

“加长版”课间让学生真正“动起来”

——平城区落实“健康第一”理念一线观察

本报记者 丁亚琴



平城区47校学生课间玩推球游戏。

本报记者 韩堃摄

延长课间休息是落实“健康第一”理念、减轻学生学业负担、促进学生“五育并举”的重要举措。平城区各学校积极探索，将课间时间从10分钟延长至15分钟，构建起覆盖全时段的体育活动体系，让学生们真正走出教室，动起来、跑起来。近日，记者走进平城区多所学校，实地探访“加长版”课间休息带来的校园新变化。

时间“扩容” 守住运动底线

“以前课间只有10分钟，上个厕所、喝口水就差不多了，根本没时间去玩。”这是不少学生的真实感受。如今，平城区各学校的课间悄然加长，学生们有了更多舒展身心的机会。

平城区8校严格执行课程标准，在开齐开足体育课的基础上，将每日体育活动拆解为“体育课40分钟+上午大课间30分钟+下午大课间30分钟+课间自由活动15分钟×3次”，合计不少于120分钟，确保运动时间覆盖学生在校全时段。

平城区45校将课间统一延长至15分钟，上下午各安排40分钟阳光大课间，构建起“体育课+大课间+阳光小课间”的全时段运动体系。学校还利用校园“金边银角”设计11款地面彩绘，划分运动与游戏专属区域，设置器械借还处，让学生们随时随地都能动起来。

平城区18校文瀛分校在大课间安排上精心设计。上午以基础体能训练为主，包含800米跑、广播体操等；下午更注重趣味性，组织开展篮球年级联赛、踢毽子、韵律操等活动，激发学生运动兴趣。

平城区机车1校依托体育社团，开设篮球、足球、乒乓球等特色项目，每年举办春季运动会、秋季体育文化节、校园足球联赛，营造“人人爱运动、人人会运动”的浓厚氛围。平城区10校构建“传统体育类、竞技体育类、趣味体育类”三大社团格局，新增舞龙、舞狮、武术、趣味田径等社团，学生参与率达100%。

以赛促练、以趣促动。平城区18校文兴校区连续举办“校长杯”足球联赛，绿茵场上小球员们带球、传球、射门，活力十足；平城区32校开展课间大评比活动，从集合速度、活动纪律到运动热情，评选“活力班级”，全校形成比学赶超的浓厚运动氛围。

成效“可见” 体质课堂双赢

“充足的户外运动对学生益处良多。学生动起来、跑起来，身体素质明显提高，因换季感冒请假的人数也少了。”平城区御河小学校校长赵志宏说，“长期坚持运动的孩子，抗挫、抗压能力大幅提升，心肺耐力、协调性、反应速度都在不知不觉中进步了。”

不少一线教师表示，科学延长课间时长不仅不影响学习，反而提升课堂质量。平城区49校班主任杨张茹观察发现，“以前下午第一节，学生走神、疲劳、烦躁的情况时有发生。现在大课间充分活动后，学生们坐得住、听得进，课堂效率明显提高。”

平城区18校文瀛分校近期体质测试显示，五年级学生肺活量优秀率从35%提升至52%，50米跑平均速度提高0.5秒。学生王馨馨说：“运动完出

平城区举办青少年科普科幻绘画及征文大赛

本报讯（记者 丁亚琴）为切实激发青少年科学探索兴趣与科幻创作能力，近日，平城区全民科学素质纲要实施办公室联合区科协，举办了2026年平城区青少年科普科幻绘画及征文大赛。

本次大赛以“科技筑梦·创享未来”为主题，面向全区所有小学生开放报名，通过绘画与征文两种创作形式，引导青少年立足科学知

识，放飞创新想象，感受科技魅力。科普科幻绘画类作品设置科普、科幻两大创作方向。科普方向聚焦科技对社会生产、日常生活、生态环境的深远影响，涵盖工业制造、生态环保、航空航天、电子信息、智慧农业等多领域；科幻方向要求以科学原理和技术逻辑为基础，大胆畅想星际探索、未来城市、人机共生、生态修复等未来科

