

以“体”育人 构建美好校园新景象

——全省各地中小学加强体育工作记事

本报记者 刘晓娟

德智体美劳，事关学生全面发展，一个都不能少。作为教育体系当中不可或缺的一环，学校体育是青少年健康成长、全面发展的关键。

日前，省教育厅发布进一步加强义务教育阶段学校体育工作的通知，提出“课间延长至15分钟”和“每天开设一节体育课或体活课”、“保证学生每天在校室外体育活动不低于两小时的工作要求，促进学生身心健康全面发展。连日来，全省各地中小学学校积极响应，科学部署，全面落实相关要求，在课间活动设计上花足心思，在体育课程教学上下足功夫，在特色体育活动和体育赛事开展上持续加强……让学生身上有汗、眼里有光的美好理想在全省各地中小學生身上变成现实。

多彩“课间一刻钟” 引领学生“动起来”

叮铃铃，随着下课铃声响起，长春外国语学校的校园开始欢腾起来，竹竿舞、喊数抱团、抱球接力、搏击操……孩子们尽情拥抱阳光下的课间时光。

为了让学生在课间15分钟玩得充实、玩得有趣，长春外国语学校开展了多种多样的体育游戏。“在冬季，我们组织学生开展堆雪人、踢毽子、跳绳、打沙包、篮球、冰雪健身操等活动。在夏季学期，我们和学生一起玩翻花绳、拍手游戏、猜拳踢起、贴人、‘捕鱼’、飞翔的排球、拳击操等游戏。”长春外国语学校艺术体育中心副主任官宇说，这些活动不仅活跃了课间氛围，更增进了学生们之间的友谊，同时达到了锻炼身体的目的。

课间延长至15分钟，多出来的5分钟干什么？

长春汽车经济技术开发区实验小学聚焦“玩什么”我来定、“去哪儿玩”分区域、“怎么玩”有保障三个维度，在“课间一刻钟”上花心思、下功夫。

长春汽车经济技术开发区实验小学党支

部书记、校长刘晓燕介绍，在政策正式实行前，学校以调查问卷的形式，收集学生、家长及教师意见，推出了师生喜闻乐见的休闲体育类、探索发现类、提升素养类、实践动手类、社交互动类五大类课间活动项目，孩子们可自主选择喜欢的课间活动。

长春市第五十二中学本着低年级侧重趣味游戏、高年级侧重益智挑战的原则，为低年级学生设计了丢沙包、踢口袋、老鹰捉小鸡、跳房子、跳格子等游戏，在低年级开展了篮球、足球、排球、跳大绳、跳小绳、旱地冰球等运动。

“学校以班级为单位，采取体育特色活动与艺术特色活动相结合的方式，在全校72个班级设置七大类140余项体育艺术项目，形成了‘一班一品牌、一班一特色’的特色课间活动。”长春博硕学校校长宋戈表示，特色活动不仅丰富了学生课间生活，还增强了班级凝聚力，形成了积极向上的班级氛围。

如何在“小”场地玩转“大”课间？长春汽车经济技术开发区实验小学从“场、馆、厅”三个方面拓展运动空间，提高各场馆、场地、学校厅廊使用效能。长春市第五十二中学在操场设置了篮球场、足球场、排球场、旱地冰球活动区，在草坪中间规划出跳大绳、跳皮筋儿区，在校园跑道上开辟了跳小绳、丢沙包、跳房子等活动场地，保证学生活动需求。

如今，课间延长至15分钟后，学生有了更充裕的时间和空间，可以更愉快地投入到每一次奔跑跳跃中。

体育课程“天天见” 身心健康看得见

每天一节体育课，上什么内容最关键。长春外国语学校每周开展长跑和实心球等耐力与力量训练，周二进行短跑和跳绳等速度与灵敏训练，周三开展体前屈和球类等柔韧与协调性训练，周四开展蛙跳和仰卧起坐等综合体能训练，周五进行中考项目模拟测试与体育技能总结巩固……天天不重样，

