

西安市中小学开学首日探访: 每天一节体育课 课间活动丰富多彩

2月14日,2025年西安市中小学新学期正式拉开帷幕。根据最新政策,全市义务教育阶段学校每天将开设1节体育课,课间延长至15分钟,并每天安排30分钟的大课间活动。这些旨在让学生充分“动”起来的政策是否落实?开学首日,记者深入部分学校进行实地采访。

阳光大课间让师生“动”起来

2月14日上午9时50分,记者来到西安市新城区新知小学。此时,学校正准备开展一天一次的30分钟大课间活动。随着舒缓的音乐响起,全校6个年级的小学生们整队走出教室,分年级进入操场或活动间,开始了30分钟的锻炼。

孩子们在体育老师的带领下,伴随着《上春山》《天天向上》等节奏感十足的音乐,舒展四肢,做起了组合操。随后,体育老师带领学生们进行了放松和拉伸运动,以消除运动后的疲劳。

体育老师李捷介绍,新知小学的大课间活动以“操”为主,根据不同年级学生的身心特点,设计了传统操、自编操和特色操的组合,重点锻炼学生的柔韧性和肢体协调性。学校还开发了适合室内活动的室内操,确保大课间活动风雨无阻。

每天一节体育课已纳入课表

记者在班级内看到了该校最新的作息时间表。每天8时20分开始第一节课,40分钟的课程结束后,是加长版的大课间(9时至9时15分)。第二节课后的大课间为9时55分至10时25分,随后是5分钟的眼保健操时间。上午第四节课结束时间为12时10分。下午2时20分开始第五节课,下午同样安排了两个加长课间和一次眼保健操时间。几位老师告诉记者:“每天一节体育课已纳入课表,从新学期开始执行。”

记者随后观摩了一节体育

特色课程与活动鼓励学生多运动

新知小学教育集团总校长刘岚介绍,集团下属的太华路小学、新知小学、西一路小学、鄠邑区人民路小学四所学校已按照新规调整了课表。新知小学根据国家、省级、校本三级课程的规定,适时调整了课时,确保每天一节体育课的落实。学校鼓励体育老师担任主教,班主任担任助教,鼓励老师走进操场锻炼。同时,学校将通过举办与艺术、科技、人文等结合的运动会,采取同一年级同一时段不同班级同时举行体育大课等方式,让孩子们“动”起来。

刘岚表示,新知小学大课间活动以“操”为主,已坚持多年,形成了特色。同时,学校还开发了跳绳、游泳、棋类等特色课程。为适应加长课间的需要,学校在相关班级购置了棋类、魔方等,让孩子们在课间可玩、可活动。



2月14日上午,西安市新城区新知小学的同学们在体育课上打沙包。

加长课间组建“5人组” 丰富课间管理样态

在莲湖区青年路小学,上午9时许,学生们正在进行加长课间的活动,玩着折返跑的游戏。校长行璐介绍,学校通过调整校本课程结构,严格落实每天一节体育课的要求。同时,为进一步发挥加长课间

对学生状态的积极调节作用,学校将按照班级成立兴趣相同的孩子为一组的“5人组”,通过分组活动等形式,丰富课间管理样态,真正发挥大课间的作用。目前,加长的课间及体育课时已纳入课表。

每天课间增加20分钟 综合体育活动超两小时

2月14日上午9时10分,随着第一节下课铃声响起,高新八小创新实施的15分钟“阳光小课间”首次亮相。根据学校体育组统筹规划,各年级分主题开展活动:一、二年级进行足球趣味游戏;三、四年级开展单人跳绳及长绳接力;五、六年级则以绳梯敏捷训练和花式踢毽为主。为避免场地冲突,体育老师提前绘制了“课间活动热力图”,通过分区域、错时段的方式实现空间高效利用。

记者在操场看到,六年级学生正以小组形式开展活动:绳梯区的同学们化身“敏捷小鹿”,在彩色方格间进行交叉跳、蝴蝶步等协调性训练;毽球区传来此起彼伏的喝彩声,五年级(6)班学生李雨橙正与同伴进行“对踢接龙”。谈及新课间安排,刚完成绳梯挑战赛的李梓豪同学兴奋地表

示:“原先课间总忙着上洗手间、收作业,现在多了5分钟,能真正活动筋骨了。我打算用这15分钟解锁更多运动技能,下周要和同桌组队开发趣味球新玩法!”

