

# 落實健康第一教育理念 破解「小胖墩」等問題

# 內地中小學生 每天需要運動2小時

## 教育強國建設

隨著「小胖墩」「小眼鏡」的增多，青少年體質問題引發社會關注，曾被認為是「副科」的體育課越來越被重視。中共中央、國務院近日印發《教育強國建設規劃綱要（2024—2035年）》提出，落實健康第一教育理念，實施學生體質強健計劃，中小學生每天綜合體育活動時間不低於2小時。

對此，多位家長、學生在接受大公報訪問時表示，樂見健康第一教育理念的落實，相信在全社會的共同推動下，這一政策定能得到有效實施，為青少年的健康成長和全面發展創造良好的條件。

大公報記者 江鑫燭北京報道



《綱要》提出，中小學生每天綜合體育活動時間不低於2小時。圖為果洛西寧民族中學學生在打籃球。新華社

## 教育強國9大任務

- 塑造立德樹人新格局，培養擔當民族復興大任的時代新人。
  - 辦強辦優基礎教育，夯實全面提升國民素質戰略基點。
  - 增強高等教育綜合實力，打造戰略引領力量。
  - 培育壯大國家戰略科技力量，有力支撐高水平科技自立自強。
  - 加快建設現代職業教育體系，培養大國工匠、能工巧匠、高技能人才。
  - 建設學習型社會，以教育數字化開闢發展新賽道、塑造發展新優勢。
  - 建設高素質專業化教師隊伍，築牢教育強國根基。
  - 深化教育綜合改革，激發教育發展活力。
  - 完善教育對外開放戰略策略，建設具有全球影響力的重要教育中心。
- 大公報記者江鑫燭整理

此次發布的《綱要》再次明確要落實健康第一教育理念，提出促進學生健康成長、全面發展。深入實施素質教育，健全德智體美勞全面培養體系，加快補齊體育、美育、勞動教育短板。落實健康第一教育理念，實施學生體質強健計劃，中小學生每天綜合體育活動時間不低於2小時，加強校園足球建設，有效控制近視率、肥胖率。推進學校美育浸潤行動。實施勞動習慣養成計劃，提升學生動手實踐能力、解決複雜問題能力和社會適應能力。普及心理健康教育，建立全國學生心理健康監測預警系統，分學段完善服務工作機制。加強憲法法治教育、國家安全教育、國防教育。深入實施青少年學生讀書行動。

### 讓孩子多見陽光 在陽光下多奔跑

「要讓孩子動起來、跑起來、活動起來，特別是讓孩子多見陽光，在陽光下多奔跑、多運動、多呼吸新鮮空氣，讓他們身上有汗、眼裏有光。通過種種努力，着力破解『小眼鏡』『小胖墩』等問題，讓學生更加健康陽光。」教育部副部長王嘉毅此前表示，保障中小學生每天綜合體育活動時間不低於2小時。每天保證一節體育課，另外課後再鍛煉一個小



潘陽建築大學附屬小學的學生在跳繩。中新社

時，保證每天兩個小時，全面培育學生積極心理品質。

據了解，在全國中小學生每天校內體育鍛煉時間達1小時的基礎上，2024年，北京、天津、遼寧等多地已開始推行課間從10分鐘延長至15分鐘。「每天一節體育課，加上課間休息以及上、下午各一次30分鐘的大課間，我們每天在學校的運動時間超過了兩個小時。」北京海淀區的初一學生劉同學告訴記者，運動是學習的調味劑，使人身心得到放鬆。「我感到EMO時，出去跑兩圈，或者跳個操就能恢復。」

### 家長：增強孩子體質 提高學習效率

「我非常支持這個政策，孩子現在每天學習壓力很大，很少有時間進行體育鍛煉。增加活動時間，不僅能增強孩子的體質，還能讓他們在學習之餘得到放鬆，提高學習效率。」北京的中學生家長陸女士告訴記者，在家長看來，身心健康永遠是第一位的。「為了讓孩子們在寒假中能夠擁有健康的體魄，我們學校還組織同學每天打卡假期長跑活動，提倡親子一起鍛煉，這對家長而言也是一個健康動力。」

然而，也有部分家長表達了對政策落實的擔憂。他們擔心學校在執行過程中會出現體育課被文化課佔用的現象，或遇到如師資不足、場地有限等困難，導致政策難以得到有效實施。江蘇的中學生劉女士表示，希望政策得到切實落實，同時學校能提供多樣化的體育活動，讓孩子們在運動中找到樂趣。

