

广东21地市基本落实中小学生每天锻炼2小时

运动已融入孩子们的校园日常

◎ 黄子欣

9月1日,广东省中小学迎来2026年秋季新学期开学日。在东莞市中堂镇槎滘小学,开学嘉年华活动趣味十足。足球、匹克球、乒乓球……孩子们在运动游戏中感受新学期的成长节奏。

这样的运动热情,并不止于开学首日——在南粤大地的千百所学校园里,运动早已融入孩子们的校园日常。每堂课间铃声响起,南粤校园的走廊、操场、架空层里,总有孩子们跑跳、投掷、游戏的身影。

今年,教育部“新春第一会”以深入贯彻落实“健康第一”教育理念为题开篇,学校体育工作被赋予新的使命,迎来新的发展机遇,学生体质强健计划和健康学校建设成为新的抓手和阵地。截至今年6月,广东省21个地市已基本落实中小学生每天综合体育活动时间不低于2小时,课间15分钟逐步铺开,形成常态。从课时保障到运动空间拓展,再到体育运动形式多元化,广东各地各校因地制宜、系统推进,让运动成为孩子们真实可感的校园日常。

推动各地逐步增加体育课时

在广州市白云区金沙小学,每日晨练20分钟、1节体育课40分钟、特色大课间30分钟等体育活动时间已经融入孩子们的运动日常。该校设立了“一体两翼四协同”体育师资体系,确保学生每天2小时的综合体育活动时间不打折扣。“一体”即打造“体育专职教师+专业教练+家长志愿者”体育育人共同体。“两翼”为系统化专业发展翼与制度化激励保障翼,建立分层分类培训体系、以制度化保障筑牢工作根基。“四协同”则从师资类型、时空覆盖、育人维度、资源保障等统筹调配,让各类运动无缝衔接。近两年学生体质健康抽测数据显示,该校学生优良率增幅接近20%。

金沙小学的实践,是广东保障学生体育锻炼的一个缩影。近年来,广东省教育厅按照《教育强国建设规划纲要(2024—2035)》要求,牢固树立、深入贯彻落实“健康第一”教育理念,围绕落实立德树人根本任务,全力推进健康学校建设,全面实施学生体质强健计划,切实保障中

- 大力推动落实义务教育阶段每天1节体育课,高中阶段有序增加至每周3至5节体育课。各级各类中小学校根据实际情况调整教学计划和作息时
- 鼓励学校创新开发天台、走廊、楼道、架空层等“金边银角”,在满足安全的前提下,打造人人、处处、时时可及的校内“微运动场”
- 从丰富活动形式入手,通过创新不断丰富课间“微运动”内容和形式,让运动变得更有趣,引导学生课间走出教室、走向操场、走进阳光

小学生每天综合体育活动时间不低于2小时,促进学生健康成长和全面发展。推动各地逐步增加体育课时,大力推动落实义务教育阶段每天1节体育课,高中阶段有序增加至每周3至5节体育课。各级各类中小学校根据实际情况调整教学计划和作息时

间,优化课时安排,挖掘课时资源,增加课间活动时间。课程结构化同样成为保障学生体育运动时间的重要抓手。佛山市顺德区美辰学校实施“课程结构化创新+空间功能化改造”双轮驱动,依据课标要求,分学段刚性落实“每天一节体育课”。1—2年级以游戏化启蒙为主,发展走、跑、跳、攀登等基本运动技能,3—6年级则围绕羽毛球、篮球、足球等开展专项课和特色课,7—9年级则安排3节体育课、1节花样跳绳课、1节拓展团体辅导课。该校周课时达标率已达到100%,近两年学生体质健康优良率年均增长超8%,近视率增速得到有效遏制。

小场地化身大舞台

课时和师资有了保障,场地不足成为不少学校面临的现实难题。对此,广东鼓励学校创新开发天台、走廊、楼道、架空层等“金边银角”,在满足安全的前提下,打造人人、处处、时时可及的校内“微运动场”。鼓励学校充分利用校园周边公园绿地、周边高校、社区、公共体育场馆资源,建立互惠共享机制,拓展学校体育活动空间。

