

让孩子爱上体育运动走几步？

□ 本报记者 王雅妮

伴随着大课间铃声的响起，汾阳市南门小学四六年级全体学生整齐有序地走进操场，“国学诵读—花式篮球操—太极拳—太极扇—太极扇”系列展演气势磅礴，赢得了采风团一行人员的连连称赞和阵阵掌声……

近年来，根据学校体育艺术教育的一贯特色以及艺体教师的基本情况，南门小学积极推进艺体课程建设，结合丰富多彩的课外社团活动，共同开启“艺术+体育+科技”的成长之旅。

但面对庞大的学生群体，如何开展“艺术+体育+科技”这项工作，校长武迎燕有自己的顾虑。体育教学的难点在于，不同的学生，运动基础、运动能力水平、接受能力存在差异，对于技术动作的掌握不尽相同，一个老师要照顾几十个甚至成百的学生，学生动作做得不到位，老师无法手把手地教。“先把基础好的同学选出来，先教他们，他们再领操，教其他同学。在不断探索下，现在一年级做手语操，二年级是啦啦操，三年级是跳绳，四五六六年级是篮球、太极。南门六年，孩子们至少掌握五项之体本领，为孩子的出彩未来奠基。”校长武迎燕说道。

更具特色的是，该校将“杨氏太极拳24式、太极操、太极扇”进行整合，坚持在大课间活动中陪伴学生阳光体育锻炼，提升学生身体

素养，也在传承中创新发展中华优秀传统文化。2022年，南门小学荣获“全国中小学优秀传统文化传承学校（太极拳）”。

汾阳市很多中小学不约而同地将特色体育放到了更加重要的位置上，从而为“五育”融合发力。

伴随着音乐的律动，汾阳市西河小学的小伙伴们灵活地拍手出拳，击打节奏，十个手指变化交错，像在跳一支曼妙的舞蹈。在轻松快乐的气氛中，同学们的手、眼、脑的协调配合能力得到了锻炼。为促进学校阳光体育活动的开展，增强各班的凝聚力，培养学生的集体荣誉感、团结协作和拼搏进取的精神，该校常态化开展手指操和眼保健操比赛。

该校还尝试将花样跳绳与各学科的育人因素积极融合。例如，科学课上首先从不同角度了解跳绳知识，并进行实验，展示绳子在生活中的妙用；美术课开展绳艺设计活动；语文课上用文字描述花样跳绳以表达喜爱之情，体会有趣的跳绳文化。

“花样跳绳是一项集健身、娱乐、竞技、表演于一体的运动项目，在传统跳绳的基础上，融合了舞蹈、技巧、街舞和音乐等多种运动及艺术形式，使跳绳活动更具趣味性和挑战性，

深受学生们的欢迎”。该校校长任兴国向采风团一行人员介绍。现在，该校大课间活动不再是传统的折返跑，代之以充满青春旋律的花样跳绳，覆盖每一个学生。让孩子们在快乐中锻炼身体，提高身体素质，同时也能够培养他们的合作精神，创造力和想象力。该校花样跳绳社团在学生每周常规训练下，将目标瞄准了省市级比赛。

从过去的每周2—3节体育课，到每周体育社团的开展，再如今统一的每天大课间体育锻炼，西河小学的做法无疑给该市中小学的特色体育教育补上了一块重要拼图。除此之外，该校校园设计以体育内容为主题，灯箱一面是各种体育项目，另一面设计了各界奥林匹克运动会时间、内容、口号、吉祥物等，孩子们在操场进行体育锻炼的同时，潜移默化地了解体育知识，增强智育和美育教育。

虽然越来越多的学校开设特色体育课程，但要真正上好这门课，挑战还是不少。“在开好常规体育课程的基础上，我们更加注重特色体育项目的开发，挖掘孩子的体育特长，让他们爱上运动。”汾阳市实验小学校长张铁介绍，学校依托骨干教师形成特色体育项目“一校一品”。为此，学校内部进行足球、篮球、乒乓球

