

# “能出汗”的校园体育该如何保障?

## 热点聚焦

新学期伊始,北京发布《关于进一步加强新时代中小学体育工作的若干措施》(以下简称“体育八条”),着重解决运动时长不足、体育“阴阳课表”等问题,让校园体育充分促进学生身心健康发展,确保孩子们“眼里有光,身上有汗”。

近年来,青少年“小眼镜”“小胖墩”“小豆芽”“小焦虑”等问题备受关注,校园体育作为陪伴青少年成长的必修课,是体教融合改革的主阵地。从去年秋季学期的课间延长5分钟,到本学期明确中小学体育课要“量质齐升”,北京在保障校园体育活动等方面持续发力,但学习时间是否被挤占、课程如何设置、校园安全责任如何认定等问题仍是社会关注焦点。

### 杜绝“阴阳课表”

体育“阴阳课表”是部分学校为了应付检查,表面上安排了体育课,实际却被其他课程,尤其是所谓的“主课”替代,希望通过增加学习时间换取升学率的提高。长期以来,体育老师时不时“生病”成了几代人的记忆。

国家卫健委最新公布的数据显

示,我国儿童青少年总体近视率为52.7%,其中,小学生为35.6%,初中生为71.1%,高中生为80.5%。如今,也有越来越多的青少年面临超重和肥胖问题,校园体育亟需承担起重要的健康育人职能。

“体育八条”明确要求小学和初中每天1节体育课,高中每周3至5节体育课,同时也要切实做好体育课的运动负荷监测,杜绝“说教课”和“不出汗”的体育课,防止教学内容碎片化、随意性。

“文化课学习更看重效率,不能一味追求时长。”北京市东城区体育教研员、特级教师王玉中表示,体育课时的合理增加,压缩部分文化课时长,反而有利于提高学生学习效率。

北京市丰台区外国语学校校长刘忠毅认为,无论是将课间10分钟优化为课间15分钟,还是“每天一节体育课”,针对校园体育的改革能反映出教育理念的深刻变革,即从“分数至上”要尽快转变为“健康第一”。

### 打上“班级联赛”

在项目安排上,“体育八条”将“三大球”列为重点之一,要求小学、初中将“三大球”至少一项纳入体育课必修内容,高中要开设“三大球”模块教学,广泛开展班级联赛。

多年来,振兴“三大球”一直是社

会各界的共同期盼。2024年11月,国家体育总局和教育部联合推出的首届全国青少年三大球运动会在湖南举办,旨在进一步推广普及“三大球”运动,让更多青少年喜爱并参与其中,同时调动各地抓青训的积极性,形成振兴发展合力。

北京市东城区史家胡同小学体育部主任张凯表示,“三大球”班级联赛应具有一定的对抗性、观赏性和趣味性。在集体荣誉感驱动下,小球员们会主动组队训练,班级同学自发组建啦啦队、设计队徽,有利于营造全员参与的校园体育文化。

北京市教委有关负责人介绍,此次校园体育改革中的“三大球”纳入教学、开展班级联赛等内容,也是为了让孩子们在强健体魄的同时,增强团队精神和抗挫能力。

除了“三大球”,“体育八条”也要求学校充分利用大课间和课后服务,组织学生开展跳绳、踢毽、跳竹竿等传统体育项目和飞盘等新兴运动,轮换活动不少于10项,将丰富多彩的体育活动融入学生的校园生活。

### 厘清“安全责任”

截至目前,北京、广东、云南等地已出台文件,让“每天一节体育课”逐渐成为中小学的标配。新举措落地值得期待之外,安全问题仍然是校园

体育活动的重中之重,家校社三方还需协同发力,为青少年营造健康的成长环境。

一线教育工作者反映,校园体育活动中的安全管理仍是核心痛点。伴随体育课强度与频次的提升,学生意外伤害风险同步增加,有学校担心动辄因学生受伤背上诉讼,并面临问责。

“体育八条”指出,学校要选优配齐体育教师,编制不足的学校可聘用“银龄”教师和编外兼职体育教师,比如教练员、退役运动员,为学生提供更专业的指导,也能够提供安全保障。