深圳市高级中学高中园由4所高中组成,学生体量大、运动空间紧、场地高峰期挤。该园区通过改扩建、微改造、智能化三位一体的场地方案破局,改扩建羽毛球馆、艺术体操馆、游泳馆,打造网球/匹克球一场两用复合场地,挖掘架空层、走廊等“边角余料”空间,将课间、午休前后的碎片化时间有效转化为运动时长,平均每日增加30—40分钟。截至目前,该园区学生体质测试合格率提升至98%,优良率提升15%。

AI(人工智能)等新技术正成为体育教育提质增效的新路径。广东鼓励和支持有条件的学校增设数字化、智能化活动区域,实现AI赋能学生日常体育锻炼。

作为空间不足的城中村学校,河源市源城区东埔小学不仅将操场、走廊、架空层等规划为多个“微型运动场”,让跳绳、踢毽等小型活动随时随地开展,还引入AI智慧体育设备,以数据驱动精准教学,实施一生一策的个性化辅导。两年来,该校学生日均活动时长超120分钟,学生体质健康测试优良率提升近15%,在2025年河源市首届中小师生跳绳锦标赛中斩获多项金奖。

华南师范大学附属小学构建了“双线协同·三力驱动”综合育人模式,以数智技术为引擎,引入“AI小站”、智慧长跑系统等,实时监测学生运动数据,让每个孩子的进步“看得见”。以数智支撑实现“学、练、赛、评”精准化,并通过智慧体育平台,将课堂延伸至家庭和社区,让锻炼“不断线”。

多元赛事活动点亮校园

有了时间、场地和师资,如何让学生真正爱运动、会运动?广州市荔湾区林凤娥小学作出了自己的尝试。每年春季,该校历时两个月的“LCBA班级篮球联赛”都会如期打响。联赛设有两项规则,分别是以“五人一组、每节换组”确保绝大多数学生都能上场,并设置“投篮加分赛”,让暂未上场的学生也能为班级出力加分。该校还同步组织“教师家长联赛”,全学科老师、各班家长全员组队参赛。校园里出现了“白天学生赛、晚上家长赛”的场面,体育成为联结家校、凝聚班级的纽带。体育课推行“常规赛”模式,每节课10—15分钟实战;大课间成为“备赛时段”,设置1对1、3对3练习;课后则通过社团和校队训练直接对接各级赛事,每天两小时体育活动自然贯通。

不只林凤娥小学,以活动激发兴趣、以赛事凝聚合力,正在成为广东各地学校的共同实践。广东从丰富活动形式入手,通过创新不断丰富课间“微运动”内容和形式,让运动变得更有趣,引导学生课间走出教室、走向操场、走进阳光。

佛山市顺德区玉成小学将上下两个学期设为集中竞赛季,确保赛事活动贯穿学年,赛事涵盖班级内部赛、年级联赛、校级锦标赛及校际邀请赛,囊括足球、篮球、羽毛球、击剑等品类,兼顾传统竞技与智力体育,满足学生多样化的兴趣选择。

广州市增城区凤凰城中英文学校打造“特色大课间+课间微运动”体育活动体系,40分钟大课间既有集体活动,也有分组趣味游戏。而在15分钟的课间里,跳房子、抓石子、转呼啦圈等活动让走廊、教室变成孩子的“能量站”。近年来,该校学生体育活动参与率达100%,课间微运动主动参与率超95%。

面向未来,广东将以务实作风、创新举措扎实推进学校体育改革,切实增强学生体质,促进学生身心健康、体魄强健,让广大青少年学生“头上有汗、身上有劲、脸上有笑、眼中有光、心中有家国”。

