

课间10分钟 从“静悄悄”到“有活力”要多久？

新华社“新华视点”记者

10月31日，新华社“新华视点”栏目播发《除了上厕所不能随意活动？——部分中小学校课间10分钟被约束现象调查》。11月3日，教育部明确表态：中小学校安排课间休息十分重要、十分必要，要求中小学校每天统一安排30分钟的大课间体育活动，每节课间应安排学生走出教室适量活动和放松。

教育部回应后，一些地方中小学校“课间10分钟受约束”现象是否有所改观？“新华视点”记者就此进行了回访。

11月8日上午，记者来到河北省邯郸市邯山区实验中学。随着下课铃声响起，孩子们三两结伴或三五成群地走出教室，来到校园里的空地或操场上，丢沙包、跳皮筋、打羽毛球、玩老鹰捉小鸡……孩子们尽情享受课间时光，不时有欢笑声传来。

记者在新疆乌鲁木齐市第76小学看到，课间10分钟，操场上随处可见学生自由活动的身影。

北京师范大学海口附属学校一位负责人说，不少家长近期提出，希望孩子课间10分钟能走出教室活动。对此，学校要求各班根据教室所在位置等实际情况，采取组织学生下楼活动或在教室外开展简单游戏，以及在教室内增设棋类活动等方式，丰富学生的课间时光，并要求教师将对学生的看护延伸至教室外，以保障学生安全。

记者采访发现，国内多地已开始摸排和整改部分中小学校“课间10分钟受约束”现象，并取得一些成效。

贵州省教育厅相关负责人介绍，该现象引发广泛关注后，他们作出部署，在全省范围内对占用课间时间讲课、限制学生课间自由活动和挤占、挪用音体美课的情况进行排查，并结合学校实际情况立即整改排查出的问题。

一些地方教育主管部门还印发了相关文件。比如，成都市教育局日前发文，鼓励学校适当延长课间休息时间，引导学生走出教室，通过适度活动或远眺等方式放松。教师不得采取“拖堂”或其他

方式挤占学生课间休息时间，不得对学生课间活动设置不必要的约束。

然而，在部分学校，学生课间10分钟不能下楼活动的现象仍未改观。

11月7日傍晚，记者随机采访南方某省一所小学的几名小学生，被告知近期学校课间10分钟没有什么变化。一名五年级女生说，她课间除了上厕所，就是在教室里写作业或跟同学聊天，学校不让他们在走廊上跑跳玩耍。

北京市民王女士告诉记者，女儿就读的某小学情况没有发生变化，学生课间只能待在教室或上厕所，厕所有时变成同学们的“社交俱乐部”。她说，希望教育部门的要求能真正落地，“在学习之余，给孩子以活动空间”。

记者调研了解到，让孩子们既能学得好，也能快乐放心活动，一些现实制约因素依然存在。

一方面，校方担心学生课间活动跑跳发生意外，以及因而被举报投诉甚至追责问责的心理压力仍存。另一方面，一些学校面积小、学生多，教学

楼建得较高，学生课间难以下得来、走得

一名小学班主任说，他所在的学校教学楼有6层，上下楼就要几分钟，一些教师“拖堂”，学生没有足够时间去操场上玩。有部分教师反映，课间10分钟，学生要上厕所、整理和准备书籍、喝水、交谈等，很快就到上课时间，很难有效活动。

部分中小学校“课间10分钟受约束”现象，也提出了如何促进学生健康成长和全面发展的时代课题。基层教育工作者认为，保障中小学校合理享受课间时光，需要建立学校、家长和教育主管部门良性协同的长效机制。学校应因地制宜拓展课间活动空间和形式，加强安全教育；家长要为学校开展相关工作营造宽松氛围；教育主管部门也要综合考虑学校面积和学生数量等现实因素，有针对性地解决问题。

“让孩子们真正走出教室，跑起来、跳起来，需要更多智慧，也需要我们协同发力。”一位基层学校负责人说。

新华社北京11月10日电

联合国糖尿病日，你需要知道这些事

新华社北京11月14日电 11月14日是联合国糖尿病日，今年的主题是“了解风险，了解应对”。世界卫生组织强调，让糖尿病患者公平获得基本护理，帮助他们提升认知，把并发症风险降至最低。

联合国糖尿病日由世界卫生组织和国际糖尿病联合会共同发起，其前身是“世界糖尿病日”。2006年联合国通过更名决议，进一步强化政府行为，动员全社会加强对糖尿病的防控。

