

习近平总书记关切事 · 关键小事

让“小胖墩”“小眼镜”少一些

■新华社记者 董素玉 叶前 魏梦佳

清风和畅，阳光洒满校园。上午大课间，节奏明快的音乐响起，北京市八一学校的学生们冲出教室，开始集体“阳光跑”。

这场学校组织的跑步活动每天一次，6000多名学生参与其中。

“一开始不太想跑，从两圈慢跑跑到三圈，后来确实感觉身体素质好了。”15岁的初三学生李悦含说，“跑起来、动起来后，心情也好了，整个人放松了。”

“体育锻炼要从小抓起”“要让孩子们跑起来”……青少年的身心健康牵动着习近平总书记的心。在多地考察时，总书记时常询问学生体育锻炼的情况，关心“小胖墩”“小眼镜”怎么样，强调“要树立健康第一的教育理念”“促进学生身心健康、全面发展”。

“体育锻炼多一些，‘小胖墩’、‘小眼镜’就少一些”

在北京市八一学校，任教已37年的体育教师黄虹，对近年来课表上的变化，看得最清楚：
初中体育课从一周4节加到5节；
高中体育课从一周2节加到3节；
义务教育阶段的课间从10分钟延长到15分钟；
武术、击剑、飞镖、抖空竹、拳击……陆续增加了十余门选修课，让每个学生都能找到热爱的运动。

“健康是第一位的，我们要把校园的运动氛围营造起来。”黄虹说。

青少年的体魄与精神，关乎国家和民族的未来。然而，课业繁重、运动不足、沉迷电子产品等因素，影响青少年健康，也让“小胖墩”“小眼镜”的问题成为社会隐忧。

2016年教师节前夕，习近平总书记回母校北京市八一学校考察，专门到操场上看一看。

“50多年前我就在这个地方踢过球。”看到小足球队员进行带球过人训练，总书记笑着对孩子们说，“看我现在身体这么好，都是小时候体育运动打下的基础。德智体美要全面发展，其中体育对陶冶性情、历练意志有重要作用。”

2023年5月31日，习近平总书记走进北京育英学校，看望慰问师生。“现在生活条件好了，孩子们不是要吃得多，而是要长得壮壮的、练得棒棒的。体育锻炼要从小抓起，体育锻炼多一些，‘小胖墩’、‘小眼镜’就少一些。”总书记说。

在总书记的关怀下，一场校园“健康保卫战”全面推开。《教育强国建设规划纲要（2024—2035年）》明确：落实健康第一教育理念，实施学生体质强健计划，中小学生学习体育锻炼时间不低于2小时。今年的政府工作报告也提出，“促进学生身心健康、全面发展”。每天运动2小时，正成为各地校园的生活日常。

北京义务教育阶段推行每天一节体育课，打造人人参与的“班超”联赛；福建把改建或新建青少年运动健身中心、实施青少年校园足球提质工程等纳入省委、省政府为民办实事项目清单；重庆出台促进学生体质健康十条措施，保障学生体育锻炼时间，打造家校共育矩阵……

“这几年能明显感受到，整个国家和社会，学校和家、都对体育教育、学生健康更重视、更投入了。”北京市八一学校校长王华蓓说。

贯通基础课、课间操、课后锻炼，确保每天运动至少2小时；班班有队伍、周周有比赛、人人能参与的“班超”联赛点燃体育热情；每年的体育节活动至少设50个体育项目，覆盖师生6000人次，成为学校“造星”舞台；老师们自编体育健康手册，将学校运动融入教学……在北京市八一学校，体育生态蔚然成风。

黄虹说，在过去，一些孩子跑完800米、1000米就坐在地上起不来了；这两三年，孩子们基本都能坚持下来，到终点后还能再往前走一段，进步很大。对跑两圈就喘的“小胖墩”，学校还专门开设“体能班”，自编武术操，带着孩子们一起科学锻炼，现在多数都能达标了。