节节有主题，创新性的课程设计和授课形式满足了学生对优质丰富体育资源的需求。

每天一节体育课，“保质”是基础，还要在“保质”上下功夫。

今年新学期开始后，梅河口市解放街中心校同样实行了“体育选项走班制”教学，组织学生开展轮滑、跳绳、篮球等体育活动，满足学生的运动兴趣和专项化发展需求。

与此同时，长春博硕学校将15分钟课间活动与体育课教学紧密结合起来，在低年级开设篮球、足球游戏，中高年级开展“足篮排”球大单元教学。长春博硕学校校长宋戈说：“这样的设置，不仅保证体育课‘天天见’，还能玩出新花样，让孩子们放松身心、增强体质。”

进入冬季，梅河口市湾龙学校将校门口的荷花池打造成了天然滑冰场，学校利用得天独厚的资源组织孩子们开展抽冰嘎、拉爬犁、滑冰等活动，保障学生上好“每天一节体育课”。

长春市第一〇八学校校长王宗娟介绍，目前，学校开发完成了“体育理论课程、拉伸专项课程、上下肢力量课程、冰雪技能基础课程”四大类课程，保障冬季“每天一节体育课”的正常实施。

实施“每天一节体育课”，体育教师师资得跟上。梅河口市教育局相关负责人介绍，全市开展体育教师招聘，积极盘活现有教师资源，鼓励教师通过“走教”“轮岗”“转岗”等方式参与体育课教学。同时通过增设体育教练员岗位，引进高水平运动员和退役运动员到学校任教，开展专业培训等方式，提升体育教师专业化水平，为开齐开足体育课提供师资保障。

体育课开得好不好，学生最有发言权。长春外国语学校初二12班学生丛爱说：“每次上完体育课，疲惫之感就会一扫而光，学习精力更加充沛。”“每天都能上体育课，让我有更多的时间锻炼身体、释放压力。”长春外国

语学校初二8班学生李郁怡说。

体育运动不断“扩容” 助力学生全面发展

体育锻炼多一些，“小胖墩”“小眼镜”就会少一些，各学校不断丰富体育运动载体，让学生在运动中增强体质、掌握技能、锤炼意志、塑造品格。

长春外国语学校组建了女足、女篮、男篮以及啦啦操等特色体育运动队伍，每学期组织各类校内运动比赛6次以上，每名學生至少参加两次比赛，学生参与度达到100%。多样化的体育运动，让每一名学生都能掌握两到三种运动技能，在每年体育中考体育测试中，学生优秀率达到90%以上，综合素质全面提升。

长春市第一〇八学校利用标准化的体育场馆，在3至5年级开设游泳课程，通过训练，每名学生在小学毕业时都能掌握两种泳姿的游泳技能，为学生体育中考培养了专项运动技能。

长春博硕学校利用课后服务时间开设了足球、篮球、田径、武术、陆地冲浪板、轮滑、羽毛球、乒乓球等20余门体育社团课程，并组建体育运动队，定期举办校园篮球赛、足球赛、拔河赛、跳绳比赛、跳大绳与小绳比赛等竞技赛事，学校众多学生凭借体育特长考入复旦大学、电子科技大学、吉林大学、福州大学等高等院校，实现了体育与学业的双丰收。

长春博硕学校校长宋戈表示，通过多种形式的体育锻炼，学生身体素质明显改善，体质健康测试优秀率和及格率大幅提升，同时培养了学生团队协作能力及坚韧不拔的毅力，为学生全面发展奠定了坚实基础。

丰富多彩的课间活动、精准的体育课程教学、精彩纷呈的体育赛事、独具特色的体育运动……在一个个朝气蓬勃的校园里，多元化的体育发展平台让学生综合素质稳步提升，教育的合力正在发挥着更积极的作用。

热雪沸腾·相约吉林

欢乐冰雪 共创未来

第十一届全国大众冰雪季吉林省分会场活动在松原启动

本报12月14日讯(王佳亮 记者张宽 董博 王学雷)今天上午，以“欢乐冰雪 共创未来”为主题的第十一届全国大众冰雪季吉林省分会场活动在松原市前郭县成吉思汗文化园启动。