技场景。科普科幻征文类除诗歌、剧本外，体裁不限。青少年可围绕身边科学现象与原理、个人科技探索经历与感悟、前沿科技知识解读、未来科技发展蓝图畅想等内容展开创作，用文字展现自身科学思考与深厚爱国情怀。

据了解，本次大赛个人奖项设置一等奖、二等奖、三等奖，同时设立集体奖项与指导教师奖项。

平城区纪委监委

扎实推动招标投标领域突出问题整治

本报讯（记者 邱东芳）为规范招标投标市场秩序，优化营商环境，防范权力寻租和廉政风险，切实守护群众“幸福钱”，去年以来，平城区纪委监委立足“监督的再监督”职责，全程监督、精准发力，推动全区招标投标领域突出问题整治工作走深走实。

强化统筹监督，压实整治责任。自去年区纪委招标投标领域突出问题专项整治工作专班成立以来，平城区纪委监委全程参与、靠前监督，严格督促专班健全工作机制。召开专题会议、督促落实工作要求，平城区聚焦整治过程中的难点堵点问题，监督推动专班研究解决措施，细化任务分工，推动各项部署落地见效。

坚持问题导向，精准监督排查。平城区纪委监委坚持问题导向，全面开展招标项目梳理和抽查工作，紧盯房屋市政类、政府采购类等重点领域，严查领导干部插手干预、监管缺位等问题。截至目前，全区共收集各

类招标项目714个，抽查项目19个，涉及农业农村、水务、住建等多个部门及国企采购领域，实现重点领域排查全覆盖。

拓宽线索渠道，严肃执纪问责。平城区纪委监委聚焦招标投标领域16种问题类型，畅通线索举报渠道，通过区本级排查发现、上级部门移送、市级专班转送等多种路径，全面梳理掌握招标投标领域内存在的短板不足与风险隐患，为后续精准监督、靶向整治夯实基础，切实推动整治工作提质增效、见底清零。

平城区纪委监委将持续强化监督执纪问责，深化标本兼治，一方面紧盯招标投标全流程，加大对“关键少数”和重点环节的监督力度，严查权力寻租、利益输送等问题；另一方面督促相关单位健全长效监管机制，堵塞制度漏洞，深化以案促改、以案促治，推进招标投标领域全流程规范化、透明化，持续净化招标投标市场生态。

平城区四个维度强化干部队伍建设

本报讯（记者 邱东芳）近年来，平城区从培养储备、盘活资源、培育赋能、宽严相济四个维度精准发力，持续锻造政治过硬、本领高强、作风优良的高素质干部队伍，为平城区高质量发展提供坚实组织保障。

强化培养储备，筑牢队伍建设根基。着眼干部队伍建成长远目标，平城区从结构所需、岗位所缺、发展所求的实际出发，畅通优秀人才进入干部队伍的渠道，形成了“源头有活水、梯队不断层”的良好局面。同时，有计划地选派新任干部到信访一线挂职锻炼，抽调年轻干部参与基层治理、招商引资、项目建设等重点工作，组织年轻干部到先进地区调研学习。另外，系统储备政治强、潜力大的年轻优秀干部。

盘活干部资源，激发队伍干事动能。树牢为发展选干部、凭实绩用干部的鲜明用人导向，推动形成“有为者有位、能干者能进”的工作格局；统筹事业发展、班子建设和干部成长需要，深入开展领导班子提质优化行动；持续优化干部队伍结构，在去年全年调整的干部中，35岁以下年轻干部和全日制大专及以上学历干部

分别占新任干部总数的56%和70%，科级实职干部平均年龄同比下降1岁，全日制大专及以上学历干部同比增长11.9%。

系统培育赋能，提升队伍履职本领。强化党性修养，补精神之钙。去年全年举办乡科级干部进修班、中青年干部培训班和乡科级副职干部任职培训班5期，培训党员干部900余人次。履职本领，提干事之能。围绕社会治理、文旅发展等中心工作，精准化实施干部履职能力提升“百千万”计划。强思想引领，促事业发展。以“围绕中心、服务大局”为导向，高标准组织研讨交流活动，广大干部积极建言献策，整理形成高质量研讨报告40余篇、工作建议120余条。