等领域的优势项目“共享”，通过体育社团的形式让学生依兴趣选学。该校参加了“2019年中国小篮球联赛（山西省吕梁赛区）”，并获得中国小篮球联赛山西吕梁赛区优秀组织奖和个人优秀运动员。

相比其他学校，新建学校北关小学如何找到体育发展改革的切入点，实现优势特色项目的突破，这也是该校探索“五育”融合的一道命题。

自建校以来，该校就积极探索组织武术、太极拳、健美操等体育类课程和社团。如今，随着新建操场的不断完善，开齐体育课已经不再是问题，体育教师也致力于帮助学校开展特色体育项目，实现优势竞技项目开枝散叶、开花结果。

“接下来，我们将建立科学的评估机制，定期对体育课的实施情况进行检查和评估，及时发现问题并进行整改。”北关小学王天斌校长表示，还要加强家校合作，引导家长重视孩子的体育锻炼，支持学校的体育教学改革工作，共同为孩子的健康成长营造良好的环境。

“双减”背景下，如何打造高质量的特色体育课，让孩子真正爱上运动，实现“五育”融合，是汾阳市各中小学正在共同作答的一道时代考题。



7月15日，文水县城镇中学举行第75期公益课堂“榜样引领 逐梦奋进”2024年中考优秀学子学习经验分享交流会，初二、三年级学生代表及家长近300人现场聆听，有3976人线上收看直播。冯增清 摄

5210张光盘内含近7年2489个在交易平台进行招投标业务的电子文档、音视频资料——市公共资源交易中心归档系统实现智能革新

本报讯（记者 高茜）“参与过或了解招投标的人都知道，在没有实现电子交易系统以前，除必要的各种审批表、资金来源表、备案表等，最多的就是招投标文件。按照惯例一份招标文件1厘米，投标文件就是3厘米，假设设5个投标人，这一项目需要归档的文件最少16厘米。这还只是纸质文件，不包括音、视频资料。”市公共资源交易中心主任郝东平用通俗的语言介绍着电子档案归档工作智能化的必要性。

市公共资源交易中心电子交易平台于2016年上线运行，服务着全市建设工程交易、政府采购、国土交易和产权拍卖等，实现了全程电子化、无纸化，和与省、国家相关部门的互联互通，为各方交易主体提高了工作效率、降低了交易成本。但产生的电子文件种类较多、分布零散，不利于统一

整理归档和调阅。从档案管理来讲，一项一档是必然要求；从事后监督来讲，要便于查找调阅；从数据保管来讲，要便于长期安全保存。因此，2020年市公共资源交易中心立足实际搞研究，积极推进智能归档系统的建设，并于2020年4月上线。该系统上线以来，一张薄薄的光盘就可以解决一个项目所涉及的所有文字资料及开评标过程中的音、视频资料，真正实现了自动、快捷、方便。

据介绍，智能归档系统主要实现了归档任务管理、视频智能获取、档案检索管理、智能光盘柜管理等功能，开创性地以科技信息化的手段，让海量的开评标视频资料归档更高效、更智能，与电子档案系统实现有效对接，保证公共资源交易项目档案的完整性和安全性。具体表现为开评标视频档案以“一

项一档”为要求，以光盘为存储介质，系统自动建立视频资料归集目录，定时自动开始视频归档任务，高度集成音视频处理、存储、刻录等技术，视频档案数据完整准确、易检索易维护，全程无值守，减少人工，有效提高视频档案管理效率。

“自智能归档系统运行以来，各相关单位因工作需要，在我中心调取档案资料100余次，我中心能在最短时间内完整准确提供，并配套读取系统，确保安全使用。”郝东平自信地说道：“交易中心的电子交易数据是对项目情况的原始记录，意义非常，接下来我中心将继续按照相关要求，扎实做好招投标过程中档案的收集、整理、保密和存储等工作，不断优化公共资源交易领域的营商环境，促进交易更加公开公平公正，服务我市经济社会发展大局。”



