈慧说,校园的各个角落都被巧妙利用。

保安全

出现磕碰等意外怎么办,运动累了会不会上课就犯困……记者在和一些家长沟通时发现,虽然家长知道体育活动可以放松身心,但仍有安全、影响学习等顾虑。

“全员都跑起来。”在北京市海淀区中关村第二小学,开学首日孩子们以班级为单位开展了课间跑步运动。中关村第二小学教育集团体育工作负责人王金良介绍,学校专门设计了折返跑、绕楼跑等多种跑

步形式,每月为各年级更换跑步路线,以提升学生的兴趣。

“班主任和体育教师会全面了解本班学生的健康状况,并在跑步前带领学生进行充分热身,防止运动伤害。”王金良说,教师也将参与跑步活动,并同时承担管理职责,学校将确保每位教师都知晓跑步方案及突发情况处理流程,保障学生安全。

在江苏省盐城市阜宁县东沟中心小学,除了在“入学第一课”上进行安全教育,还采取了课间活动“双保险”措施:一是动态巡查,每层楼安排两名老师实施护导,并安排体育老师指导低年级游戏的开展;二是精细分段,15分钟课间的3分钟统一完成喝水、如厕等活动,最后2分钟整理物品,避免学生过度兴奋影响课堂。

“适当的课间游戏和运动,不仅能提高课堂效率,还能增强班级凝聚力,促进青少年思维发育和创新能力的提升。”海口市第二十五小学副校长朱虹说,学校将大面积拓展活动空间,让更多孩子爱上运动、健康成长。

新华社记者
(新华社北京2月17日电)

把基层的“痛点”作为整治形式主义的“靶点”

日前召开的中央层面整治形式主义为基层减负专项工作机制会议,释放出要锲而不舍落实中央八项规定精神,持续深化整治形式主义为基层减负的明确信号。新春伊始,要把基层的“痛点”作为整治形式主义的“靶点”,火力全开去虚务实,动真碰硬松绑减负。

从近期通报的整治形式主义为基层减负典型问题可以看出,形式主义是基层治理的顽疾,是困扰基层干部的“心头之痛”。形式主义问题以新形态、新变化隐藏出现,比如一些政务移动互联网应用滋生“指尖上的形式主义”,两三人调研却有近十人陪同构成“舌尖上的形式主义”、评分标准繁琐需提供大量证明材料衍生“笔尖上的形式主义”……凡此种种现象,加重基层负担、拖累基层效率,让基层干部疲于应付叫苦,让办事群众久拖无应喊怨。

形式主义是基层枷锁,锁住实干脚步。针对上述问题,开展靶向整治则是去除负担的钥匙。对基层群众反映强烈的突出问题,要发现一个整治一个;对具有一定典型

性、普遍性的问题,要集中力量开展专项整治和清理。在整治过程中,要找准问题有的放矢,驰而不息抓好作风,杜绝改头换面的老问题,应对花样众多的新问题,把基层干部从形式主义、官僚主义的束缚中解脱出来。

整治形式主义为基层减负是民心所向,也是发展所需。整治的靶点,是重视基层、关爱群众的发力点。打靶祛痛为的是深化治本赋能基层,激发干事创业的热情。基层是政策落实的“最后一公里”,减负和赋能同步发力,实实在在的减负效果,让干部能卸下包袱埋头干,放开手脚向前闯,让基层能在发展中焕发出更多的活力与生机。

痛则不通,通则不痛。在革除形式主义过程中,要以钉钉子精神持续整治,常抓不懈,步步扭转,方能消除痛点,让基层一片畅通。

新华社

记者 王亚宏

(新华社北京2月17日电)



多彩开学第一课



2月17日,在广西兴业县第一实验小学,学生们通过智能编程操控机器人。当日,全国各地举办了多种多样的“开学第一课”主题活动。新华社记者 曹祎铭 摄



2月17日,在四川遂宁市大英县实验幼儿园的手工课上,老师教孩子们学习制作竹编画。新华社发(刘昌松 摄)