據了解，目前內地的很多學校都在通過科學設計體育課程，不斷豐富體育課和體育活動內容，不僅將足球、武術、籃球等傳統項目納入課程體系，還增加了花樣跳繩、飛盤、軟壘球、動感體操等新興項目，激發學生運動熱情。此外，不少地區致力打造「智慧操場」「AI課堂」等信息化體育課堂，建設數字體育教室，引入智能健身器材，借助智能測評和體感交互模式，提供數字與教學融合的趣味性運動場景、智能化訓練指導和交互式測評反饋，推動體育教學創新發展。

## 體育教學要創新 激發學生鍛煉興趣

### 專家解讀

對於《教育強國建設規劃綱要（2024—2035年）》提出，落實健康第一教育理念，實施學生體質強健計劃，21世紀教育研究院院長熊丙奇向大公報表示，學校在開展體育教育時要創新體育教學，不能一上體育課就訓練跑跳，讓學生產生枯燥、反感情緒。無論是上體育課還是進行體育鍛煉，都要強調運動時間、運動過程與運動質量。既重視體育教學的過程和學生在體育運動中的綜合表現，又強調掌握體育技能、提高運動水平的重要性，才能更好激發學生對體育運動的興趣、提升學生參與體育鍛煉的質量和強度。另外，對於家長而言，也應重視培養孩子的運動習慣，陪孩子一起鍛煉，才是家庭教育正確的打開方式。



深圳大學附屬中學初中部的學生們在體育課上學習雙劍棍。新華社

對於學校如何保證綜合鍛煉時間的問題，重慶市九龍坡區謝家灣教育集團黨委書記劉希姪表示，這就需要學校進行課程改革，需要學校將國家課程在轉化落地實施的過程中，與校本課程和地方課程進行融合，建立學校的課程體系來統籌安排學生的在校時間和學習內容的融合。在她所在學校的初中階段，孩子們也是每天運動2小時，睡眠10小時，這樣的學習節奏之下，學生成績並未降低。大公報記者江鑫燭

# 國家醫保局回應社會對集採藥物療效擔憂：歡迎醫務人員當好藥品質量問題吹哨人

【大公報訊】記者劉凝哲、凱雷北京報道：近期，地方兩會召開，京滬均有醫療界政協委員根據臨床應用情況，呼籲重視集採藥物的療效問題，「麻藥不睡、血壓不降、瀉藥不瀉」是上海政協委員、瑞金醫院普外科主任鄭民華對集採藥效不穩定評價。國家醫保局對此回應表示，歡迎廣大醫務人員當好藥品價格和質量問題的吹哨人。21日，國家醫保局帶隊赴上海當面聽取相關意見建議，並重點收集有臨床數據支撐、有統計學差異的質量和藥效問題線索。

### 委員：與進口藥相比集採藥療效欠佳

今年上海兩會期間，鄭民華等20位上海市政協委員聯名就第十批集採藥物提交提案。提案寫道，臨床實踐中發現某些集採藥的藥效不穩定，在臨床使用中經常有反映藥效不佳的情況，有些往往加大藥量也不起效，面對如此情況醫生很無奈，因為沒有選擇權，向上反映也

沒渠道，病人會經常由於更換藥物，而發生療效不佳的情況，有時甚至危及生命。

北京市政協委員、北京朝陽醫院內科主任醫師盧長林在今年北京兩會提交的提案亦提出，雖然缺乏臨床試驗支撐，但醫生普遍反映，與進口藥或原研藥相比，集採藥療效欠佳。如，使用相同劑量的降壓藥，進口藥可將血壓控制穩定；而使用集採藥，患者血壓難以控制至正常水平或波動較大。

針對前述問題，國家醫保局表示高度重視，決定在今日帶隊赴上海當面聽取相關委員、專家關於藥品集採政策及中選產品質量保障的意見建議。國家醫保局發布的交流提綱中指出，集採協議一般在醫療機構報量的60%—80%，沒有「一刀切」不允許採購使用「進口原研藥」的制度安排。同時，介紹集採投標企業均已通過一致性評價且接受藥監部門對企業和品種100%全覆蓋檢查抽檢情況。

## 民革上海市委提三點建議解決醫患臨床實踐擔憂

大公報記者劉凝哲、凱雷整理

- 1 完善藥品質量監管體系**  
完善藥品質量監管體系、嚴格把控藥品質量，藥監局應從嚴管控整個藥品質量的監管體系。
- 2 放寬醫院採購藥品限制**  
完善藥品供應預警、優化統一調配和信息反饋機制，及時安排備選藥上線，放寬醫院採購非集採藥品的限制，鼓勵各級醫院合理規劃藥品採購量。
- 3 設立醫院電子虛擬藥庫**  
完善電子處方流轉、患者藥品供應查詢系統，加強宣傳推廣，指導設立醫院電子虛擬藥庫，構建順暢的信息共享流通平台。