国际糖尿病联合会数据显示，截至2021年全球共计约5.37亿成年人患有糖尿病，其中近一半患者即大约2.12亿人对自己的病情缺乏认知。这一机构预测，到2045年全球患有糖尿病的成年人数量将增加约46%，达到约7.83亿。

糖尿病是一种慢性病，患者胰脏不能分泌足够的胰岛素或者身体不能有效利用产生的胰岛素，导致血糖浓度升高。随着时间推移，糖尿病可能损害心脏、血管、眼睛、肾脏和神经等，是失明、肾衰竭、心脏病

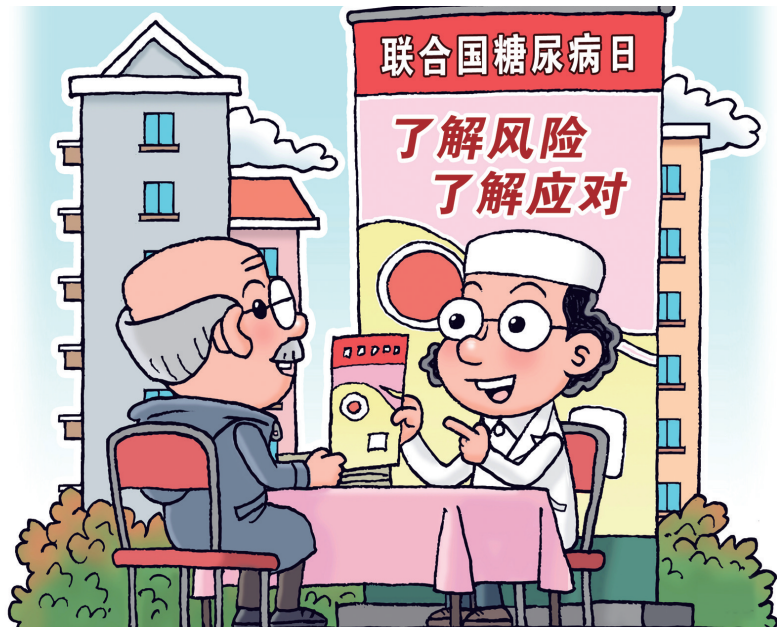
发作、中风以及导致下肢截肢的主要病因。

糖尿病有两种主要类型。1型糖尿病患者自身通常不能分泌胰岛素，需要注射胰岛素来维持生命；2型糖尿病占糖尿病病例总数的90%左右，患者无法有效利用胰岛素。

1型糖尿病无法预防，而2型糖尿病通常是体重超重和身体活动不足的结果。事实表明，简单的生活方式变化能有效预防或延缓2型糖尿病，例如保持健康体重、坚持体育锻炼、保证不吸烟、远离饮食中的“糖衣炮弹”。

糖尿病具有低知晓率、低治疗率和低治愈率的特点。除了血糖异常、多饮多尿、食量大、体重减轻等常见症状，还可能有力、情绪易怒、手麻脚麻、视物不清、尿频尿急等症状。

近年来，伴随着未成年人超重、肥胖等现象日益增多，糖尿病患者愈发年轻化。专家提醒家长不要给孩子摄入过多高脂高糖的食物，要让青少年、儿童保证吃动平衡。



新华社发 徐骏 作

我国在15个城市启动 首批公共领域车辆全面电动化先行区试点

新华社北京11月14日电(记者 严赋憬 张辛欣)工业和信息化部14日发布消息，工业和信息化部、交通运输部等8部门已印发《关于启动第一批公共领域车辆全面电动化先行区试点的通知》，确定北京等15个城市为此次试点城市。

通知提出，鼓励探索形成一批可复

制可推广的经验和模式，为新能源汽车全面市场化拓展和绿色低碳交通运输体系建设发挥示范带动作用。通知明确车辆电动化水平大幅提高、充换电服务体系保障有力、新技术新模式创新应用3个主要目标，以及提升车辆电动化水平、促进新技术创新应用、完善充换电基础设施、健全政策和管理制度4方

面重点任务。

根据通知预期目标，新能源汽车推广将聚焦公务用车、城市公交车、环卫车、出租车、邮政快递车、城市物流配送车、机场用车、特定场景重型货车等领域，推广数量预计超过60万辆；充换电基础设施方面，将建成超过70万台充电桩和0.78万座换电站；新技术新模式

发展将取得积极成效，智能有序充电、大功率充电、换电等加快应用，V2G、光储充放等车网融合技术示范效果良好，智能网联汽车技术有提升且示范规模逐步扩大，新能源汽车碳交易、绿色电力交易实现新突破，关键零部件国产化率逐步提升并实现上车应用。