

如何让中小学生真正养成运动习惯

# 专家详解学生体质强健计划“二十条”

中青报·中青网记者 樊未晨

记者从教育部获悉,教育部等五部门近日联合印发《关于实施学生体质强健计划的意见》,包含八方面重点任务、“二十条”举措,提出充分保障体育时间,基础教育阶段要统筹课内外、校内外,积极推进中小

“‘时间’是落实学生体质强健计划的重要保障。”北京师范大学体育与运动学院教授张瑞林说。意见要求积极推进中小

教育部体育卫生与艺术教育司相关负责人介绍,一年来,教育部通过开展学校体育高质量发展改革试点,各地正在迅速推进落实两小时要求,截至2025年秋季学期,全国已全面推开落实。本次意见凝聚了

各地试点推进两小时要求的实践经验,通过增加体育课时、实施课间体育活动、丰富体育课后服务等措施,为各地各校勾画出了清晰可行的实践路径,切实保障两小时要求更加全面高质量落实。

意见提出,到2027年,学生体质健康合格率、优良率,毕业生运动习惯养成率显著提升。

首都体育学院教授刘海元认为,学生体质健康不佳、锻炼不积极的根源在于缺乏良好的运动习惯。若能养成这一习惯,学生就会自觉自愿地锻炼,体质问题也将得到解决。

意见提出,要一体化推进体育教学改革,构建学段衔接、目标一致、支撑有力的体育与健康课程实施机制,积极探索走班制、俱乐部制等实施方式,促进体育课与体育活动更加灵活贯通。

为了更科学地进行体育运动,需要建立科学的监测体系。

“意见将‘完善体质健康监测体系’单列,既是对学生体质健康工作规律的深刻

把握,更是立足国家战略全局作出的制度创新。”江苏省教育厅二级巡视员李金泉说,意见通过建立数据共享机制、强化结果运用、落实公示反馈等举措,旨在构建全链条工作体系。特别是提出建立校际、年级间互为监督、突出过程评价的监测体系,将有效解决数据真实性不足、学段衔接不畅等问题,推动监测模式从一次性测试向全过程动态追踪转变,从教育部门单独管理向多部门协同联动转变,为破解“重形式、轻实效”的难题提供了明确路径。

刘海元说,意见贯穿“面向人人”的核心理念,政策设计覆盖大中小学全学段及各类体质基础的学生,旨在实现全体学生体质健康提升、体育习惯养成和运动技能习得的目标。

记者梳理发现,意见在总体要求中强调以中小学生为重点,同时明确提出深化“学段衔接”。具体措施中,基础教育阶段保障学生每天综合体育活动时间不低于两小时,高等教育阶段严格落实体育课程学时要求,并推动研究生等高等年级学生持续参与体

育锻炼。此外,政策还强调广泛开展群体性体育活动,建立“监测—干预”联动机制,实现精准施策,使学生体质得到有效提升。

刘海元说,“精准干预”即是对体质较好的学生优化培养,对体质薄弱的学生加强帮扶,从而整体推动学生体质健康发展。

教育部体育卫生与艺术教育司相关负责人表示,意见对师资队伍建设工作出新部署,明确提出构建新型体育师资队伍,落实在学校设置教练员岗位,完善其资格、遴选、培训、管理与评价等制度,以适应学校体育时长增加、锻炼质效提升的需要,为建强师资队伍、充实学校体育力量提出新要求。

北京体育大学党委书记樊战备说,“强教必先强师”,高质量体育教师队伍是学校体育高质量发展的中坚力量,应持续提升教师的教学、运动、执教与执裁能力,推动其做到“会做、会教、会训、会赢”,并打造“教育体育部门—大学—中小学”协同联动的体育教师教育共同体,健全“职前—职后”全周期培训体系,使教师成为实现学生体质强健计划的坚实保障。 本报北京11月19日电



11月19日在广东省江门市拍摄的发布会现场。当日，中国牵头的国际合作项目江门中微子实验（JUNO）装置在广东省江门市发布了其建成后的首个物理成果：研究人员通过对今年8月26日至11月2日共59天有效数据的分析，测量出描述中微子振荡的两个参数，精度比此前实验的最好记录提高了1.5~1.8倍。这意味着其探测器关键性能指标全面达到或超越设计预期。

江门中微子实验经过十余年的建设和建设，成为国际上首个建成的新一代超大规模、超高精度的中微子实验装置。

新华社记者 金立旺/摄

两部门发文健全存管规则

## 加强养老机构预收费监管

本报北京11月19日电（中青报·中青网记者韩颖）记者从民政部获悉，民政部、金融监管总局日前印发《养老机构预收费存管工作指引》（以下简称《指引》），进一步加强和规范养老机构预收费监管，健全存管规则，保障老年人合法权益。