让“抬头看看远方”成为孩子日常习惯

在陕西省安康市平利县老县镇中心小学，“智慧体育屏”很受同学们欢迎。跑步、跳绳的数据实时显示，大家围着它比速度、拼实力，欢呼声阵阵。

“这比单纯跑步有意思，同学们都更想挑战了。”正在体验的六年级学生张君浩说。

6年前，习近平总书记来到这所小学。老县镇中心小学校长吴锦鹏至今仍清楚记得，总书记考察时对“小眼镜”的牵挂。总书记说：“现在孩子普遍眼镜化，这是我的隐忧。还有身体的健康程度，由于体育锻炼少，有所下降。”

青少年近视率居高不下、近视低龄化、重度化日益严重，成为我国面临的严峻挑战。增加户外锻炼、减轻学业负担、纠正不良用眼行为、定期开展视力监测筛查……近年来，各地持续发力加强青少年近视防控，国家系列政策组合拳密集出台、落地见效。学校、家庭、医疗机构等共同发力，共同呵护好孩子们的眼睛。

吴锦鹏说，为了减少“小眼镜”，这几年在国家和地方政策指导下，学校想了不少办法。低年级配坐姿矫正器；教室换成护眼灯；设立近视防控教室、视力保健室……系列措施下来，学生近视率比5年前下降了3个百分点。

学生课业负担重，客观上增加了“小眼镜”发生率。平利县教育体育局局长王光满说，为推动青少年文化学习和体育锻炼协调发展，2025年开始，当地将学校考核中学生的比重从40%降到30%。

“作业少了，孩子有更多时间去户外，精气神更好，笑容也多了。”老县镇中心小学校学生家长张珍珍说，家里也和学

校一起控制电子产品的使用，让读一会儿书就“抬头看看远方”成为孩子的日常习惯，时时提醒“护眼”，孩子视力一直良好。

从“分数第一”到“健康第一”，折射出教育理念的变迁。教育部公布的最新监测数据显示，全国大中小学学生体质健康总体优良率不断提升，学生总体近视率实现“四连降”。

全方位守护让孩子们更健康

在青海果洛西宁市民族中学的操场上，足球队员们奔跑传球，汗水浸透了球衣。高二学生仁登嘉措正和队友们热身训练。

“很多同学都在牧区草原长大，足球运动参与度高，深受大家喜爱。”他笑着说，去年学校邀请上海足协教练共同参与校足球队选拔，正式组建了足球队，经过系统授课与专业训练，大家的体能、耐力明显提升。

丰富的体育社团活动，让更多学生爱上运动。初二学生朵桑加加入空手道和排球社团一年，体能变好、感冒变少了，性格也变得开朗。“放假回家，爸妈看到我的变化，都特别高兴。”他说。

足球、篮球、乒乓球、啦啦操、轮滑、武术……多地中小学深耕特色体育社团，丰富了校园体育业态，个性化的健身方式，激发自主运动兴趣，让孩子们从“要我运动”变为“我要运动”，体育运动氛围日渐浓厚。

体质提升，不仅要动起来，还要吃得健康。

2024年6月18日，习近平总书记来到果洛西宁市民族中学。走到菜谱前，细看菜价，总书记叮嘱道：“孩子们正是长身体的时候。一定要注意饮食卫生。首先是原料采购，一定要是合格的、没有问题、安全的。然后储藏的过程、制作的过程都要注意卫生。在这个基础上饭菜可口，让孩子们吃得营养健康。”

牦牛肉煎饺、土豆烧牛腩……正值饭点，学校食堂内，菜香扑鼻，同学们正围坐在一起大快朵颐。学校食堂负责人徐开俭说，现在，学校有专业营养师配餐，每天都不重样，学生平价消费就能吃饱吃好，“少盐少糖少油炸，我们要让孩子们吃得健康、长得结实”。

从首都北京到中原腹地，再到西部山区，从教育理念到课程设置，再到社团活动、营养膳食、行为习惯，全方位的守护，让“小胖墩”“小眼镜”少一些，也让孩子们更健康、更有活力。