上午10时，随着悠扬的音乐奏响，舞蹈演员们身着华服翩翩起舞。据松原市前郭县文旅局副局长杨航介绍，此次活动秉持“互进、绿色、人文”的理念，不仅设计了大众城市冰雪跑全民健身项目，还同步开展了雪地足球挑战赛、雪地气排球邀请赛、打唠唠冰球3项大众冰雪体育赛事活动和冰雪那达慕、大众冰雪体验活动，为群众参与冰雪运动创造便利条件，充分激发群众参与冰雪运动的热情。

在大众城市冰雪跑活动中，千余名来自各地的参赛选手身着颜色各异的运动装备，在3公里的环形赛道上奋力奔跑，形成一道可移动的绚丽彩虹。

雪地足球挑战赛和雪地气排球邀请赛同样吸引了众多运动爱好者参与。球员们你来我往，互不相让，每一个动作都充满激情与活力。尽管雪地增加了比赛难度，但球员们精湛的球技和默契的配合赢得了观众的阵阵喝彩。打唠唠冰球的现场同样热闹非凡。这是一项民族色彩浓郁的冰上项目。参与者每人手持一杆冰棍，追逐击打牛骸骨，不仅要抢占更多“地盘”，还要守住自己的“地盘”，趣味十足。

除了紧张激烈的体育赛事外，大众冰雪体验活动也备受青睐。市民们纷纷根据自己的喜好加入滑冰、冰上自行车、冰陀螺、冰爬犁等冰雪项目体验中，在冰雪世界里飞驰呐喊，欢笑不断。

近年来，松原市因地制宜，厚植冰雪优势，在推动“带动三亿人参与冰雪运动”上不断推陈出新。以基础的全民健身项目满足群众参与冰雪活动需求，以丰富的大众冰雪体育赛事激发群众参与冰雪活动热情，以亲民的大众冰雪体验活动提升整体参与感与获得感，依托冰雪运动打造冰雪旅游新业态，释放冰雪红利，持续推进“冰雪+赛事”“冰雪+运动”“冰雪+旅游”深度融合。

本次活动由国家体育总局主办，国家体育总局冬季运动管理中心、吉林省体育局、松原市人民政府承办，前郭县政府、吉林前郭查干湖旅游经济开发区管理委员会协办，查干湖生态旅游集团有限公司执行。这是全国大众冰雪季全国分会场首次落户松原。

2024—2025赛季全国越野滑雪锦标赛开滑

本报12月14日讯(记者张宽 付林楠)寒冬下的长白山银装素裹，美不胜收。今天，由国家体育总局冬季运动管理中心主办，吉林省体育局长白山高原冰雪训练基地承办的2024—2025赛季全国越野滑雪锦标赛在长白山高原冰雪训练基地鸣枪开赛。来自四川、河北、陕西、甘肃、青海、宁夏、吉林、天津等26个省(市、区)的321名运动员同场竞技。

在林海雪原中，蜿蜒起伏的赛道仿佛一条银色的巨龙盘卧在山腰，景色如画。选手们在起点处逐一出发。比赛过程中，他们运用蹬板、滑降、转弯等多项训练技术，在快速前进的过程中灵活切换，比赛充满了挑战性。记者了解到，作为体能竞技项目，越野滑雪被称为雪上马拉松，运动员训练和比赛中需要消耗极大体力。来自陕西的参赛选手对记者说：“今天天气很好，发挥得还算不错。长白山高原冰雪训练基地的环境，设施都是一流的，而且服务各方面都很到位，在高原比赛对体能是极致的考验，希望在这里能取得好成绩。”

越野滑雪历史悠久，是冬季运动的基础大项，地位可与夏季运动项目中的田径相媲美。从比赛的观赏性上来说，这项滑于山丘雪原的运动，既有静谧的雪中美景，也有火热的运动激情。“这里雪场条件非常好，温度很舒服，雪质也非常好，地形多变复杂，很适合训练和比赛。通过这次比赛，我们也在观察和选拔运动员，争取把最好的运动员选拔到国家队。”赛事组委会人员告诉记者。

本次比赛历时7天，设成年组和青年组两个组别，分为成年和青年男、女个人短距离(传统技术)、男、女20公里和50公里集体出发(传统技术)、男、女团体短距离(自由技术)等竞赛项目。