受访专家建议,在强化校园安全保障措施、做好安全教育的同时,应当进一步厘清校园安全责任边界,明确相关司法裁判标准,让保护未成年人和维护学校正常秩序相统一。此外,学校可以向家长公布校园体育活动安排,进一步畅通双方的沟通渠道。

针对部分学校面临空间狭小、运动场地不足的现实困境。王玉中等受访者认为,在保障安全的前提下,可探索利用天台、楼道、墙壁等校内空间,打造空中足球场、室内攀岩墙等微型运动场地,也支持学校与社区、公园等社会体育场馆签订协议,建立共享机制。

## 上吐下泻? 来看这份诺如病毒防控提示

春季气温回暖,诺如病毒感染进入高发期。医学和疾控专家提醒,诺如病毒是导致急性胃肠炎的主要病原体之一,通过粪口传播,科学认识传播途径、掌握防控要点,是阻断病毒传播的关键。

“严重时,我几乎抱着马桶呕吐,什么东西都吃不下。”北京市民王先生说,上周邻座同事在公司办公室上吐下泻后不久,自己也中招了,去医院确诊为诺如病毒感染。

北京大学人民医院感控处副处长匡季秋介绍,诺如病毒感染的典型症状包括恶心、呕吐、腹痛、腹泻等,部分患者伴有发热、头痛等全身反应。儿童因免疫系统尚未发育成熟,症状可能更为剧烈。

“诺如病毒虽传播力强,但可防可控。”北京大学人民医院感染科主治医师王越表示,公众无需过度紧张,关键在于落实日常防护措施,尤其需关注儿童、老年人等易感人群。感染者痊愈后持续保持良好卫生习惯,避免残留病毒传播。

专家建议,做好诺如病毒防控要掌握六要点,包括密闭场所尤其是公共卫生间定时加强通风,降低气溶胶浓度;人员密集场所保持社交距离;患者呕吐物或排泄物需用高浓度含氯消毒剂覆盖处理,污染区域喷洒消毒液作用30分钟,衣物、餐具等需高温消毒或用含氯消毒液浸泡;处理污染物时佩戴口罩、手套,事后彻底洗手;感染者应居家隔离至症状消失72小时后;海鲜、肉类彻底煮熟,瓜果洗净,避免生食。

有网友关心,诺如病毒是否有疫苗和特效药?对此,中国疾控中心副研究员彭质斌表示,目前尚无特效药物和疫苗可用。诺如病毒急性胃肠炎是自限性疾病,多数症状较轻,不需要特殊治疗,休息2至3天可以康复。但对于婴幼儿、老年人,特别是有基础疾病的老年人,如出现频繁呕吐或腹泻,甚至脱水等严重症状的,要及时就医进行治疗。

专家强调,出现呕吐、腹泻等症状时,切勿在未查明病因的情况下盲目使用抗生素。感染者饮食以清淡、易消化为主,注意及时补充水分和电解质。

## 美航天局:小行星“2024 YR4” 撞击地球可能性基本排除

根据美国航天局最新测算结果,一颗编号为“2024 YR4”的小行星在2032年12月22日撞击地球的可能性已基本排除,撞击概率已降至0.004%。

这颗近地小行星于2024年12月27日由位于智利的“小行星撞击地球最后警报系统”首次发现,预计直径在40至90米之间。自去年年底以来,天文学家一直持续追踪观测这颗小行星,并调整分析数据。近期,美国航天局持续下调撞击概率。

美航天局24日表示,随着对“2024 YR4”的持续观测,美航天局推进实验室近地天体研究中心的专家对该小行星的轨道进行了更精确的计算,将其在2032年12月22日撞击地球的概率下调至0.004%,并认为未来一个世纪内,该小行星对地球没有显著威胁。此外,该小行星在2032年12月22日有很小的可能性会撞击月球,目前计算的撞击概率为1.7%。

美航天局表示,小行星“2024 YR4”不再对地球构成重大威胁,它为天文学家提供了宝贵的机会来测试行星防御科研和预警流程。美航天局将继续观测该小行星,获取有关科学数据。