2026北京文化论坛 将于9月22日至23日在北京举办

经国务院批准,由中共中央宣传部、中共北京市委、北京市人民政府共同主办的2026北京文化论坛,将于9月22日至23日在北京举办。

2026北京文化论坛将以习近平文化思想为引领,深入贯彻习近平总书记致北京文化论坛贺信精神,以“传承·创新·互鉴”为永久主题,以“文化遗产与文明互鉴”为年度主题,立足国家级、国际性、学术化定位,邀请国内外重要嘉宾加强研讨交流,深化国际合作,凝聚全球共识,搭建了解中华文化的重要窗口,践行全球文明倡议的重要平台,促进国际文化交流合作的重要渠道,为服务社会主义文化强国建设和推动构建人类命运共同体注入深厚持久的文化力量。

本届论坛包括主论坛、5场平行论坛、6场专业沙龙以及北京文化论坛会客厅常态化活动,中外嘉宾将聚焦文化遗产与文明互鉴,围绕文化遗产系统性保护、文化遗产保护国际合作、城市化进程中的古都保护、文化遗产与文艺创作、文化遗产保护传承与青年参与等议题开展深入交流,为推动文化遗产保护传承与促进文明交流互鉴汇聚智慧力量。

据悉,论坛将邀请国内外知名专家学者、世界知名文化机构代表、头部文化企业代表、文化名人、行业领军人物等约600名中外嘉宾出席。论坛还将举办重要成果发布专场活动、文化产业投资人大会等配套活动。

(据9月4日《光明日报》董城)

“大爱正心·善行宁夏” 公益活动在银川启幕

本报讯(贺紫瑞)9月3日,“大爱正心·善行宁夏”主题公益活动在宁夏银川市西夏区启幕。本次活动聚焦困境先心病儿童救助这一主线,将慈善宣传与闽宁协作30年帮扶成果展示有机融合,把关怀投向困境先心病儿童、一线医务工作者及深耕基层的公益爱心人士,通过务实救助、成果巡礼、榜样宣讲等多种形式,多维度传递向上向善的社会力量。

30年来,闽宁两地山海同心、携手共进,既实现了乡村面貌的巨大变迁,也厚植起扎根民生沃土的慈善力量。慈善榜样与闽宁协作亲历者依次登台,分享亲身经历,生动讲述持之以恒的公益坚守,诠释跨越山海的协作温情。

活动现场,众多知名艺术家登台以艺传善,用歌曲演唱、公益朗诵、情景讲述等方式,抒发对困境患病儿童的真切牵挂,送上美好祝福。在公益捐助环节,不少先心病患儿获得手术救助名额。同时,数十家爱心企业、爱心单位积极响应、慷慨奉献,现场捐赠现金及物资总价值超4200万元。

愿做一束光 照亮孩子们的回家路

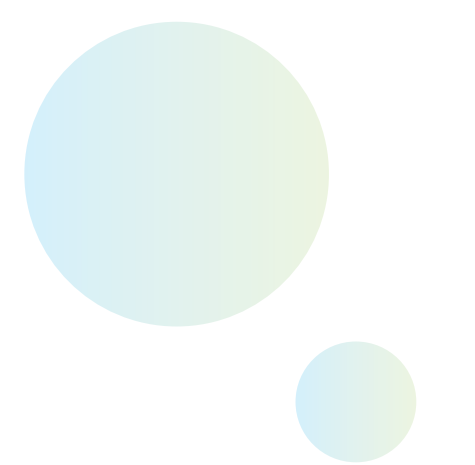
(上接1版)

寻人路上有团圆的喜悦,也有无尽的遗憾。“8月26日,我发布了一名2岁男孩在贵州松桃某幼儿园走失的信息。当天就得到消息,孩子在附近河流溺水身亡了。”刘洪海叹了口气说,“这种事经常发生,每次都让我心里堵得慌,连饭都吃不下。”

一个人的力量终究有限,但刘洪海并不孤单。刘洪海的五金店隔壁是一家卤菜店,这家店的老板刘盛莲自2023年底起便跟着他学剪辑,如今也拥有了十几万粉丝,成了他最默契的“寻人战友”。在刘洪海的影响下,全职妈妈、工人、小店主等也纷纷加入,大家自发组建了“缘寻人工作室创作者沟通群”。如今,已经有广西、江西、山东、广东、上海等地的人加入这支队伍。“多一个人,就多一份力量。加入的人越多,孩子找到的概率就越大。”刘洪海说。