吉林国际高山/单板滑雪挑战赛长白山万达站开赛

本报12月14日讯(记者张政 姚思琦)今天，由中国滑雪协会指导、吉林省体育局主办的2024—2025吉林国际高山/单板滑雪挑战赛第二站在长白山万达国际滑雪场正式开赛。

作为吉林冰雪运动精品项目、冰雪产业示范项目和冰雪文化推广工程，吉林国际高山/单板滑雪挑战赛已成功举办多届，绝佳的赛事体验和优质的粉雪资源吸引着众多滑雪爱好者纷至沓来，共赴这场与冰雪的激情约会。

本届赛事自2024年11月持续至2025年1月，分别在吉林市、通化市、白山市、延边州及新疆阿勒泰地区举办，参赛选手将在高山滑雪大回转和单板滑雪平行大回转两个项目中展开角逐。赛事共设五站，前四站为分站赛，最后一站为总决赛。分站赛设置男子、女子双板和单板个人项目，总决赛按照分站赛的积分设置男子、女子双板和单板个人项目及俱乐部的混合团体项目。

经过激烈比拼，葛路顺、郭东分别在高山滑雪大回转男子、女子组比赛中脱颖而出夺得冠军。12月15日，长白山分站赛还将迎来男子、女子单板滑雪平行大回转的较量与对决。

值得一提的是，本站比赛特邀短道速滑奥运冠军李圣柔为雪友们进行领道试滑，还举办了展商互动、音乐表演、打卡互动赢好礼、抽奖等趣味十足的嘉年华活动，热爱冰雪运动的自媒体达人穿梭其中，与雪友们一起感受冰雪运动的魅力。

(新华社北京12月14日电)

“交换四季”情牵吉邕

南宁在吉林市举办城市宣传推广活动

本报12月14日讯(记者李婷 姜岸松)今天，广西南宁市在吉林市人民大剧院举办“邕抱老铁 交换冬天”城市宣传推广活动，并带来一场南宁·吉林“糯糯相约”文艺精品演出，让南宁绚丽的自然景观、丰富的民族文化、独特的人文风情全方位展现在吉林市民眼前。

在本次活动中，南宁市倾力推介“跟着演

唱会游南宁、研学游、康养游、浪漫夜南宁、南宁周边游”五大主题，尽显南国冬韵；吉林市也呈现了冰雪资源、雾凇奇观、文博亮点等北国特色。这一活动充分体现了两地文化交流的紧密、旅游资源的互补、合作空间的广阔。

吉林市集自然风光、历史名胜、红色遗址、城市风貌、乡村景观于一体，是一座极具

辨识度的浪漫之城、冰雪之城、文博之城、欢乐之城。今年初，南宁市“小砂糖橘”勇闯吉林，滑雪嬉冰对话星辰、夜游松江品味吉菜；吉林市也积极互动，“雾凇宝贝”畅玩八桂，界碑描红歌唱祖国、赴长桌宴跳竹竿舞。从此，两座座城市从“交换冬天”到“交换四季”，掀起了一波又一波广西老友与吉林老铁的双向奔

赴热潮，互推资源、互通商贸、互换游客日益频繁。由南宁市文旅部门大力推动，有三次越南旅行商和游客飞抵北国江城，南宁—长春、河内—上海—长春两条航线也即将于明年元旦后开通。

据介绍，面向未来，吉邕两地将打造季节穿越、民族融合、城市CP等新模式，促进两地文旅企业深度合作，筑牢文旅交流的“友谊桥”、商贸合作的“共同体”、对外开放的“桥头堡”，努力争创国家内循环经济、南北文旅融合、面向东南亚和东北亚开发开放的合作典范，共促两地互惠共赢、高质量发展，让一南一北两座“江城”站在更宽领域、更深层次、更高水平上，持续深化交流合作，携手共赢。

“红色合伙人”党建共建深化银保合作

本报讯(记者代黎黎)近日，兴业银行长春分行与中国太平洋财产保险股份有限公司吉林省分公司举行“红色合伙人”党建共建签约仪式，深化银保合作，共谋发展新篇。

兴业银行自扎根吉林以来，始终聚焦区域经济发展，践行金融为民使命，通过布局“五大新赛道”，倾力做好“五篇大文章”，不断加大金融支持力度，为服务吉林经济社会发展贡献着兴业力量。