## 以色列对叙利亚南部发动空袭

以色列国防部长卡茨25日晚发表声明说,以军当晚对叙利亚南部进行了空袭。

卡茨表示,以色列不会允许叙利亚南部变成黎巴嫩南部。叙过渡政府相关武装力量在叙南部建立势力范围的任何企图都将遭到以军的打击。

以国防军发表声明证实,以军当晚对叙利亚南部多处军事目标发动袭击,包括指挥中心和多个武器库。声明说,以军将持续行动,旨在消除对以色列的任何威胁。

另据叙利亚电视台报道,以色列战机25日晚在叙南部对靠近叙首都大马士革的基斯沃地区和德拉省的伊兹拉地区发动空袭。德拉省和库奈特拉省上空均有以色列战机密集盘旋。

以色列总理内塔尼亚胡本月24日说,以军将“无限期”驻扎在戈兰高地的以叙军事缓冲区,不会允许新的叙利亚军队进入大马士革以南地区。以方要求叙利亚新政权对叙南部进行“全面非军事化”。

叙利亚全国对话会议25日发表声明,谴责以色列入侵叙利亚领土,公然侵犯叙国家主权,要求其立即无条件撤军,反对内塔尼亚胡的挑衅性言论,同时呼吁国际社会和地区组织承担起对叙利亚人民的责任,向以色列施压以制止其侵略行为。

去年12月,趁着巴沙尔·阿萨德政府被反对派武装组织推翻,以色列以自卫为由,出兵占领戈兰高地东侧的军事缓冲区并进一步侵占毗邻地区,坚称要在同叙利亚新当局达成“确保以色列安全”的新协议后才会撤军。

## 我国首家外商独资三级综合医院迎来首个开诊日

昨日,我国首家外商独资三级综合医院——鹏瑞利综合医院(天津鹏瑞利医院)迎来首个开诊日,成为我国医疗行业开放政策宣布后的新落地举措。

这家医院由新加坡鹏瑞利集团投资建设,总投资额约10亿元人民币,拥有500张床位。医院提供较为全面的医疗服务,满足常见疾病和疑难病症的诊疗需求,同时设有国际部,提供健康及慢病管理等定制化医疗服务。

2024年9月,我国发布了《关于在医疗领域开展扩大开放试点工作的通知》,拟允许在北京、天津、上海等地设立外商独资医院(中医类除外,不含并购公立医院)。

鹏瑞利集团执行董事长兼首席执行官潘锡源说:“中国在医疗健康领域开放决心坚定、力度较大。这一政策向国际投资界发出积极信号,为集团提供了新的市场机遇,更促进了中国医疗市场多元化发展。”

“这家新医院可以更灵活地引入

国际先进医疗技术和管理模式,为引进高端人才、先进诊疗设备等提供便利。”鹏瑞利集团医疗健康CEO陈美兰介绍。

潘锡源表示,医院将围绕医疗技术共享、人才交流培养、智慧医疗创新等领域深度合作,为中国患者引入国际医疗资源,同时为外国患者开辟赴华就医新通道。

据了解,自2000年起,我国允许设立外商合资医疗机构。经过20余年的发展,目前共有外商合资医疗机

构60余家。天津鹏瑞利医院于去年12月获得了天津市颁发的第一张外商独资三级综合医院医疗机构执业许可证。

“天津与新加坡合作历史悠久,政府规范审批流程、提高办事效率,营商环境良好。作为国家中心城市和京津冀一体化战略关键节点,天津区位优势明显,我们希望为京津冀地区及更多外国患者提供更好的就医服务。”潘锡源说。



## 坐上火车 去雪山

今年2月投运的云南丽江雪山观光火车,以独特的沉浸式游览体验成为滇西北旅游新热点。该线路连接丽江古城与玉龙雪山5A级景区,通过观景车窗让游客在旅途中欣赏雪山胜景,有效缓解景区客流压力,助推当地“轨道+文旅”产业融合发展。

## “车险好投保”平台上线首月助11.4万辆新能源车投保

记者昨日从中国保险行业协会、上海保险交易所获悉,截至2月25日,“车险好投保”平台累计注册用户18.5万,首批接入的10家大中型财险公司已通过平台承保11.4万辆新能源汽车,提供保险保障944.9亿元。

