

“健康第一”:让每个孩子身上有汗、眼里有光

本报记者 郑彩虹

初春时节,我市中小学校园里处处涌动着蓬勃的朝气。从AI赋能的智慧操场到打破班级界限的“选项走班”,从不少于30分钟的大课间到见缝插针的“微运动场”,越来越多的孩子走出教室、走进阳光,校园里到处是蹦蹦跳跳的身影,“健康第一”的教育理念正悄悄在这里落地开花。

走班“破界”我的课程我做主

“打破班级限制,让学生按兴趣选课项目,你看这体育课堂的氛围彻底不一样了!”在海勃湾区新桥小学(海勃湾区第一小学新桥校区)的操场上,五年级的体育课呈现出与之前截然不同的样貌,副校长白冬勇一边向记者介绍新实行的“选项走班”模式,一边感慨孩子们现在积极的上课状态。

“我选了足球,算起来我踢足球已经有三四年了,相信通过这一学期的足球课,我的足球会踢得越来越好。”五年级一班的赵婉婷说完后兴奋地跑到足球场。另一边,篮球场上的孩子们俯身拍球,神情专注……

“这是我们推行的‘四定’模式——定项目、定教师、定学生、定场地。”该校艺体主任郑凯介绍,学期初,学生便根据兴趣从篮球、足球、跳绳、毽球四大类中选择一项,编入固定的项目班,由具有专长的体育教师主教,学年内固定学习,不进行轮转,确保学

办好人民满意的教育

习的系统性。

这种“点单式”选课打破了传统班级的限制,让体育课真正实现了“因材施教”。

“以前上体育课,有的孩子不尽兴,有的孩子跟不上。”郑凯感慨,“现在大家因为热爱聚在一起,眼里是有光的。”为了让这项改革落地,全市将体育选项走班的课时明确排入学校总课表,真正让学生实现了“爱运动、会运动、善运动”。

智慧“教练”上线 让锻炼更科学

走进市第三中学,记者看到一台新“上岗”的智慧体育设备成了学生们的课间“宠儿”。只见初三学生王达进普轻快地起跳,眼前的电子屏生成了视频回放与测试成绩——起跳角度、摆臂幅度、落地稳定性,每一个动作细节都被实时捕捉。旁边的同学也跃跃欲试,排队等着“打卡”。

“现在课间一有空,我就和同学们一起来锻炼。新设备用起来特别方便,动作不标准还会及时提醒,这种实时的‘数据复盘’,让我们的体育也像文化课一样有了精准的‘错题本’。”王达进普开心地说。

这个学期,市第三中学一次性引

进了四套这样的设备,覆盖了从跳绳到坐位体前屈等七个项目。“设备不仅是‘裁判’,更像是‘私教’。”体育教师陈晓瑞感慨道,“以前一个老师盯四五十个孩子,难免有疏漏。现在设备实时捕捉运动姿态、精准纠正动作,还自动记录运动时长和成绩,学生的锻炼更科学、更高效了。”

这正是我市推进“AI智慧体育”的缩影。通过搭建市级一体化智慧体育平台,学生们的运动强度、体能数据被实时采集分析,为分层教学和科学训练提供了坚实的数据支撑。同时,各学校还依托智慧体育平台,开展线上体能打卡、AI运动闯关、智能赛事组织等创新活动,打破了时空限制,有效激发了学生的运动兴趣与主动性,“人人爱运动、个个强体质”的浓厚氛围正在我市中小校园蔓延。

课间“扩容” 把时间和场地还给孩子

“叮铃铃——”下课铃声响起,海勃湾区第五小学的孩子欢呼着冲出教室。校园里,原本不起眼的边角地带被改造成了“微运动场”:楼梯角放满了各式各样的运动器材,地面被画上了体能小游戏的彩格……孩子们三五成群,有的在比谁的毽子踢得多,有