对结交、充当政治骗子的处分规定有哪些？

新修订的《中国共产党纪律处分条例》明确增写了搞投机钻营，结交政治骗子或者被政治骗子利用，以及党员充当政治骗子的处分规定。

“政治骗子”一般指通过虚构冒充领导干部及其亲属、朋友、身边工作人员，或用有特殊背景的专家教授、学者智囊、“大师”等方式设计身份伪装，或通过伪造领导干部图文影音资料，虚构与领导干部交往经历、传播政治谣言、制造内部信息、假意“牵线搭桥”等方式设计行为包装，以“提拔重用”“摆案扶案”等政治利益为诱饵骗取他人信任，谋求攫取经济利益、社会地位等不正当利益的人员。

政治骗子行骗的套路通常是虚构特殊身份背景，散布所谓“内幕消息”，把自己包装成“有来头”的神秘人物，故弄玄虚骗取信任，进而骗钱、骗物，甚至插手人事安排、工程项目等。

党员干部结交政治骗子、充当政治骗子，主观目的 generally 是为了在政治上搞投机钻营或谋取不正当利益，有的希望搭“天线”跑官要官，有的希望找关系“消灾解难”，有的希望插手人事安排、工程项目等，或有其他不良目的，如打探“内部消息”、捞取政治资本等等。

认定党员干部结交政治骗子或者被政治骗子利用等搞投机钻营行为，均要求党

员干部具有谋取不正当政治利益的动机，主观上明知其结交的对象系政治骗子，或者根据结交对象的行为表现应当知道其系政治骗子。如果党员干部结交政治骗子时间较短，发现被骗后及时终止交往，或者未给政治骗子办事谋利，情节轻微的，可统筹考虑事实证据、思想态度、悔过表现、查处效果等，不予处分或者免予处分，给予批评教育、责令检查、予以诫勉或者组织处理。

认定党员干部充当政治骗子行为，要求党员干部具有通过插手人事安排、工程项目等方式谋取不正当利益的主观动机，且客观上采取了欺骗的方式，骗得有关人员的误信。来源：中央纪委国家监委网站



谈公共场所禁烟

□ 李牧

“吸烟有害健康”是常识，无须多言。不过，依旧有不少人沉迷此道，难以割舍，会为吸烟辩护。诸如：吸烟已成习惯，戒烟会带来不适；吸烟可舒缓压力，娱乐身心；烟乃人际关系“润滑剂”，无烟难开口，有烟好说话；吸烟是个人自由；人们夸大了吸烟的危害，何况有害健康但人们一直在做的事太多了，比较而言，吸烟的那点危害根本就不算啥……

这些论调听起来似乎有些道理，但其实也大都是借口而已。很大程度上，吸烟者难于戒烟的真实原因，是因为烟草带来的伤害没有那么快速和直接，而它带来的快感和舒适，当下就可以感受到。

然而，舒适都是有代价的，烟草的伤害固然缓慢，却几乎对人体所有重要器官都有伤害，这种伤害持续且累积。终归在某一时刻，会来个总爆发。这个伤害的实际情况是这样的：烟草点燃后的烟雾中，含有已知的69种致癌物以及几十种其他化学物质，是肺癌、口腔癌、喉癌等十几种癌症、多种呼吸系统疾病、心脑血管疾病、生殖和发育异常等疾病的直接原因或间接诱因。这是在世界范围内大规模的实验和无数病例的基础上，经过长期研究，医学界和科学界得出的结论。

清楚了这一切，选择吸烟还是不吸烟，的确是个人自由，在不影响旁人的前提下，大可自行其是。不过，在公共场所，还是要遵守规定，严格禁烟。原因为，自然是维护不吸烟的自由，防止公众受二手烟危害。

所谓二手烟危害，就是被动吸烟，即不吸烟者，暴露在二手烟雾中，受到的危害与吸烟几乎没有差别。据一些相关数据，我国吸烟者近3亿，居然有约7亿左右不吸烟者或多或遭受二手烟的危害，其中尤以未成年人和妇女为甚。