2月17日,华东师范大学第一附属初级中学的学生来到上海趣看美术馆,开启他们的“开学第一课”。学生们带着学习任务单走进“栋梁——梁思成与林徽因学术文献展”,探寻中国古建筑之美。新华社发(陈浩明 摄)

八部门发文 推动新型储能制造业高质量发展

新华社北京2月17日电(记者 张晓洁 张辛欣)记者17日从工业和信息化部获悉,工业和信息化部等八部门近日联合印发《新型储能制造业高质量发展行动方案》,提出到2027年,我国新型储能制造业全产业链国际竞争优势凸显,优势企业梯队进一步壮大,产业创新力和综合竞争力显著提升,实现高端化、智能化、绿色化发展。

工业和信息化部电子信息司有关负责人介绍,新型储能制造业以新型电池等储能产品和各类新型储能技术为主要领域,也包括电力电子器件、热管理和能量控制系统等的生产制造,近年来市场规模持续扩大,产业链体系加速完备。印发行动方案,旨在构建新一代信息技术与新能源等增长引擎,推动

新型储能制造业高质量发展。

行动方案提出新型储能技术创新、产业协同发展推进、产业转型升级发展、示范应用场景拓展、产业生态体系完善、贸易投资合作提升等六大专项行动,明确鼓励发展多元化新型储能本体技术,支持突破高效集成和智慧调控技术,重点攻关全生命周期多维度安全技术,鼓励新型储能以独立储能主体参与电力市场,加快建立新型储能电池安全风险评估体系。

记者了解到,下一步,工业和信息化部将支持新型储能关键技术攻关,开展多场景新型储能应用试点示范,在储能产品运输等环节为企业提供便利化服务,并推动建立储能型锂电池碳足迹认证体系和全生命周期溯源管理体系。

雨水时节话健康: 专家解读春季养生与疾病预防

2月18日将迎来二十四节气中的雨水节气。随着雨水节气的到来,天气渐暖,降水增多,湿气也逐渐加重。这一时期如何保持身体健康?17日,国家卫生健康委“时令节气与健康”为主题召开新闻发布会,就相关问题进行解答。

雨水节气健脾祛湿,中医养生有妙招

湿气加重,容易导致食欲下降等症。北京中医医院主任医师汪红兵指出,这一时期的健康保健重在健脾祛湿,尤其南方地区更需注重。饮食上应遵循“多甘少酸”原则,少吃山楂、乌梅等酸味食物,多吃大枣、山药等具有甘甜味的食物。同时,要注意少吃生冷、油腻、高糖等容易加重湿气的食物。

为帮助公众更好健脾祛湿,汪红兵推荐了几款药食同源的食材。其中,薏米可以与赤小豆搭配煮水饮用,也可做成薏米红豆粥、薏米冬瓜汤等。山药则可以做成山药排骨汤、山药小米粥、白扁豆山药粥等。此外,适当吃些辛温的食物,如韭菜、香椿、葱等,也有利于增强消化功能。

“祛湿并非人人适宜。不同人的体质各有差异,湿邪也分为不同证型。”汪红兵说,例如,湿热体质的人需要清热祛湿,寒湿体质的人则需要温中散寒祛湿。阴虚体质和血虚体质的人盲目祛湿可能会进一步伤阴或耗伤气血,因此应慎用祛湿方法。

春季消化道疾病高发,预防与治疗并重

春季是消化道疾病的高发期,尤其是腹泻、呕吐等症状比较常见。北京协和医院主任医师李景南表示,预防这些疾病,应从日常的卫生习惯做起。餐前便后要勤洗手,食物要彻底煮熟,生食蔬菜要清洗干净。冰箱储存的食物应加热后再食用,避免进食过夜