《指引》指出，养老机构应当在民政部门公布的本地区承接预收费存管业务的商业银行名单范围内，自主选择一家银行开立唯一预收费专用存款账户，并按照规定签订存管协议。养老机构撤销专用存款账户的，应当预先向负责监管的民政部门报告存管资金处置等方案，自报告之日起，不得再向老年人收取押金、会员费。

值得注意的是，养老机构原则上通过存管银行收取押金、会员费，通过其他支付机构或者现金收取的，应当于收取当日（至迟次日）划转或者存入专用存款账户。

养老机构使用存管资金，应当向存管银行发起支出申请，说明资金用途，并提供有关佐证材料。存管资金用于支付突发情况下老年人就医费用的，存管银行可以容缺办理，养老机构应当于老年人就医后7个工作日内补齐相关佐证材料。

《指引》还指出，对符合养老服务协议约定和按照规定应当退费的，养老机构应当及时向存管银行提交退费申请，存管银行核对相关信息后，应当于退费申请提交当日（至迟次日）按原渠道一次性退还剩余费用。

此外，养老机构专用存款账户出现大额交易、可疑交易、高风险交易、非指定用途交易等资金异常流动情形的，除办理退费外，存管银行不得为其办理支出，同时向负责监管的民政部门作出风险提示。其中，涉及大额交易、可疑交易、洗钱等情形的，同步报告所在地人民银行分支机构；涉及非法集资的，同步报告地方处置非法集资牵头部门和所在地国务院金融管理部门分支机构、派出机构。

关于相关方权利义务,《指引》提出,养老机构向存管银行提供合法、真实、准确的证照及资料,有关证照及资料发生变化的,应当及时书面通知存管银行。因养老机构提供信息不真实、不合法、不及时导致的风险、损失与责任由养老机构承担。养老机构不得利用存管银行做营销宣传。

存管银行应当履行存管资金的管理责任,不得向养老机构收取额外的服务费用。存管银行应当开发用于归集养老机构资金收取、使用等信息的养老机构账户管理系统,并与民政部门信息系统实现数据对接,及时向负责监管的民政部门推送养老机构专用存款账户资金收取、使用、退费等信息及相关分析报告,不得隐瞒、篡改、拖延等。

存管银行应当关闭养老机构专用存款账户网银交易,全部交易通过柜面或者存管银行开发的专用存管平台进行。养老机构每次发起支出申请,存管银行应当进行支出后余额试算。试算发现支出后余额将低于风险保证金最低比例对应金额的,应当提示养老机构补足风险保证金。

“校媒记者探访企博联展计划”走进三峡工程博物馆

## 在“国之重器”中读懂中国水利智慧

本报湖北宜昌11月19日电（中青报·中青网记者王军利）11月19日下午,由中国青年报社、中青校媒发起的“校媒记者探访企博联展计划”首场直播,在世界最大的水电工程专题博物馆——三峡工程博物馆举行。中青校媒记者、武汉大学新闻与传播学院学生曾伊可和来自马来西亚的留学生郑雯双通过直播,带领观众探访三峡工程的“前世今生”,观看人次超30万。

“自西汉到清末的2100多年间,长江共发生214次洪水,平均每10年一次。”三峡工程博物馆运行保障部刘逸飞介绍,从

1918年孙中山先生在《建国方略》中提出设想,到1992年七届全国人大五次会议表决通过,三峡工程凝聚了几代中国人的心血。2020年8月20日,三峡工程成功抵御了建库以来最大洪峰,守护了长江中下游地区人民的生命财产安全。

在工程馆,三峡大坝混凝土芯样陈列在展柜里。博物馆藏品管理部熊傲介绍,三峡建设者严控质量,在大坝中埋设1.2万余支监测仪器进行实时监控。“三峡工程大江截流最大水深达60米,综合难度为世界之最。我们首创深水平抛垫底等关键技术,成

功解决了这一世界级难题。”

展柜中有一套密密麻麻记录着计算数据的笔记本,刘逸飞介绍,这是郑守仁院士的工作笔记。这位被称为“三峡之子”的长江委总工程师,带领团队攻克了大江截流等关键技术难题。

水电馆内,68位水电院士的照片墙引人注目。“张光斗院士在抗战初期放弃哈佛深造机会毅然归国,陆佑楣院士提出‘为中华、志建三峡’的号召,最终升华为三峡精神……”博物馆宣传教育部方正艳说,“他们是中国水电事业的开拓者、推动者和

## 我国首个配置冷却塔的核电机组建设全面启动

首个民营资本参股核电项目同期推进

两个项目各有亮点。山东招远核电项目规划建设6台“华龙一号”核电机组,项目全部机组建成后,预计年发电量达500亿千瓦时,可满足约500万人口的年

生产生活用电需求。项目配置高位收水自然通风冷却塔,首次将二次循环冷却技术应用到“华龙一号”机组上。这一设计不仅实现冷却水的循环使用,还大幅降低水

见证者,为我国水电事业作出巨大贡献,筑起了我国水电发展的精神丰碑。”