“当前，增强学生体质、降低近视率在实际工作中还面临很多挑战。学校、家庭、社会要一起努力，才能让‘健康第一’真正深入人心，成为全社会的共识。”王华蓓说。

“孩子们成长得更好，是我们最大的心愿。”习近平总书记的话指引方向。守护青少年健康的教育之变，愈发点亮孩子们追光而行、乘风破浪的成长梦想。

新华社北京5月31日电

我市发挥“五老”作用工作联席会议召开

本报济宁讯(全媒体记者 王黎)近日，我市发挥“五老”作用工作联席会议召开。市关工委主任步士金主持。市人大常委会副主任马树华，副市长李丽，市政协副主席、市关工委副主任任震霖分别讲话。

会上，传达了市委、市人民政府主要领导批示，市直有关部门、县区分管负责同志作交流发言。

会议指出，联席会议各成员单位要对照年度工作要点逐项落实，推动关工委工作与部门工作“两不误、两促进”。要广泛吸纳更多老同志加入关心下一代队伍，常态化开展青少年思想引领、关爱帮扶、法治教育、家风家教培育活动。要发挥职能优势，持续巩固提升“党委统一领导、党政齐抓共管、关工委主动作为、有关部门积极配合、社会各界广泛参与”工作格局。要在活动载体、服务方式、参与覆盖面等方面守正创新、务求实效，推动全市关心下一代工作不断迈上新台阶。

市关工委常务副主任许向农、商建设、李海洋、秦绍忠、倪丽君，市关工委常务副主任兼秘书长贺雷出席会议。

筑牢安全生产 防线

“五分钟”消防宣讲入脑又入心

本报济宁讯(通讯员 高德雨)近日，济宁市消防救援支队结合全市火灾防控实际，全域常态化开展“五分钟”消防宣讲活动。活动以简短通俗、贴合实操的宣讲模式普及消防知识，有效拓宽宣传覆盖面、提升宣传精准度，持续提升全民消防素养，夯实社会面火灾防控基础。

济宁市消防救援支队将精准宣讲融入日常消防监督检查工作。在鱼台县，消防监督员面向单位消防安全负责人及一线员工，重点讲解用火用电管理、消防设施维保、隐患排查整改等核心内容，现场示范消防器材规范操作，将专业法规和技术要点转化为简单易学方法，切实压实企业消防安全主体责任。同时，济宁市消防救援支队深耕基层网格开展互动式便民宣讲，聚焦小区、村居一线开展便民服务宣讲。在微山县居民小区，宣传人员针对家庭消防短板和器材使用误区，围绕灭火器操作、户外用火安全、家庭“三清三关”等内容，现场示范教学、组织群众实操，手把手纠正不规范操作，让群众熟练掌握实用应急技能。

此外，济宁市消防救援支队依托火场实景开展沉浸式警示教育，把火灾现场转化为实景宣教课堂。在曲阜市，消防救援人员处置火情后，就地组织周边商户、居民开展现场宣讲，复盘火灾诱因、火势蔓延特点及处置要点，普及初期火灾扑救、火场疏散逃生、用火用电用气安全等实用知识，让群众直观感知火灾危害。

权威发布

我市“绿丝带”爱心送考护考志愿服务行动温暖启航

本报济宁讯(全媒体记者 肖珊)近日，济宁市人民政府新闻办公室召开2026年“绿丝带”爱心送考护考志愿服务行动新闻发布会，介绍相关情况。

记者在发布会上获悉，自2010年首届“绿丝带”爱心送考护考志愿服务行动启动以来，这抹温暖的绿色已在市传递了17年，成为城市文明的一张亮丽名片。今年，我市将继续围绕“随手志愿 爱心护考”主题，组织开展2026年“绿丝带”爱心送考护考志愿服务行动。

高考期间，我市将在考点周边、重点路段和部分社区设置“绿丝带”志愿服务点，提供必要的助考服务。广大考生可凭准考证免费乘坐系有“绿丝带”的公交车、出租车等爱心车辆。如遇突发或紧急情况，可向考点周边执勤交警求助，系有“绿丝带”的警车将第一时间为考生提供应急保障。我市还将通过物业部门，设置“绿丝带”社区服务点，面向考生家庭发放“绿丝带”，并提供爱心助考服务。