上午10时5分,全校学生上完第二节课后,由老师统一组织来到操场进行30分钟的阳光大课间活动。为了准备开学第一次大课间活动,体育组长柳楚老师和啦啦操社团创编了《我乃哪吒三太子》欢乐韵律操,分区域在主席台和操场中间进行示范,全体学生在台下熟悉动作后,爱上了这套动感十足的韵律操。记者采访了解到,经调整后西安中小学生对每天课间较以往增加了20分钟,还有一节体育课,再加上原有的30分钟大课间,学生每天综合体育活动超过两小时。

文/本报记者 张彦刚
图/本报记者 阮班慧

洛川工业园区总体规划（2025-2035年）环境影响评价第二次信息公示	关于世纪保险经纪股份有限公司陕西分公司注销的公告
根据《中华人民共和国环境影响评价法》《规划环境影响评价条例》及《环境影响评价公众参与办法》等文件的有关规定,现将《洛川工业园区总体规划（2025-2035年）环境影响评价报告书》的主要内容进行信息公示,公示内容如下: 一、规划概述:1.规划范围:本次规划范围共分为三个片区,总面积1121.21公顷。杨庄河石化区(延安石油化工厂)占地面积56.48公顷,桥头川轻纺中心区(轻纺综合利用项目)占地面积46.17公顷,两个片区均为已建成区,厂区边界即为规划边界。杨舒化工新区为重点规划区,规划面积为1018.56公顷。本次规划以杨舒化工新区为重点研究对象,四至范围:东至界村东、西至月食沟、北至南杨舒村、南至南谷村。2.规划期限:规划期限2025-2035年,近期为2025-2030年,远期为2031-2035年。3.规划目标:围绕现有产业,补链延链,进一步提升园区管理服务保障能力,把工业园区建设成为产业特色明显、规模效益显著、资源利用高效的陕北能源化工基地重要承载园区,打造成为洛川县经济重要增长点。4.功能布局:已建成的杨庄河石化区和桥头川轻纺中心区,占地均为工业用地。拟建的杨舒化工新区采用“一园四区”,“园”:洛川杨舒化工园;“四区”:管理服务区、产业功能区、物流仓储区和公用工程设施区。5.产业发展方向:园区产业发展方向为三大板块,即石化、化工新材料和高端专用化学品等三大新型化工产业。二、规划环境影响评价结论:洛川工业园区总体规划(2025-2035年)可促进区域经济发展,规划指导思想、总体发展目标基本合理;规划与陕西省、延安市相关规划基本协调一致;区域水资源、土地资源等均可满足规划实施需求;规划区占地不涉及水源、自然保护区、文物古迹等环境敏感区;规划方案选址、规划区布局及产业规模基本合理。规划实施会对区域环境质量造成一定影响,但在采取有效的污染防治措施、环境风险防范措施、生态综合防护与恢复措施后,不利影响会得到削减或减缓,规划区污染物排放能够满足区域环境容量和环境质量要求。在采取规划方案优化调整建议及环评建议的各种环保措施和方案的前提下,从环境保护的角度分析,规划方案基本可行。三、查阅环境影响评价报告书的方式和途径:公众可通过下列方式联系环境影响评价机构或规划实施单位联系,提出与环境影响评价相关的意见和建议。七、公众提出意见的起止时间:自本公告发布之日起10个工作日。 洛川工业园区管理委员会 2025年2月13日	世纪保险经纪股份有限公司经董事会决议注销世纪保险经纪股份有限公司陕西分公司(企业统一信用代码91610000078613712U),该分公司于2025年2月10日完成《营业执照》注销,原有人员、业务及各项工作并入世纪保险经纪股份有限公司山西分公司,特此公告。 杨陵区人力资源和社会保障局关于《工伤认定举证通知书》送达的公告 陕西润祥鸿途建筑劳务有限公司: 我局依法受理了张玉龙申请认定其本人在你单位受伤事故为工伤一案,根据《工伤保险条例》《工伤认定办法》等相关规定,下达了《工伤认定举证通知书》(杨人社工字〔2025〕第1号),经EMS邮寄送达、直接送达均无法将认定书送达你单位。现决定向你单位进行公告送达,本公告发布之日起三十日,即为送达。领取地址:杨陵区人力资源和社会保障局(杨陵区康乐路20号),联系电话:029-87012129,特此公告。 杨陵区人力资源和社会保障局 2025年2月14日
