

## 我市各小学推行“15分钟”活力课间新模式

## 把课间休息的轻松快乐还给孩子们

□记者 朱丽媛 通讯员 桑震凯

本报讯 昨天上午10时20分,下课铃声响起,舟山市第一小学的校园里一下热闹起来。孩子们或跳格子,或下棋对弈,还有的参加创意涂鸦、趣味科学实验、渔网编织等活动,动静有致,充满童真活力。

自去年全面推行课间15分钟以来,我市各所小学纷纷启动校园空间微改造、活动内容提质升级、AI赋能运动,持续探索推行活力课间新模式,以“小活动”撬动“大健康”,把课间休息的那份轻松快乐还给孩子们。

在舟山一小的金种子广场,记者看到,孩子们在彩色地面上欢快地跳格子、玩趣味套圈;花坛边棋盘前,学生两两对弈比拼;在新建的木屋区域,同学们结伴攀爬锻炼;生态园萌宠区里,同学们驻足观察鸡鸭觅食。喜欢安静的学生,则在室内或教学楼长廊的涂鸦板上画画,阅读角内静心品读,科学游戏墙边动手

探索磁场、水涡等小实验,在绳结专区学习编织渔网。没有统一的“模板”,短短15分钟的课间,丰富多样的活动,让每个孩子都能找到自己喜欢的休闲方式。

据了解,去年暑假起,舟山一小对校园进行了空间梳理与精细化改造。打破传统课间“教室+操场”的单一空间局限,通过盘活闲置走廊、角落空地,为学生开辟了一批可玩、可看、可学的多功能活动微空间。同时,校方常态化征集学生意见和建议,许多学生的奇思妙想落地成为课间项目,实现“我的课间我做主”。校长唐文娜介绍,学校在充分尊重学生自主选择权的基础上,已建成近20处活动微空间,推出40余项课间活动项目,下一步还将启动学校生态园二期建设,拓展实践互动空间。

南海实验学校小学部同样活力满满。从教室门口到操场空地,校园全域实现课间活动“无断点”。记者看到,教室外侧一边是学

生利用AI智能体育设备竞技比拼,一边是班级有序开展运球接力游戏。校长张伟告诉记者,这块场地原本是老旧场地,现在翻新改造后铺设了彩色地面,并安装了2台AI智能体育设备,供学生开展跳绳等智能运动。

该校小学部一改以往统一安排、被动参与的传统模式,充分盘活校内场地资源,采用“学校推荐+班级自选”相结合的方式,科学统筹课间活动内容、合理规划活动区域,引导学生适度运动、愉悦放松。“现在课间休息时我们可以跳绳、下棋,还能参加丢沙包等传统弄堂游戏。不仅活动时间更多了,内容也更加丰富了。”四年级学生小方高兴地说。

“活力课间”在全市各小学蔚然成风。嵊泗全县的小学校园推出了“海岛渔俗”特色课间,为孩子们设计了滚蟹笼、跳海礁等10余项海味十足的本土游戏;普陀区沈家门小学在传统爬竿、投冰壶基础上,新增了阅读、生态体验等项目,

引导学生自主搭配“个性化课间组合包”。如今,“课间15分钟”不再刻板单调,“下课出去玩”成为孩子们的普遍选择。

热闹好玩的背后,需要科学严谨的管理保障。市教育局指导各校合理划分课间活动区域、明确专人值守、完善应急机制,确保孩子们玩得安全。舟山一小布设了AI智能监控,对捕捉到的危险行为能自动发出语音预警。南海实验学校小学部组建了师生值周小分队,在课间加强巡逻,全方位守护学生安全。

一年来,我市各级教育部门及相关学校坚持“放”“管”结合,认真做好“课间15分钟”后半篇文章,营造了安全有序、活力充盈的课间生态。市教育局基础教育处处长史学军表示,下一步,将继续对相关学校加强指导,不断优化服务保障,让“课间15分钟”真正成为孩子们放松身心、强健体魄、快乐成长的“黄金时间”。

## 乘势打造科技创新策源地

□余璠

## 海山时评

舟山市新闻品牌栏目

油轮清舱长期依赖人工作业,风险高、效率低。舟山中港汇通公司历时两年自主研发智能清舱机器人,从化学溶解到防爆设计,从原型机到2.0版,硬是在“无人区”闯出一条新路(本报23日报道)。舟山船舶修造业发展势头强劲,乘势打造科技创新策源地正当其时。

中港汇通公司董事长林云飞说:“舟山是全球修船业的中心,我们计划把研发团队的整体搬到舟山。”这句话的背后,是产业磁场的强大引力——哪里最密集的修船业务需求,哪里就是技术创新的最佳试验场。目前,中港汇通已与省海洋研究院牵头的市船舶与海工创新中心

合作成立新公司,研发力量正向舟山汇聚。

规模优势不仅能“引凤来栖”,更能催生“科技联合体”。船舶修造涉及多学科融会贯通,依托产业集群,企业可就近对接科研院所,共享实验平台,协同抱团攻关。中港汇通的机器人研发过程中,从防爆材料选型到液压系统设计,背后离不开多方技术支持。这种“企业出题、院所答题、市场阅卷”的模式,正是科技创新与产业创新深度融合的生动实践。