注重宽严相济，营造浓厚担当氛围。完善干部监督管理立体防线，将政治标准置于首位；紧盯关键少数，持续深化“一把手”及班子成员承诺制度；延伸监督触角，多形式向干部家属宣讲“廉洁家风”政策；落实容错纠错机制，释放职级晋升政策红利，坚持以实干论英雄，持续强化考核结果运用，干部内生动力持续增强。

法治护航新业态 温情服务暖民心

本报讯（记者 孙露）为精准对接外卖配送员、快递员等新业态新就业群体的法治需求，切实增强其依法维权意识与能力，近日，一场以“法惠民生·关爱新业态新就业群体”为主题的专项宣传活动在平城区水泊寺街道永安社区淘宝网购驿站举行。

活动现场，平城区公共法律服务中心相关负责人围绕法律援助核心政策，向新业态劳动者作了全面细致的讲解。重点聚焦劳动者最关心的欠薪追讨、社会保险、工伤认定、用工纠纷、交通事故损害赔偿等切身利益问题，详细解读了法律援助的申请条件、受理范围、办理流程 and 申请渠道，并现场公布了服务地址与咨询电话。通过通俗易懂的语言，让新业态新就业群体清晰知晓“遇事找谁帮、维权去哪问、办事去哪办”，切实打通了法律服务“最后一公里”。

下一步，平城区公共法律服务中心将持续聚焦新业态新就业群体的“急难愁盼”问题，不断创新服务模式、拓宽服务渠道、提升服务质效，推动法律援助向基层一线、向新业态领域深度延伸，以优质公共法律服务切实增强劳动者的获得感、幸福感、安全感，为营造公平正义、温暖有序的就就业环境、助力法治平城建设贡献力量。

科学填报助前程 暖心服务伴高考

本报讯（记者 尚丽）为助力辖区高考学生家庭精准把握志愿填报关键环节，破解升学规划中的迷茫与困惑，平城区水泊寺街道文源社区聚焦考生升学核心需求，联合专业师资力量，精心举办“科学填报·圆梦高考”家庭讲座，以免费公益服务为辖区家庭送上实用指导。

讲座现场，专业老师围绕最新高考志愿填报政策展开深度解读，从位次换算、数据参考等基础实操，到院校筛选、专业匹配的策略技巧，逐一进行细致讲解。针对家长普遍担忧的滑档、退档风险，老师重点拆解

白登山街道 多点发力筑牢林草地安全屏障

本报讯（记者 邱东芳）针对辖区林草面积广、防火压力较大的白登山街道进一步层层压实责任，多点发力，严抓实干，全力筑牢防火安全屏障。

压实责任体系，筑牢防火“组织根基”。强化组织领导，明确各成员单位职责分工，定期召开专题会议，分析研判防火形势，部署阶段性重点工作，确保防火工作有序推进；健全责任网络，严格落实行政首长负责制，将防火责任细化分解到村、社，构建起横向到边、纵向到底的网格化责任体系；完善预案体系，修订完善《白登山街道森林草原火灾应急处置预案》，进一步明确火情报告、应急响应、指挥调度等环节的具体要求和操作流程。

强化宣传教育，提升全民防火意识。该街道坚持把宣传教育作为防火工作的第一道工序，利用村喇叭、村（居）微信群等拓宽宣传渠道，在春耕生产、清明节等关键时段突出宣传重点，积极推动移风易俗，营造出“森林防火、人人有责”的浓厚氛围。

严格火源管控，消除各类火灾隐患。坚持“管住火源是防火关键”的原则，加强巡查巡护，组织街道干部、村护林员、网格员等力量开展常态化巡山护林护草工作。在高火险期，增设临时检查站（卡口），加大巡查密度和频次，对重点林区、马铺山陵园、重点交通路口等关键部位进行重点看守；开展隐患排查，定期组织开展森林草原火灾风险隐患排查整治行动，对马铺山沿线、208国道沿线、居民点周边的可燃物进行清理，建立隐患台账，限期整改销号；强化重点人群监管，逐一落实监护人责任，严防其玩火、弄火引发火灾。