市交通运输局统筹调度城区出租汽车企业、城市公交运营企业，严格遴选从业素养高、服务口碑好、驾驶技艺精湛的驾驶员参与本次公益送考，目前，城区600余名出租车驾驶员已主动报名加入送考队伍。城区93条公交线路、860余辆公交车统一配发“绿丝带”标识。同时，提前向驾驶员推送各考点点位及周边路况，依托车载终端、调度平台实时发布通行信息，科学规划行驶路线，避开拥堵路段。针对高考早高峰特点，考点周边出租车提前2小时加大巡游频次，鼓励驾驶员主动寻找持准考证的考生，提供“点对点”免费送考服务；指导公交运营企业对考点沿线线路加密班次、缩短间隔，高峰时段增派机动运力，全方位保障考生出行顺畅、准时赴考。

为营造安全、畅通、安静的考试环境，市公安局交通管理支队已提前对全市各考点及周边道路进行了多轮踏勘，逐一制定“一点一策”疏导方案。考试期间，将在每个考点及沿线关键路口增派警力，加强指挥疏导，确保送考车辆快速、有序通行。在交通管制方面，考试期间，将对考点周边部分路段实施临时管制，除送考车辆、应急抢险和特种作业车辆外，限制其他机动车通行。同时，将提前发布管制通告及绕行提示，规范设置引导标志和隔离设施，并严查“闯禁”、鸣笛等行为，最大限度减少交通噪音对考场的影响。此外，将持续强化考点周边巡逻管控，维护交通设施正常运行。每个考点均部署交警、辅警、志愿者和巡邏车，遇考生忘带证件、走错考点、突发疾病等紧急情况，第一时间提供警车护送、接力救助等服务。

(上接1版C)“济港通”平台通过沿运河敷设406千米光纤传输网络，新建北斗、雷达、航标遥测、水位采集、视频监控等350余套感知传输设备，建设运行183公里数字化航道，实现航道、港口、船舶、船舶全程可视化动态管理，形成全省内河第一张水陆融合电子航道图。

“基于这些信息化基础设施，我们中心配套研发了33套软件系统，打造了集视频监控感知、数据综合分析、船舶通航服务、水运物流服务等功能于一体的济宁智慧港航管理与服务体系，实现92项业务“一网通办”，为水运企业和广大船员提供了一站式信息服务。”济宁市港航事业发展中心调度监测部冯秀川介绍，借助智慧系统的落地应用，中心通过数字化手段赋能港航物流发展，用智慧化建设护航济宁内河航运安全高效、绿色畅通。

7273辆新能源车从江苏南通出海欧洲



5月29日，江苏启东边检站民警对等待装船的车辆进行检查(无人机照片)。

5月31日，在启东出入境边防检查站等单位高效保障下，装载7273辆新能源汽车的比亚迪“济南号”滚装船从江苏南通港启航，直发意大利、西班牙等欧洲国家。这标志着江苏南通正式具备大规模商品小汽车出口能力，为我国新能源汽车出海开辟了一条新通道。

据介绍，这些车辆由合肥、西安、常州、镇江等多地经铁路、公路集结至洋吕铁路物流基地，以海铁联运模式出口，全面实现公、铁、水一体化多式联运新格局。

■新华社记者 季鹏 摄

梁山县老年大学让传统文化成为老年人的“心灵良方”

本报梁山讯(通讯员 耿炎)“退休后，现在我每周给社区的孩子们讲讲水浒故事，感觉教师的价值又回来了。”日前，梁山县退休教师刘春常的一席话，道出了许多老年人的心声。在梁山县老年大学，像他这样重拾生活热情的学员越来越多。

针对价值失落、孤独焦虑、社交萎缩等老年群体常见问题，近年来，梁山县老年大学探索出一条独特路径：将中华优秀传统文化的创造性转化、创新性发展，与老年心理教育有机融合，让文化成为滋养老年人内心世界的一剂良方。

用传统智慧回应现实需求，梁山县老年大学设计了三大课程模块。在“智慧人生”认知重塑模块中，教师们将儒家“修身齐家”、道家“知足常乐”等思想转化为生动的工作坊，通过“古今智慧对话”，引导学员重新发现老年阶段的生命价值。“心安之处”情绪调适模块则活用莲花落、民间剪纸等本地民俗艺术。学员李苗青在“家书疗愈”活动中，写给逝去亲人的心里融入了家乡的送别意象，完成了深度的自我疗愈。“和乐融融”人际联结模块创新了传