榆神工业区清水工业园总体规划（修编）（2025-2035年）环境影响评价第二次信息公示	公告
根据《中华人民共和国环境影响评价法》《规划环境影响评价条例》及《环境影响评价公众参与办法》等文件的有关规定,现将《榆神工业区清水工业园总体规划（修编）（2025-2035年）环境影响评价报告书》的主要内容进行信息公示,公示内容如下: 一、规划概述:1.规划范围:规划范围为东至壳尾河、南至神木市高家堡镇红柳沟村、西至大保当西湾村田边界线、北至榆神工业区能源路,管理范围87.31km²(不含非建设用地面积3.467ha)。2.规划期限:规划期限2025-2035年,近期2025-2030年,远近期2031-2035年。3.规划战略定位:充分利用榆神市丰富的煤炭资源,依托现代煤化工技术支撑,集聚发展现代煤化工产业,并通过产业链的纵向和横向耦合,打通园区内“一煤三聚”原料的自给通路,以能源化工产业为主导,大力发展现代煤化工产业。园区功能定位:规划榆神工业区清水工业园核心区、现代煤化工技术产业发展引领区、化工新材料和专用化学品产业集群区。4.规划目标:根据产业发展目标,清水工业园区的上下游产业同步协调发展,在发展规划过程中灵活实施,协调配套高端产品的上下游发展。榆神工业区目标成为国内领先、世界一流的能源化工基地核心区,成为煤化工高端产品的聚集地。5.功能布局:依据工业园区总体规划的布局思路,结合工业园区性质、自然条件及本规划要求,规划清水工业园形成“两区、三轴、七组团”的功能布局结构形态。6.产业发展方向:以推动煤炭资源高效清洁利用为抓手,以促进煤化工产业高端化、多元化、低碳化发展为目标,开放资源配置方式,按照“强龙头、延链条、聚集群”的总体战略方针,构建“煤炭高效清洁利用+煤化工+煤基化工”产业体系,构建“煤化工+煤基化工+煤基化工”的产业发展框架。二、规划环境影响评价结论:榆神工业区清水工业园总体规划(修编)(2025-2035年)可促进区域经济发展,规划指导思想、总体发展目标基本合理;规划与陕西省、榆林市、神木市相关规划基本协调一致;区域水资源、土地资源等均可满足规划实施需求;规划区占地不涉及水源、自然保护区等环境敏感区;规划方案选址、规划区布局及产业规模基本合理。规划实施会对区域环境质量造成一定影响,但在采取有效的污染防治措施、环境风险防范措施、生态综合防护与恢复措施后,不利影响会得到削减或减缓,规划区污染物排放能够满足区域环境容量和环境质量要求。在采取规划方案优化调整建议及环评建议的各种环保措施和方案的前提下,从环境保护的角度分析,规划方案基本可行。三、查阅环境影响评价报告书的方式和途径:公众可通过下列方式联系环境影响评价机构或规划实施单位联系,提出与环境影响评价相关的意见和建议。七、公众提出意见的起止时间:自本公告发布之日起10个工作日。 榆神工业区管理委员会 2025年2月14日	为确保公路的安全畅通,提升道路通行质量,将对G85银昆高速进行养护作业,现将相关事项公告如下: 一、养护路段:G85银昆高速:1.起点为K558+150,终点为K555+750,全长2400m;2.起点为K494+800,终点为K496+800,全长2000m。 二、养护时间:自2025年2月22日起至2025年4月28日止,具体施工时间可能会根据实际情况进行调整,如有变动,将另行通知。 三、养护方式:本次养护采用单幅双向通行的方式。即在施工期间,将封闭一侧道路进行作业,过往车辆需在另一侧道路双向通行。 四、注意事项:1.施工期间,道路通行条件将受到一定影响,经过施工路段时,请严格按照现场交通标志标线指示行驶,减速慢行。2.遵守交通规则,服从现场交通管理人员的指挥。3.由于施工带来的不便,敬请广大司乘人员给予理解和支持。感谢您对我们工作的支持与配合! 宝鸡市公安局交通警察支队高速公路交警大队 陕西省交通控股集团有限公司宝鸡分公司 陕西高速机械工程有限公司 2025年2月14日