加强应急准备，提升应急处置能力。建强灭火队伍，各村组建防火工作队，配备相关装备，重点组建了燕庄消防救援队；定期组织开展防火知识培训和实战演练，提高队员的战术技能和避险能力。

平城区2026年“实习山西”工作正式启动

本报讯（记者 孙露）为进一步推动“实习山西”品牌在平城区走深走实，近日，平城区召开2026年“实习山西”工作部署会。平城区委组织部、团区委、区财政局、区人社局相关负责人，各街道分管负责同志，以及辖区部分重点企业、社会组织负责人参会。

部署会上，平城区委组织部相关负责人就2025年全区大学生实习实训工作的开展情况与取得成效进行了总结，从岗位开发、区校对接、过程管理、服务保障等方面系统梳理了主要做法，并重点总结了在扩大实习覆盖、提升实践质量、促进青年人才扎根平城等方面取得的积极成效。同时，对《关于做好2026年“实习山西”工作的通知》文件精神进行了详细传达与解读，并要求与会单位对照通知制定本单位实施细则，确保2026年“实习山西”工作开好局、起好步。

“实习山西”是山西省深化省校合作、引育青年人才的重要品牌，也是平城区优化人才生态、服务高质量发展的重

要抓手。按照要求，各责任单位将进一步提高站位，充分认识做好大学生实习实训工作的重要意义，将其作为推动区校合作、集聚青年人才、为青年人搭建施展才华舞台的有力举措，更好助力平城区高质量发展。

下一步，团区委将加强统筹协调与督导评估，确保各项任务落地见效，为来平城实习实训的大学生搭建更加广阔的成长平台，为平城区高质量发展注入更多青春动能。

古城街道开展环境专项整治行动

本报讯（记者 邱东芳）连日来，平城区古城街道组织各个社区开展环境专项整治行动，扮靓城市颜值，筑牢文明根基，推动辖区环境面貌焕然一新。

针对辖区老旧小区、背街小巷、楼道角落、绿化带等区域存在的垃圾堆积、杂物乱堆、卫生死角等问题，工作人员分工协作，对各类生活垃圾、废弃杂物、建筑垃圾进行逐一清理。对于楼道内堆积的旧

家具、纸箱等闲置物品，工作人员耐心向居民讲解消防安全知识，引导居民主动配合清理。经过集中整治，原本脏乱角落变得干净整洁，辖区环境卫生质量得到显著提升，居民居住环境更加舒适宜居。

共享单车乱停放、随意占道，不仅影响市容市貌，而且堵塞消防通道，阻碍居民出行，是城市管理中的难点问题。在此次专项行动中，工作人员与志愿者们化

平城头条

清远街道

聚焦环境提升 共建宜居家园

本报讯（记者 尚丽）清除野广告、清理垃圾死角、粉刷破损墙面……近日，平城区清远街道统筹社区力量，联动小区物业、党员志愿者及工作人员，集中开展环境卫生提升行动，以实打实的整治成效改善辖区面貌，不断提升居民生活品质与幸福感。

行动中，公园一号小区党支部联合物业，针对小区北侧及外围隐蔽区域的积存垃圾、卫生死角开展集中清理，彻底整治环境顽疾，消除安全隐患；大齿社区联合新风里小区物业，对楼道及公共区域张贴乱画的小广告进行集中清理铲除，同步开展环保宣传，引导居民共同守护家园环境；清远西街社区重点针对辖区墙面“牛皮癣”与斑驳破损墙面进行专

水泊寺街道文源社区

科学填报助前程 暖心服务伴高考

本报讯（记者 尚丽）为助力辖区高考学生家庭精准把握志愿填报关键环节，破解升学规划中的迷茫与困惑，平城区水泊寺街道文源社区聚焦考生升学核心需求，联合专业师资力量，精心举办“科学填报·圆梦高考”家庭讲座，以免费公益服务为辖区家庭送上实用指导。

讲座现场，专业老师围绕最新高考志愿填报政策展开深度解读，从位次换算、数据参考等基础实操，到院校筛选、专业匹配的策略技巧，逐一进行细致讲解。针对家长普遍担忧的滑档、退档风险，老师重点拆解