在好奇水电研学中心,中青校媒记者在“自然水利工程师”游戏中用树枝搭建水坝,通过“磁力发电”装置点亮城市模型。博物馆宣传教育部李冬梅表示,互动展区将复杂的水电知识转化为趣味探索,旨在激发青少年的科学兴趣,为实现“双碳”目标培养未来的工程师。

中国水电“走出去”,是高质量共建“一带一路”的重要组成部分,由三峡集团承包建设的马来西亚冰若水电站就是案例之一。郑雯双感慨:“我看到了超级工程的规模,更感受到中国在国际合作中的担当。”

“校媒记者探访企博联展计划”旨在组织校媒大学生记者走进企业博物馆、展厅等场所,通过直播方式传播企业历史与文化,搭建青年学生与产业一线沟通的桥梁,发挥“以产启智、以创育人”的实践教育功能。

头和能耗,保障冷源安全,将为我国核电建设开辟新路径、提供新经验。

浙江三澳核电项目是我国首个民营资本参股的核电项目。本次开工的3号机组于2024年8月19日获国家核准,采用“华龙一号”三代核电技术,建成后预计年发电量可达100亿千瓦时,可满足约100万人口的年生产生活用电需求,将持续为长三角地区经济社会发展提供清洁能源助力。

人才产业同频共振 英才汇聚科创高地

# 解码合肥高新区“高层次人才突破万人”背后的逻辑

金秋时节,正是收获的季节。合肥国家高新技术产业开发区(以下简称“合肥高新区”)人才工作刚刚传来捷报:截至目前,全区高层次人才总量已突破万人,达10110人,占全市高层次人才总量的四分之一。

与此同时,经济建设再传佳音——国家级专精特新“小巨人”企业认定名单揭晓:合肥高新区共有38家企业入选。至此,合肥高新区已累计培育国家级专精特新“小巨人”企业135家,在全市占比43.2%,在全省占比16.7%。这些“小巨人”不仅是中小企业中的“领头雁”,更是区域经济活力的“风向标”,是推进新型工业化、培育新质生产力的重要力量。在这片创新沃土上,一批又一批企业凭借在细分领域的深厚积累与持续创新,逐步成长为行业翘楚,为全区产业生态注入源源不断的动能。

归根到底,事业的发展,离不开人才建设的支撑与驱动。作为1991年获批的全国首批国家高新区,合肥高新区经过30余年发展,如今已跻身长三角地区重要科技创新高地行列。它既是合肥综合性国家科学中心的核心承载区,也是安徽省实施“科大硅谷”战略的核心阵地。从“星星之火”到“燎原之势”,合肥高新区高层次人才突破万人的背后,是人才与产业的同频共振,是创新与生态的深度融合。这片沃土,正成为英才汇聚的高地。

### 量质齐升,人才结构持续优化

人才总量的突破,源于引才育才的精准施策。这一发展成效,在人才梯队建设上得到了诠释:在10110名高层次人才中,市级以上高层次人才占比达33.6%,彰显出合肥高新区对人才的强大吸引力。

人才“量”的扩张与“质”的提升同步推进,展现区域人才结构的深度优化。全区重点产业高层次人才合计占比约80%,其中人工智能、集成电路占比分别达18.2%、15.5%,人才与产业相



位于合肥高新区的中安创谷

互促进的良性循环正在加速形成。

### 精准引育,青年英才加速汇聚

功以才成,业由才广。今年以来,高新区深入实施人才强区战略,围绕重点产业人才需求,开展组团校招、云聘会、直播招聘等多元化引才活动,精准对接重点高校优质人才资源。

高新区已开展线上线下各类招聘活动439场次,累计收取简历超11万份,其中硕博人才简历占比约70%。青年人才储备日益雄厚,为区域创新发展注入源源活力。

让青年影响青年。当前,合肥高新区从事青年人才中35岁以下青年占比达66.2%,青年人才已成为推动区域发展的核心力量。为此,合肥高新区今年

还创新推出首批8名“科创青春推介官”。此举旨在通过青年人才的亲身经历与影响力,吸引更多优秀人才汇聚高新区,为区域高质量发展注入青春动能。

为进一步破解人才引进与留用难题,合肥高新区创新提出“青年代言青年”模式。通过选拔在人工智能、生物医药、量子科技等领域有突出贡献或成长故事的科创青年,以同龄人的视角传递高新区的产业活力与机遇,增强青年群体的情感认同。

这些来自不同领域的“科创青春推介官”,不仅是合肥高新区科技创新的形象大使,更是人才发展生态的联结者。平时,他们通过短视频、社交媒体分享个人在高新区的创新创业经历,展现区域发展与个人成长的双向成就。未来,将依托行业交流、高校活动等场景,链接