物。同时,家长要培养孩子养成良好的手卫生习惯,注意避免交叉感染。

在出现轻度恶心、呕吐、腹泻等症状时,李景南建议,可先多喝水、清淡饮食,必要时可服用相关药物控制症状。但如果症状持续或加重,尤其是出现发热、腹痛等应及时去医院就诊。

针对“饭后百步走,能活九十九”“饭后喝茶助消化”“洗肠可以排毒”等说法,李景南表示,饭后适当散步可以改善消化功能,但饭后剧烈运动会影响肠道功能,加重肠道负担,导致消化不良。饭后喝茶虽然可以促进食物的消化,但长期大量饮用浓茶可能导致肠胃不适。对于不需要肠道清洁的健康人来说,过度洗肠一方面会破坏肠道微生态的正常菌群,另一方面大量水的机械性刺激会损伤肠道黏膜,不利于健康。

流感等呼吸道疾病呈下降趋势,专家提醒仍需警惕

近期,有媒体报道称有些国家和地区流感病毒仍处高位流行。对此,中国疾控中心研究员彭质斌表示,当前我国急性呼吸道传染病继续呈下降趋势。其中,流感病毒是导致近期急性呼吸道传染病的主要病原体,但流行强度总体呈下降趋势。南北省份流感活动水平存在差异,第6周全国急性呼吸道传染病哨点监测结果提示,南方流感活动水平高于北方。

彭质斌表示,流感疫苗在整个流行季节能提供一定的保护作用,还没有接种流感疫苗的人群仍然可以接种。

在学校等人员密集场所,彭质斌建议加强环境清洁和通风换气工作,促进室内空气流通。此外,要加强健康监测,提倡学生、教职员工坚持不带病上课或上岗。

新华社记者 李恒 董瑞丰
(新华社北京2月17日电)

众多产业行业与DeepSeek“联姻结对”,将为我们带来什么?

新华社北京2月17日电 DeepSeek在多家医院完成本地化部署;微信测试接入DeepSeek;部分地区政务系统已接入……众多行业产业与DeepSeek“联姻结对”的消息接踵而至,令人不禁想问:AI正在加速接入我们的生活,究竟会带来什么?

中央党校(国家行政学院)国家治理教研部研究员、博士生导师翟云指出,中国经济的快速发展为进一步发挥人工智能的赋能作用提供了广阔的“用武之地”。DeepSeek的深度接入既有利于加快破解传统产业数字化、智能化转型过程中面临

的“急难愁盼”,也有利于加快消除“智能鸿沟”,让社会共享AI发展带来的技术红利。

“DeepSeek接入微信、医院等场景带来了资源整合的功能,接入微信也集成在搜索功能。”一位清华大学计算机系博士生感到,这一变化为自己正在开展的大模型底层高性能计算技术研究打开了新的视野,也为普通人提供了更多便利化路径。

“对于微信这种有大量公众号文章、数据的平台,靠人力整合文本资料是很花时间的。有了AI加持,

普通用户在寻找资料方面可以更加便捷,而对于简单的问题,AI也能根据已有资料进行进一步推理并直接给出答案。”他说。

智谱公司的一位算法工程师告诉记者,DeepSeek的接入能提高人工智能应用的整体渗透率,让更多人在触手可及的地方体验最新的AI能力,对培育大众对人工智能的了解和认知很有帮助。但同时也要看到,大模型技术发展目前还在上升期,更好更强的模型还会持续出现,距离真正形成通用人工智能(AGI)级别的生产力还需要大量算法、技

术和工程上的持续创新,希望大家持续关注并且更加大胆地尝试将AI技术应用到生活和工作中。

不少专家在受访时也表示,任何技术都是一把双刃剑,人工智能对人类社会的改变和影响也在引发争议甚至忧虑。

翟云强调,对于DeepSeek这样的新生事物,既要充分释放场景活力,为新技术的应用打造更多“试验场”,从战略层面及时总结提炼科技创新的经验启示,也需正视并妥善应对潜在的数据泄露、隐私侵犯及技术伦理等风险。