的围在一起跳绳,欢笑声此起彼伏。

“我们坚决杜绝拖堂,把课间完全还给孩子。”该校副校长齐婕指着热闹的校园说道,“利用这些‘微运动场’,孩子们哪怕只是跳几下、跑几步,也能达到放松身心、协作锻炼的效果。”

而在上午的大课间,这种活力被推向高潮。随着30分钟大课间的音乐响起,全校学生有序进入操场。除了传统的广播操,学校还融入了体能大循环、武术操等形式,形成一套充满趣味的“组合拳”。下午的“小步操+体能加油站”,则采用“1分钟训练+30秒休息”的科学节奏,强化专项素质。

据统计,全市义务教育阶段已全面实现每天1节体育课,上、下午大课间均不少于30分钟。通过晨跑、课堂训练、课间活动、社团延伸的有机衔接,2小时的运动时间被科学拆分、有序衔接,有效缓解了“小眼镜”“小胖墩”现象。

这个春天,校园里改变的远不止是上课铃声和课程表。从“整齐划一”到“我的课程我做主”,从“不敢放手”到“科学赋能”,这场静悄悄的改变,其实就藏在孩子们红扑扑的脸蛋上,藏在课间洒满阳光的操场上,藏在每一滴汗水带来的欢笑中。接下来,我市将继续深化体育与健康课程改革,让“健康第一”的教育理念在每一堂课、每一次活动中落地生根,让每个孩子都能在阳光下“身上有汗,眼里有光。”

乌海机场启用DGUI离港系统 全面提升航班保障服务水平

本报讯(记者折晓晖)近日,乌海机场正式启用DGUI离港系统,全面替代原有旧系统,实现离港作业流程的迭代升级。作为新一代离港运行保障系统,DGUI离港系统在操作便捷性、功能完整性和运行稳定性上均有显著提升,可更精准地对接航班值机、配载平衡、登机控制等核心业务,有效提高一线作业效率。

为确保新系统平稳落地,乌海机场同步开展风险评估、应急预案修订及岗位作业指导书更新等配套工作。

针对新旧系统操作差异及潜在风险,机场全面梳理风险点并制定防控措施;修订完善地面服务部应急预案,补充新系统故障处置流程;更新商调座控岗位作业指导书,同步组织专项培训和实操演练,确保人员熟练掌握新系统操作。

接下来,乌海机场将持续强化DGUI离港系统运用管理,常态化开展风险排查和应急演练,不断优化完善相关流程,充分发挥新系统优势,为旅客提供更加安全、便捷、高效的出行服务。

海勃湾区市场监督管理局开展集贸市场计量器具专项检查

本报讯(记者折晓晖)近日,海勃湾区市场监督管理局开展集贸市场计量器具专项检查,严厉打击“缺斤短两”违法行为,全力守护计量公平。

执法人员深入辖区5个重点集贸市场,对水产、肉类、熟食等摊位电子计价秤、台秤进行“三查三核”:一查检定有效期及合格标识,二查铅封完整性,三查量值准确度。此次行动共检

查摊位240余家、计量器具350余台件。针对超期未检、误差超标等问题,执法人员当场责令停用,并下达整改通知书;对涉嫌作弊器具依法封存查处,并督促市场主办方健全长效管理机制。

今后,该局将持续开展计量“回头看”行动,常态化推进惠民举措,让群众买得放心、用得安心。

服务架桥 合作赋能

(上接第一版)此次落地的智慧档案产业园项目,采用“专业化运营+轻资产合作”模式,打造集档案托管、数字化加工、数据保全于一体的智慧化产业园,将填补乌海智慧档案服务领域空白,推动与BDO可降解新材料等本地特色产业深度融合,助力区域数据资产化和服务业能级提升,兼具经济价值与社会价值。

作为内蒙古西部转型发展、创新驱动的战略要地,乌海与中关村发展集团携手共建乌海·信息谷创新中心,打通“研发在北京、转化在乌海”的协同创新路径,推动创新资源加速集聚。目前,该中心已开展12场京蒙精准对接活动,引进9家企业落地,筹备