心理治疗师:
支持和理解
有利于孩子健康成长

新学期已经开始,学生回归校园后常会出现不适应、精神倦怠的问题,有的还会在心理上产生抵触情绪乃至不想上学。近日,西安市儿童医院儿童保健中心心理治疗师张艳楠表示,中小学生在返校后若状态不佳,家长应注意积极与孩子做好沟通。

“孩子也不知道是怎么了,以前脾气比较好,也听话,可最近就跟换了个人似的,情绪波动特别大,有时为了一件小事就会暴跳如雷,还乱摔东西。”家住西安市东郊的李女士说,她的孩子今年10岁了,突然的变化让她有点不知所措。

张艳楠说,其实她接诊的不少孩子都没问题,问题出在父母的教育方式上。积极心理学认为,如果父母对孩子有足够的关注和支持,孩子的情感需求就会被满足,也会激发孩子的成就感以及挑战困难的勇气。但如果孩子长期成长在一个缺乏理解、支持与关怀的家庭环境中,可能会给孩子带来一些负面影响,如过度焦虑、自卑等。

那么,如何给予孩子关注与支持呢?张艳楠说,首先要学会倾听,家长需要尽可能多地“听”孩子表达内心的想法与感受,用眼神和肢体动作表达“我在听”“爸爸妈妈在”的状态。在孩子表达时,不要去打断他们,同时注意沟通时的语气语调,避免使用过于严厉的用词。及时回应孩子的情感需求,让孩子知道自己被重视、被理解。

同时,父母要接纳孩子的独一无二。正如世界上没有两片相同的叶子一样,每个孩子都是独一无二的,都有自己的节奏和方式,不要试图将他们修剪成统一的模样,要尊重孩子的个性。时常跟孩子表达爱与肯定,比如“爸爸妈妈爱你”“我们为你骄傲”“你可太了不起了”这些类似的话语都可以经常向孩子表达。

此外,良好的家庭氛围可以增强家庭凝聚力,也有利于家庭成员之间的和谐关系。应该尽可能地给孩子营造一种温馨、和谐的家庭氛围,让孩子在心理上产生安全感,让他们在愉快的环境中生活。

本报记者 葛兰

西安市职工技术协会关于召开第九届会员大会的通知

西安市职工技术协会将于2025年3月14日在西安市职工技术创新中心会议室召开第九届会员大会,商议西安市职工技术协会注销事宜,请广大会员同志按时参会。联系人:郭女士,联系电话:84263454,地址:西安市新城海星智能广场主办公区4楼

西安市职工技术协会 2025年2月5日

陕西百嘉贸易服务有限公司补缴养老保险的公告

陕西百嘉贸易服务有限公司现处理2024年12月31日之前在职员工养老保险补缴事宜,请于登报之日起30日内联系公司人事部吴女士,电话:029-86269077逾期未联系者将按相关规定处理。

陕西百嘉贸易服务有限公司 2025年2月12日

第五采油厂2025年产能建设工程（陕西区域）环评第二次公示

《第五采油厂2025年产能建设工程（陕西区域）环境影响评价报告书（征求意见稿）》现已完成。根据《环境影响评价公众参与办法》要求,对本项目公示如下:一、建设项目工程概况:本项目位于榆林市定边县,属扩建项目,产能4万t/a。二、环评报告书征求意见稿全文网络链接及查阅纸质报告书方式和途径:1.征求意见稿链接:https://pan.baidu.com/s/1c13WSD7LpFvup-za10-jA,提取码:166p。2.查阅纸质报告的方式和途径:在第五采油厂现场查阅。三、征求意见的公众范围:建设项目所在地周围的、关注本项目建设的居民、企事业单位等公众。四、提交公众意见的方式和途径:公众可通过电话、传真、电子邮件或邮寄等方式反馈意见。联系方式如下:建设单位第五采油厂:刘主任(13892277065邮箱408176252@qq.com);评价单位陕西博厚建设环保工程有限公司:王工(18189257126邮箱315784822@qq.com)五、提交公众意见的时间与途径:自公示之日起10个工作日内,公众意见表下载地址: http://www.mee.gov.cn/xxgk2018/xxgk/xxgk01/201810/t20181024_665329.html。长庆油田分公司第五采油厂

遗失·声明·公告专栏 029-88665588

省级媒体 权威发布 天天刊登 欢迎刊登各类声明公告