统礼仪实践。学校设计的“新邻里礼仪实践课”和“代际桥梁”项目，组织老年人走进中小学，开展“爷爷奶奶讲水浒”“传统手工剪纸课堂”，让老有所为有了实实在在的舞台。

课程效果如何？数据给出了答案：超过75%的学员对“老年价值”有了更积极的认知。学员们自发形成了“老友读书会”“心情驿站”等互助网络，群体凝聚力显著增强。

更可喜的是，老年人正从课程的受益者转变为社区文化建设的积极参与者。他们改编的“老年版”莲花落唱出了退休生活的感悟，在社区广受欢迎。截至目前，累计开展各类心理主题活动20余场，受益学员及居民超过1500人次。

“我们希望能让老年大学真正成为传承文脉、安顿心灵的文化场域。”梁山县老年大学校长陈昌涛表示，学校还将加强与高校心理学、民俗学专家联动，并联动社区、博物馆、文旅部门，为学员创新成果提供展示平台，力求形成“学习赋能—心理成长—服务社区—反馈提升”的良性循环，让更多老年人不仅老有所学、老有所乐，更能老有所为、老有所获。

普法在行动



近日，邹城市举办“典”亮童心 法律伴成长”民法典宣传月暨法治童谣推广活动，以童谣演唱、快板、歌舞、知识问答等形式，将法治精神融入文艺表演，让民法典根植学生心田。图为接驾山小学学生表演快板《听我说说法》。

■济宁日报全媒体记者 刘项清 通讯员 张成 王铭晨 摄

(上接1版A)文章指出，要坚持以科技创新为引领。科技突破的程度，很大程度上决定未来产业发展的速度、广度、深度。要充分发挥新型举国体制优势，坚持“产业出题、科技答题”，大力提升科技支撑引领能力。加大重点领域关键核心技术攻关力度，加强基础研究战略性、前瞻性、体系化布局，加快科技成果转化应用。

文章指出，要发挥企业主体作用。企业是创新的主体，很多未来产业的兴起是靠企业一步步突破带动的。要推动各类创新资源向企业集聚，大力培育核心技术领先、创新能力强的科技领军企业和高新技术企业。支持中央企业结合主责主业发展未来产业，提升核心竞争力。强化公共服务供给，培育一大批科技型中小企业、专精特新企业、单项冠军企业、独角兽企业。

文章指出，要营造良好政策环境。未来产业培育周期长、市场风险大，政策上要大力支持，政府要做好服务。要完善财税等政策，大力发展科技金融，优化政府采购等政策。全方位做好人才培养、引进、使用工作，在全社会营造鼓励创新的浓厚氛围，充分调动人才创新创业积极性。

文章指出，要健全治理体系。未来产业发展涉及面广，必须加强协同治理，统筹发展和安全，探索科学有效的监管方式，构建技术监测、风险预警、应急响应体系，确保既“放得活”又“管得好”。不断深化国际合作，努力推动各方标准共建、规则共商、产业共赢。

文章强调，未来产业技术迭代快、影响因素多、决策风险大，对我们的领导能力和治理水平提出了更高要求。各级领导干部要切实加强科技前沿知识学习，提高专业化能力，努力做到知科技、懂产业、善决策。

(上接1版B)要扛牢使命任务，始终聚焦服务大局，密切联系群众、坚持依法履职，为强市建设添砖加瓦、凝聚合力。要树好自身形象，在遵规守纪上作表率，在能力提升上求实效，以优良作风推动人大工作高质量发展。

本次学习班主题鲜明、内容丰富，邀请市直有关部门主要负责同志、专家学者围绕“十五五”规划、工业经济、文化旅游、乡村振兴、树立和践行正确政绩观等主题进行专题授课，并开展集中视察和履职交流。

部分市人大代表，各县市区人大常委会主任及代表工委主任，市人大各专门委员会主任委员，市人大常委会各工作部门主要负责人等参加学习。