对接20余家意向企业,在谈项目5个。

乌海信息谷科技服务有限公司总经理于淑婷表示:“今年是‘十五五’规划开局之年,我们将紧扣传统产业‘三化’改造方向,依托‘双向飞地’扎实推进技术需求对接与成果转化工作,持续营造浓厚的‘双创’氛围,通过深度移植中关村创新模式,整合政策、资本、技术等优质资源,不断放大‘北京研发—乌海转化—北方应用’产业生态效能,助力本地产业向绿色化、高端化、融合化方向发展,让乌海·信息谷创新中心成为链接北京高端科创资源、服务乌海产业升级的重要平台。”

(刘洋)

(上接第一版)配备舱级淹没式喷淋系统,可快速处置整舱大面积火情,实现“精准控火+全域覆盖”。同时设置自动、手动、紧急机械三种消防控制方式,全面适配各类应急处置场景。

项目严格遵循《电化学储能电站设计规范》《细水雾灭火系统技术规范》等国家及行业标准,设备选

型、管路设计、喷洒量计算、泄压口设置等均经过精准核算,完全符合储能电站消防标准化、规范化要求。

智能化全域监测与高标准消防设施深度联动,为中国绿发乌海储能项目安全稳定运行筑牢坚实屏障,有力保障储能电站长效平稳运行,助力地区新能源产业安全、高效、可持续发展。

安全生产100个知识(十二)

- 54. 火灾蔓延的途径有什么?
热传导、热辐射、热对流等。
- 55. 对过失引起火灾,尚未造成严重损失的行为,应承担什么行政责任?
给予警告、罚款或者十日以下拘留处罚。
- 56. 安全生产的范围包括什么?
人身安全、设备安全。
- 57. 安全生产管理的“四全”原

则是什么?
即全员、全过程、全方位、全天候。

58. 安全带使用2年后,应采取什么措施?
检查一次。

安全小课堂



科技下沉惠基层

今年以来,市科协把科技下乡作为助力乡村振兴的有力抓手,不断完善农区科技服务体系,持续推动农业科技资源下沉,用科技手段赋能农业现代化发展,让科技更好地服务基层、惠及农区居民,为乡村振兴注入持久科技动能。图为近日,科技人员下基层为农户提供技术指导。

(王超 摄)

小小“护学岗” 守护大平安

本报讯(记者张舒怡)春季开学以来,市公安交警部门提前谋划、周密部署,全面启动校园“护学岗”常态化勤务,全力保障中小股东及幼儿上下学道路交通安全,用坚守与责任铺就平安上学路。

临近中午,海勃湾区第五小学开始错峰放学,海勃湾区交警大队和辖区派出所民警提前就位,引导家长在隔

离带外有序等候。随着放学铃声响起,孩子们有序走出校园,执勤民警一边疏导过往车辆,一边细心护送学生安全通过斑马线,提醒学生注意交通安全。

在海勃湾区滨河小学门前,执勤民警同样坚守岗位。傍晚时段,正值下班、放学叠加高峰,车流量明显增大,民警指挥车辆有序通行,护送学生

安全过街,有效避免交通拥堵和安全隐患,让家长和学生倍感安心。

“每天上下学都能看到民警在这里守护,车辆有人管、孩子有人护,我们家长心里特别踏实。”前来接送孩子的家长张浩说。一句朴实的话语,道出了众多家长对“护学岗”工作的认可。

为切实筑牢校园安全屏障,我市

护学工作实现全域覆盖、全程守护。目前,全市共有幼儿园和中小学校84所,护学工作严格落实“定人、定岗、定时、定责”要求,每个“护学岗”配备2至4名警力,日均投入警力480余名,“护学岗”配备率达100%。同时,我市持续深化“警校家”联动护学模式,形成层层守护圈,为平安校园建设注入强劲动力。



城市因你而美丽 文明让生活更精彩