全球修船看舟山,舟山修船向高端。通过外引内聚打造创新策源地,大力实施前瞻性、原创性攻关,不断突破“卡脖子”技术,才能更好地发挥产业集聚优势,让舟山船舶修造业“强者愈强”,推动打造“质的标杆”。

## 市交通运输局主要负责人接听12345热线 解答岛际船票购买等问题

□记者 丛琳 通讯员 沈芷伊

本报讯 昨天上午,市交通运输局党委书记、局长邵雷现场接听12345热线,听取市民关于交通出行等情况反映,解答相关咨询及诉求。

市民尹女士来电称,她的父母家住普陀区海丝未来小区,目前离小区最近的公交站点仅有225路公交车经停。“老人腿脚不便,从家步行至公交站需要10分钟,乘车还经常遇到无座的情况,出行不太方便。”尹女士希望能增设公交线路或加密原有公交线路班次。

邵雷答复道,市交通部门已初步掌握这一情况,目前正积极与属地政府对接,初步计划规划小区公交停车位,采取微型公交接驳的方式,将出行

居民从小区门口接驳至附近公交站,缩短出行时间,提供出行便利。

市民蒋先生来电反映,最近他陪朋友去普陀山,购买往返船票时发现需用不同的网上平台:“能否统一整合线上购买渠道,方便游客出行?”

邵雷回复,我市岛际交通客运量较大,多个平台票务系统“各自为政”的情况确实存在。目前,“舟山交通”微信小程序已实现整合岛际船票、市内汽车票等系统,进一步满足市民、游客出行需求。下一步,交通部门将研究推进全市票务系统整合事宜,营造更加便捷的交通出行环境。

当天的接听活动还对出租车收费、船票退票手续费、货拉拉订单消费投诉等问题作了答复。

## 推动海岛公共体育服务从“单次活动”向“长效机制”延伸

## “YUE动千岛”流动驿站再次开进嵊泗

□记者 王倩倩 通讯员 沈慧萍 吴思颐 文/摄

本报讯 4月23日至24日,2026年舟山市“YUE动千岛”全民健身公共服务流动驿站第6次开进嵊泗,为当地居民送上一场“体感十足”的健康派对。

从之前的嵊山、枸杞、大洋山再到如今的礁礁、金平,这条“流动的体育服务线”已覆盖嵊泗多地,让优质健身公共服务资源不再是岛上“稀客”。流动驿站逐步实现海岛体育服务常态化下沉、连续性供给、精准化覆盖,推动海岛公共体育服务从“单次活动”向“长效机制”延伸,从“覆盖少数”向“惠及全域”转变。

活动现场,菜园镇望海公园成了一座“海味嘉年华”(见图)。跳绳、俯卧撑、踢毽子等全民健身挑战赛热火朝天,“龙舟竞走”“企鹅漫步”“筷子捡花蛤”等渔家限定项目一片欢声笑语。

传统健身混搭新潮玩法,让海岛群众在家门口过足了“运动瘾”。“以前这些活动只能在电视里看看,现在自己也能参与了,当然要玩个够!”市民刘女士笑着说。



国民体质检测服务区排起了长队。工作人员利用体测仪器对群众进行身体形态、机能和素质等全方位检测,现场即时出具体质报告,并进行一对一讲解。

市少体校金牌教练团队走进菜园镇第三小学,开展足球、排球等专项体育教学,为有潜力的“好苗子”浇灌专业养分,促进“体教融

合”深入推进。

科学健身大讲堂分别走进金平村和东海社区。国家社会体育指导员、专业讲师围绕体医融合、运动安全、慢病预防等主题,既讲透理论“干货”,又手把手教实操技巧。社区老人们认真听讲、踊跃提问,学到了很多实用的养生保健知识。

据了解,下一步,我市将紧扣嵊泗海岛共富与基本公共服务一体化建设目标,持续优化流动驿站服务内容,创新活动载体,强化服务连续性、覆盖面和实效性,探索形成“需求捕捉—资源匹配—效果评估—迭代升级”的闭环机制,以体育力量打通离岛公共服务的“最后一海里”。

## 探索“政府主导、社会支持、残疾人参与”助残共富新模式

## 舟身体彩首家公益助残亭落地启用

□记者 陈妤 汪超群 通讯员 杨吟春

本报讯 舟身体彩首家公益助残亭昨天上午在新城海城广场落地启用。首批在助残亭就业的残疾人代表接过授牌,标志着这一创新助残载体正式投入运营。

作为我市推进残疾人就业的一个创新形式,体彩公益助残亭以“体彩助残”的招牌醒目亮相,既是一处便民彩票服务窗口,也是一个集公益展示、残健融合于一体的综合性平台。

55岁的肢体残疾人朱维伟是

助残亭首批上岗人员之一,每月有2500元固定工资,还有社保和销售提成。“我一定珍惜这个来之不易的岗位,靠勤劳实干实现人生价值。”朱维伟告诉记者,他在上岗前参加了市残联组织的专业培训,考取了彩票销售证。