记者了解到,“车险好投保”平台是为高赔付风险新能源汽车提供的

线上化便利投保窗口,个人和法人均可投保,保险公司不得拒保。平台运行1个月以来,平稳有序承接高赔付风险新能源车险业务,切实解决新能源汽车投保难点问题。承保车辆覆盖家用汽车等非营运汽车和营运汽车,最大单日投保量超过1万单。

据了解,为落实金融监管总局等四部门联合发布的《关于深化改革加

强监管促进新能源车险高质量发展的指导意见》相关要求,中国保险行业协会引导财险公司建立高赔付风险分担机制,上海保险交易所搭建“车险好投保”平台并于1月25日上线。

在保险公司方面,人保财险、平安产险、太平洋产险、中国人寿财险等10家大中型财险公司首批接入平

台。2月底,第二批20家左右财险公司将陆续接入平台。后续根据财险公司申请,接入平台的财险公司还将继续增加。

中国保险行业协会、上海保险交易所表示,下一步,将广泛吸收各方意见建议,持续优化平台功能,不断提升新能源车主保险服务体验,真正实现保险服务于民、服务社会。

## 2025年爱耳日 助听器优惠验配

本公司成立至今已有三十余年,专业从事听力康复,助听器验配,在2025年爱耳日来临之际,本公司联合瑞士峰力助听器厂家推出以下优惠活动:

1. 2月28日(萧绍路843号店内),3月1日(临浦峙山西路104号店内),3月2日(拱秀路235号店内),特别邀请瑞士听力工程师陈文林先生莅临现场为您服务。

2. 协助客户申请2025年适老化助听器30%补助款。

3. 特价验配助听器。特价验配,买一送一,送同款助听器,每门店8名;各品牌助听器优惠验配。

4. 助听器以旧换新,详细情况当面沟通,旧机折价抵扣新机款。

5. 可预约专业验配师上门验配助听器,具体可来电咨询。

注:请仔细阅读产品说明书或者在专业助听器验配师的指导下购买和使用;禁忌内容或者注意事项详见说明书。



陈文林工程师



店内专业验配师资格证书

活动时间:2月26日—3月26日

活动门店:1. 萧山拱秀路235号(城厢卫生院门口)

2. 萧山萧绍路843号

3. 萧山临浦镇峙山西路104号

咨询电话:13606716844(徐先生)

(在法律范围内,最终解释权归本公司所有)

## 印尼北苏拉威西省海域发生6.0级地震

印度尼西亚北苏拉威西省海域26日发生6.0级地震,目前尚无人员伤亡和财产损失报告。

据悉,地震发生于当地时间26日5时55分(北京时间6时55分),震中位于北苏拉威西省东博朗蒙贡

多县东南45公里处海域,震源深度10公里。印尼地处环太平洋地震带,每年发生大小地震数千次。

(本版新闻内容均据新华社)

便民热线	及白领、工程师等。	● 遗失	盟银行开户许可证,核准号:
金子子婚介13735826379	杭州南站医院大药房科技健康馆	杭州萧山项氏布业有限公司工会委员会工会法人资格证书正、副本,统一信用	J3310078714101,声明作废。
15382309608	心梗、脑梗、中风、偏瘫、走不远,不稳,不吃中西药保健品,不手术。天天看94频道广告200元可免费保守治疗,预约15397130139。	社会信用代码:81330109MC6576493G,声明作废。	萧山供电公司电力设备检修预告
拥有万名青中老会员包括机关企事业单位、国企工作人员以			2月28日9:00-16:30夹灶C657线;浙江省杭州市萧山区益农镇久联村一带。

萧山区潮汐预报	位置	2月27日晚潮时间	高潮位(米)	2月28日早潮时间	高潮位(米)
	观潮城(仓前)	13:50	4.20	02:00	3.60
	城市阳台(奥体)	15:22	4.30	03:32	3.70
	闻家堰	16:23	4.30	04:33	3.70
	潮水涌高等级	危险			

备注:受多重因素影响,该预测仅供参考。