以此次签约为契机，双方将以党建共建为纽带，携手并进，在综合金融领域深化合作，实现资源共享、优势互补，提升金融服务质效，共同探索高质量发展新模式。同时，在客户服务、金融创新、数字化转型等多个领域展开全面合作，实现资源互补、技术互助和要素互联，共同打造综合化的银保服务方案，更好地满足客户的多样化金融需求，推动银保合作迈向新的高度，为社会发展和民生福祉注入更强的金融动力。

近年来，农安县和谐街道良政社区积极完善社区综合养老服务，满足社区老人不同养老需求，进一步提升老年人幸福感、获得感。图为老人在社区活动室开展文艺活动。

本报记者 刘奕琪 李皎月 摄



“确保我国经济航船乘风破浪、行稳致远”

(上接第一版)

“守正创新、先立后破”——把握好“守正”与“创新”、“立”与“破”的内在逻辑，关键要做好新旧发展动能平稳连续转换。

“系统集成、协同配合”——这一政策取向，集中体现了习近平总书记反复强调的“坚持系统观念”。

面对复杂形势，各项政策只有打好“组合拳”，劲往一处使，才能更好发挥乘数效应。

加强财政、货币、就业、产业、区域、贸易、环保、监管等政策和改革开放举措的协调配合；把经济政策和非经济性政策统一纳入宏观政策取向一致性评估，统筹政策制定和执行全过程……

会议相关部署着力促进政策从“最初一公里”到“最后一公里”的衔接协同，提高政策整体效能。

推动标志性改革举措落地见效、扩大高

水平对外开放、有效防范化解重点领域风险、统筹推进新型城镇化和乡村全面振兴、加大区域战略实施力度、协同推进降碳减污扩绿增长、加大保障和改善民生力度……明年经济工作的一项项重点任务，一体谋划，同向发力。

与会同志表示，这些部署统筹改革和发展、把握当下和长远、兼顾激发内生动力和拓展外部空间，充分体现了应对新挑战、解决新问题的治理智慧，做好经济工作方向更明、底气更足。

(三) 干字当头：“确保党中央各项决策部署落到实处”

“要加强对经济工作的领导，坚持干字当头，增强信心、迎难而上、奋发有为，确保党中央各项决策部署落到实处。”面对各地区各部门各方面负责同志，习近平总书记语重心

长。

总书记强调，要强化正向激励，激发干事创业的内生动力。

从群众中走来，在基层历练成长，习近平总书记深知基层工作的关节点，也深知基层工作的难处。

总书记明确要求切实为基层松绑减负，“让想干事、会干事的干部能干事、干成事”。

腐败是经济持续健康发展的绊脚石。

总书记紧盯经济领域腐败问题，亮明“坚定不移惩治腐败”的鲜明态度，强调这是为了保持公平公正的市场环境、风清气正的营商环境。

求真务实，才能真抓实干。

会议明确：“坚持求真务实，坚决反对热衷于对上表现、不对下负责、不考虑实效的形式主义、官僚主义”。

做行动派、当实干家。与会同志表示，必

须下大力气坚决纠治形式主义、官僚主义，坚持因地制宜，从实际出发解决问题，以工作实绩和发展实效，确保全面完成经济社会发展目标任务。

统筹发展和安全，会议要求抓好安全生产，有效防范和及时应对社会安全事件。

让各项政策落地见效，是一项复杂的系统工程。总书记强调“增强协同联动，反对本位主义，形成抓落实的合力”。

岁末年初，总书记更牵挂着民生冷暖，殷殷叮嘱：要做好民生保障和安全稳定各项工作，深入排查化解各类矛盾纠纷和风险隐患，确保社会大局稳定。

大道至简，实干为要。

不惧外部逆境，直面各种挑战，坚定不移办好自己事。向着中国式现代化广阔前景，中国经济航船奋力开启新的一程。

习近平总书记指引中国经济的光明前程：

“我们要正视困难、坚定信心，努力把各方面积极因素转化为发展实绩。”

(新华社北京12月14日电)