据介绍,今年3月,市残联联合市体彩中心举办全市残疾人体彩销售员培训班,内容涵盖体彩政策法规、终端机操作规范等。目前全市已有12名残疾人考取彩票销售证。

记者从市残联获悉,体彩公益助残点建设已纳入今年省政府民生实事项目,我市年度任务为建成4

个体彩公益助残点。市残联将联合市体彩中心、浙江外服舟山分公司组成专项工作组,深入各县区实地踏勘,协调解决选址难题,探索推动“政府主导、社会支持、残疾人参与”的助残共富模式。除了已建成投用的公益助残亭,另外3个点位正按计划稳步推进。

据了解,近年来,市残联大力构建全方位、多层次的残疾人就业促进体系。我市先后出台一系列政策,严格落实按比例安置残疾人就业政策法规,实施安置公示制度和残保金缴纳规定。截至目前,全市按比例就业安置残疾人达2588人。

2023年起,我市在三星级以上残疾人之家创新开展帮扶性就业,累计建立帮扶性就业基地24个,帮助343名残疾人实现稳定就业。其间还启动“自在星”公益助残等项目,开设“律动星啡”咖啡馆,帮助9名心智障碍青年在就业基地得到学习和锻炼。目前,我市有劳动年龄段残疾人8000多人,就业率超过六成。

市残联相关负责人表示,下一步将以体彩公益助残亭为新开端,持续深化与各部门合作,加快实现各县区体彩公益助残点全覆盖,不断健全就业培训、岗位开发、权益保障全链条服务体系。

## 最新公布的舟山2025年肿瘤监测数据表明,其中肺癌发病率和死亡率最高

## 科学防癌须注重“早防早筛早治”

□记者 岑瑜 通讯员 张丹妮 谢雅婷

本报讯 市疾控中心最新公布的舟山2025年肿瘤监测数据表明,肺癌是我市癌症发病率和死亡率均排名第一的癌种。

据统计,从癌症发病谱来看,2025年我市全人群中报告恶性肿瘤发病率排名前10位的依次为:肺癌、甲状腺癌、结直肠癌、前列腺癌、胃癌、肝癌、乳腺癌、宫颈癌、淋巴瘤、胆囊癌和白血病。

市疾控中心工作人员介绍,科学防癌是关键,“早防早筛早治”可以极大降低癌症发病率和死亡率。“早防”是指远离不良生活方式,避免接触与癌症相关的危险因素,并通过接种疫苗等措施来进行预防。“早筛”是指定期开展健康体检、癌症筛查,尽早发现

癌前病变和早期癌症,降低晚期癌症发病风险。“早治”是指对异常病变和早期癌症,及时采取科学规范的干预治疗手段,阻断病变进一步恶化,减少重症及死亡风险。

针对部分市民关心的体检中发现肺结节该如何应对的问题,记者专门咨询了舟山医院胸心外科病区主任张斌杰。他说,发现肺结节不必过度焦虑,也不可掉以轻心,应由专业医生结合结节大小、形态、密度、动态变化及个人高危因素综合评估。

张斌杰介绍,肺癌预防应重点做好以下几点:控烟限烟,远离二手烟、三手烟,从源头降低肺癌发病风险;雾霾天气减少外出或规范佩戴口罩,厨房安装高效油烟机,减少高温油烟吸入;坚持均衡饮食、规律作息、适度运动,保持良好心态,避免长期熬夜与过度压力。建议40岁以上人群每年进行一次低剂量螺旋CT筛查;有吸烟史、肿瘤家族史、长期熬夜、既往肺部疾病等高危因素的人也应每年进行低剂量螺旋CT筛查。

## 舟山二小这场运动会有点酷

## 机器人“方阵”拉满科技感



□记者 朱丽媛 通讯员 严巧蒙 文/摄

本报讯 舟山市第二小学昨天举办“活力童心 智跑未来”特色运动会,学校首次引入智能机器人“方阵”,让运动赛场“秒变”科创乐园。

上午7时,搭载AI智能分析模块的仿生四足机器狗,守在校门口迎接师生入校。随后举行的运动会开幕式上,机器狗迈着稳健步伐踏上跑道,配合校园机器人“方阵”展演(见图),流畅完成自主导航、智能避障等高难度动作。机器人“方阵”的跆拳道表演引得

学生欢呼鼓掌。

在“AI运动吧”智慧体育竞技场,AI技术与跳绳、立定跳远、开合跳等运动项目深度融合,智能设备可实时捕捉运动数据,分析动作规范,屏幕上跳动的数字让传统竞技有了科技感。同学们争相体验,查看并分享自己的运动数据。

运动会颁奖环节中,由机器人“颁奖员”将奖状递到获奖运动员手中。舟山二小相关负责人表示,这场特色运动会是学校推进智慧校园建设的一次生动实践,未来将持续推动体育与科技双向赋能,引导学生创新与拼搏。