合肥高新区“人才日”启动现场



高新云果青年人才驿站

高校学子、科研人才与企业需求。

### 政策赋能,服务能级全面提升

2025年5月,高新区发布《建设世界一流高科技园区若干政策措施》,推动政策向“精准激励”升级。

这套政策组合拳覆盖人才“引进—培养—服务”全链条:

对具有国际一流水平的科技领军创业团队,给予综合资助;对掌握关键核心技术的创业项目,给予创业奖励;新引进合肥市C类(省级领军人才)以上高层次人才,可享受最高200万元住房补贴与100万元引才发展奖励;重点产业急需紧缺青年人才,可享受最高30万元岗位补贴及住房租赁补贴。

服务创新方面,高新区打破部门壁垒、重构服务流程,推出“高新人才码”,通过集成化、线上化的方式,为经认定的区内各类人才提供“即申即领、一码通行”的便捷服务,覆盖出行、健康、文旅、专享、咨询等5类15个服务场景。

针对各类人才,人才码已上线免费乘车、免费停车、健康体检、家庭医生、疗养、文旅年卡等各项服务,各场景主管部门积极响应,保障各项服务高效运转。截至目前,高新人才码已有7300人申请成功。

安居是乐业的基础保障。“高新云果青年人才驿站”为求职者提供最长30天免费拎包入住服务,打造暖心第一站。配套有人才公寓、共享厨房、健身房、篮球场等生活设施,以及自习室、阅览室等学习空间。同时提供企业招聘信息、职业规划辅导及政策咨询服务等。人才驿站自6月上线以来,累计已有1600人次成功预约。

除了开设“人才驿站”为年轻人求职提供短期保障,合肥高新区还构建了包括公共租赁住房、保障性租赁住房、市场化租赁住房等在内的多元长租房服务体系,助力青年人才从“落脚”到“扎根”。

从短期应急的“一间房”,到侧面居住体验的“一套房”,合肥高新区已打造10个租赁住房项目,共计9806套住房,“住有所居、住有宜居、住有享居”的人才社区体系悄然成型。

交友婚恋无疑是青年的“刚需”。就在不久前,合肥高新区举办了科技人才专场交友会。不仅吸引了来自全市科技战线的单身青年职工关注,各行各业

的青年人才也纷纷报名。经过信息审核和初步匹配,当天的活动共筛选出150余名单身青年职工参与,其中硕士及以上学历占比达48.3%,近半数来自科研机构、科创企业的优秀青年。

活动设计了“缘来转身遇到你”“数字抱团觅知音”“为爱告白第一步”“嘉宾回访”等环节。“浪漫告白”环节将现场氛围推向高潮——6位嘉宾勇敢向心仪对象表达心意,最终,5对嘉宾

成功牵手并现场合影留念。

这一活动旨在搭建安全可靠的交友平台,破解青年职工因工作繁忙、社交圈狭窄导致的“交友难”问题,提升归属感与幸福感,吸引他们扎根合肥,为城市发展稳定人才队伍。

### 党建引领,创新活力竞相迸发

2025年,合肥高新区在科技领军人才、高知群体和青年创客等“三新”领域发展党员204名。依托党群服务中心等平台,合肥高新区举办“人才日”、“科技英才沙龙”等品牌活动48场,营造“党建凝聚人才、人才引领创新”的浓厚氛围。

这种创新生态让人才的创造力充分涌流。周雷书记团队攻克量子通信核心器件技术瓶颈;科大讯飞AI研究院王士进博士主导的“星火大模型”项目获国家科技进步奖一等奖;“中国青年五四奖章”获得者、东超科技韩东成团队研发的“空中悬浮成像”技术实现产业化应用。一项项走在前列的创新成果,凝结着人才的智慧,更直观地彰显出,在党建引领下,高新区人才生态正展现出强大创新活力。

为了发挥党组织的作用,增强党员的凝聚力,合肥高新区还成立了安徽省青年企业家协会功能型党委。合肥高新区青年企业家协会现有会员242人,创业领域涵盖新型显示、人工智能、空天信息、集成电路等战略性新兴产业,其中包含101家国家高新技术企业、58家专精特新企业、18家上市企业。目前,协会内已有166家青年人才党组织,充分彰显党建引领下青年人才的创新活力。

站在新起点,合肥高新区将持续优化人才发展生态,加快建设人工智能、量子信息、生物医药等高端产业集群。这片创新热土以独特“养人”环境,吸引天下英才,为区域高质量发展注入不竭动力。

人才蔚起,事业方兴。合肥高新区以海纳百川的胸怀聚天下英才而用之,在建设世界一流高科技园区的征程上迈出坚定步伐。