刘洪海的公益善举也获得了社会的认可。2025年,杭州市上城区挂牌成立了“刘洪海寻人工作室”,还将刘洪海的店铺租金从3万元减至1万元。此外,刘洪海还先后获评“杭州好人”与“杭州市道德模范”。

刘洪海从不收红包,家属寄来的锦旗,他这两年实在推不掉,才收了下来。如今,刘洪海的五金店挂满了锦旗。“只要还有孩子走失,我就一直做下去,愿天下无事,家家团圆。”刘洪海表示,他愿意一直做那束光,照亮孩子们回家的路。



古村“晒秋”

初秋,在四川省广安市邻水县城北镇的古村落,村民们趁着晴好天气,将收获的玉米、辣椒晾晒在院坝里,色彩鲜艳的农作物与青瓦木墙的古村落相互映衬,成为秋日里一道亮丽的乡村景观。图为9月2日,城北镇全垭村村民在晒场上晾晒玉米和辣椒。

张国盛 摄



第九届贵州省道德模范先进事迹巡讲活动走进贵州警察学院

榜样故事浸润“开学第一课”

◎ 张良胜

“选择了当警察,就是选择了奉献。”“我淋过雨,所以格外想为别人撑起一把伞。”

台上,从画影追凶到火场救人,从十四载坚守公益初心到守护万家灯火,历久弥新的榜样精神在传递;台下,红了眼眶,起身鼓掌,青年学子感受着心灵触动与精神洗礼。一场60分钟的道德模范先进事迹巡讲,掌声经久不息。

9月2日下午2时30分,“德耀贵州·黔”行力量”第九届贵州省道德模范先进事迹巡讲活动(第三场)走进贵州警察学院,为该校青年

学生带来“开学第一课”。第九届全国道德模范提名奖获得者龙福刚,第九届贵州省道德模范代表朱允宏、汤志刚、蒙凤黎及同事代表等先后登台分享。

“我们多一分努力,群众就少一个被骗!哪怕能护住一名群众的财物,也值得。”朱允宏自2005年从警以来,钻研总结出的“模拟画像二八战法”,在记忆碎片中提取嫌疑人真容,画像相似度稳定保持在70%以上。一次听闻,在中缅边境的境外电信诈骗园区每得手一单,便燃放烟花庆祝,黑夜被烟火照亮,这一幕深深刺痛了他。不愿止步画像破案的朱允宏主动跳出舒适

区,从“图战”扩展到“心战”,投身全民反诈工作。话音落下,掌声四起。

掌声,是发自内心的致敬!

台下,学生胡昊宇双手拍得通红。当听到蒙凤黎在休假期间,没有队友集结、没有全套防护、没有专业装备,毅然冲进火场深处救出昏迷的孩子时,胡昊宇在笔记本上写下“见义勇为、舍生忘死”。

随着响起的掌声,汤志刚声音哽咽,道出了自己的公益初心:2002年,考上黔西南民族师范高等专科学校的他,因家境窘迫无奈放弃。那时他便暗下决心,尽力不让山里孩子重

复自己的遗憾。身后的大屏幕上,是在他资助下考上大学的一张孩子的笑脸。

灯光亮起,朱允宏再次登台。结合当下电信网络诈骗新套路,他围绕电诈定义、常见骗局类型、防范要点等开展现场宣讲,同学们踊跃互动,现场掌声一浪高过一浪。

“没有宏大空洞的口号,全是真实鲜活的经历。扎根群山29年守护电网安全的龙福刚,让我懂得,平凡坚守,亦可铸就不凡。”下午3时30分,巡讲活动落幕,听众陆续离场。学生吴金龙仍在回味:“原来榜样的力量,看得见、学得到。”