因此，在公共场所不抽烟，既是对他人的尊重，更是文明的体现。

三伏天，请避开这些养生误区

误区1

三伏贴包治百病

三伏贴主要用于治疗肺部、骨关节等方面疾病，适用于免疫力低下、易患感冒、虚寒体质等人群

不适合孕妇、心脏病及高血压患者、湿热体质和皮肤严重过敏的人群



误区2

绿豆汤喝越多越解暑

夏季喝绿豆汤利于解暑，但大量饮用易伤脾胃，尤其易腹胀腹泻人群不宜多喝



误区3

防暑不怕凉

三伏天做好防暑的同时，也不可过度贪凉，大量引用冷饮会损伤肠胃，大汗后受凉还可能导致供血不足



误区4

伏天就要“以热制热”

并非所有人都适合“以热制热”喝姜枣茶、喝羊汤等“热养法”会导致内热体质人群上火，出汗过多还会引起心慌等不适症状



误区5

最热时锻炼可提高耐热力

“夏练三伏”并不适合所有人尤其是中老年人群要避免在户外过度运动，即使年轻人也需避开最热时段户外锻炼，以免中暑



离石区朝阳社区

积分制带来基层治理新风尚

本报讯（记者 梁瑜）为增强社区凝聚力和居民参与度，提升居民自治水平，近年来，离石区滨河街道朝阳社区制定《朝阳社区居民积分制考核方案》，方案通过用服务换取积分，用积分兑换礼品等方式，正向激励居民用行动传递温暖，积极参与社区活动，促进社区的和谐发展。

每年春天的一个节假日，该社区都根据《方案》开展居民积分兑换活动，这一天往往也成为社区居民的盛大“节日”。每逢其时，来自社区的居民们有说有笑，三五成群，在社区服务地点根据积分依次兑换自己的礼品。或者是一把筷子，或者是一个蒸蛋器，又或是一个电饭煲，大家赞叹着，比较着。

为有序组织兑换，该社区建立“爱心积分管理台账”，台账上有姓名、年龄、电话、爱心积分等内容。社区还制定《积分管理办法》和《积分兑换实施细则》等，参加活动的居民对照《积分管理办法》，根据自己提供服务的类型、内容等获得相应积分。根据累积积分的多少，就可挑选相对应的物品进行有序兑换。

“兑换的是小物品，激发的可都是居民的服务热情。”朝阳社区负责人告诉记者，“目的就是通过积分制，不断提升居民自治水平，激励社区全体居民创先争优。”

据了解，全市社区基层治理实行“一引六自”以来，基层社区党建引领，居民自治、民事自议、文明自创开展得如火如荼，目前全市建成小区党群服务站1115个，各县（市、区）共争取财政资金1800余万元，用于小区抓党建、提服务工作。切实按照“社区指导、小区策划、居民参与”的原则，以公共文化活动场所、社区党群服务中心、小区党群服务站等为载体，组织开展文明自创，树立文明新风尚，开展贴近生活、形式活泼的文化活动。

该社区还积极落实有关政策，对特殊家庭进行多渠道的关爱和救助，多次对辖区困难群众进行慰问。让困难群众真切感受到了社区的温暖！”

孝义市公安局治安大队成功抓获一名外省网上逃犯

本报讯（记者 王涛 通讯员 张继忠）一直以来，孝义市公安局治安大队始终保持对网上逃犯的强力追捕，全力维护社会大局持续稳定。近日，民警经过缜密研判，成功抓获一名外省网上逃犯。

连日来，孝义市公安局治安大队民警在对网上逃犯进行梳理时，发现因涉嫌电信诈骗被深圳警方上网追逃的犯罪嫌疑人赵某某在孝义市有活动轨迹。民警充分发挥大数据、信息化工作优势，迅速锁定其居住地点和工作地点，并摸排掌握其日常生活轨迹后，快速出击，于6月19日在该市华珠便利店将其成功抓获。

目前，犯罪嫌疑人刘某鸿已移交深圳警方。