## 台灣發生6.2級地震

## 香港天文台：逾百名市民報告輕微震感

【大公報訊】據中新社報道：台灣台南市1月21日0時17分發生6.2級地震，與台灣一水相連的福建沿海多地震感明顯。據中國地震台網正式測定，1月21日0時17分在台灣台南市（北緯23.24度，東經120.51度）發生6.2級地震，震源深度14千米。作為大陸距離台灣最近的地區，福建省沿海的福州市、廈門市、泉州市、莆田市等地均有震感。地震發生時，福州市區高層建築中能感到明顯的晃動。在地震發生不到5分鐘內，許多福建網友登錄網絡平台留言「感受到震感」。不少網友留言稱，「自己被強烈的震感從睡夢中搖醒。」

根據中國地震台網速報目錄，震中周邊200公里內近5年來發生4級以上地震共348次，最大地震是2024年4月3日在台灣花蓮縣海域發生的7.3級地震，距離本次震中141公里。

香港天文台表示，地震網絡偵測到市民報告的本地有感地震，天文台將會盡快公布進一步分析資料。

香港天文台接獲超過一百名市民報告，表示感到輕微震動，震動維持數秒。初步分析顯示本港的地震烈度為修訂麥加利地震烈度表的第Ⅲ（三）度，即室內有感。類似小型貨車駛過的振動。

# 珠海撞人案無錫校園傷人案 兇手同日被執行死刑

【大公報訊】據中通社報道：廣東省珠海市去年11月發生駕車衝撞市民的重大惡性案件，兇手樊維秋20日被執行死刑。

2024年11月11日19時48分許，珠海發生一起駕車衝撞市民案。次日，珠海市公安局發布警情通報，案件致35人死亡，43人受傷。2024年12月27日，珠海市中级人民法院以危險方法危害公共安全罪判處樊維秋死刑，剝奪政治權利終身。法院經審理查明，樊維秋因婚姻破裂、生活失意，且不滿離婚財產分割結果，遂決意通過駕車衝撞人群方式發洩私憤。最高人民法院經覆核依法核准樊維秋死刑。

2024年11月16日18時30分左右，無錫工藝職業技術學院發生一起持刀傷人案件，共造成8人死亡、17人受傷。兇手徐加金20日被執行死刑。

經初步調查，犯罪嫌疑人徐加金（男，21歲，該學院2024屆畢業生）因考試不合格未拿到畢業證書以及對實習報酬不滿遂回校發洩兇兇，徐加金對其犯罪行為供認不諱。2024年12月17日，無錫市中級人民法院以故意殺人罪判處徐加金死刑，剝奪政治權利終身。最高人民法院經覆核認為，徐加金故意非法剝奪他人生命，犯罪情節特別惡劣，犯罪後果特別嚴重，罪行極其嚴重，依法應予嚴懲，遂依法核准徐加金死刑。

## 以正義利劍守護大眾平安

### 熱評

去年11月廣東珠海越野車撞人案和江蘇無錫校園持刀傷人案的兇手，在1月20日同日被執行死刑。以法律的正義之劍嚴懲兇徒，告慰無辜逝者及其親人，也安撫大眾的焦慮和恐慌。

法治的力量，就在於守護正義，守護安全。兩起惡性刑事案件，以兇殘手段肆意剝奪他人生命，嚴重危害社會安全，挑戰法律底線和道德良知，影響極其惡劣。縱然有千萬種「事出有因」，都是不可原諒姑息的。依法予以嚴厲打擊懲處，形成強有力的威懾效應，減少惡性犯罪的發生，增強老百姓的安全感。

平安是老百姓的樸素願望，也是基本的民生福祉。建設人民安居樂業、社會安定有序的「平安中國」，是社會治理和國家治理的重要組成部分。夯實根基，築牢防線，大庇天下蒼生俱歡顏，

是「平安中國」的最鮮明底色。如今，兇徒伏法，但兩起案件留下的沉重嘆息、沉痛警示，卻依然縈繞。要更加重視源頭治理、預防為主，對容易走極端的「五失人員」（投資失敗、生活失意、關係失和、心理失衡、精神失常）群體，要更加精準有效地做好疏導工作。同時加強普法教育，進一步暢通學法、用法的渠道，既打導尊崇法律的氛圍，也讓法律切實管用。

這需要構建由政法部門、法律工作者、社區街道、專業義工、心理專家等組成的工作合力，健全心理服務和危機干預，着力化解矛盾糾紛，抓前端、治未病，防止「小問題」演變發酵成「大風險」，而決不能流於紙面功夫，閉目塞聽。特別是加強培訓專業化的社工人才，補足人才短板缺口，迫在眉睫。

馬浩亮