

北京“六大行动”助力学生健康开启新学期

□本报记者 任洁 通讯员 教轩

今年秋季新学期开学，北京以小切口撬动大改革，将通过“六大行动”切实提升学生身心健康水平，赋能新学期，助力新成长。

优化课间时长 学生走出教室活动更从容

从今年秋季学期起，全市义务教育学校将优化课间安排，原则上落实15分钟课间时长，更加从容的课间时间将引导师生走出教室、走向户外，享受更加健康活力的校园生活。

优化调整后，小学阶段上午到校、下午放学和午休午餐时间保持不变；初中阶段除放学时间稍延后5分钟外，上午到校和午餐午休时间整体保持不变。全市义务教育学校将因地因校制宜，对课间安排进行自主优化调整，引导干部教师积极参与学生课间活动，为学生健康成长提供更好支持。

市教委相关负责人表示，各学校将在校内补充必要的体育器材，为学生创造更加适宜的课间休息环境，为后续学习做好充分的身心准备。

市区两级将强化监督检查，严禁拖堂和提前上课，不得随意缩短学生课间活动时长，不得对学生课间活动设置不必要的约束，坚决杜绝课间禁止学生出教室的问题，确保课间要求落实。

办实事守护校园餐 学生在校吃得更健康

新学期，北京小学广内分校的学生们将告别以往的盒餐，通过“桶餐到班”的分餐模式，在校吃到更热乎、口感更佳的午餐。开学前，学校更新配套了餐车、餐箱等就餐设备，并不断优化配送流程。学校还会在分餐过程中增强学生服务他人的意识，践行勤俭节约之风。

市教委等五部门于近日联合发布系列制度和指引，进一步规范全市中小学校食堂管理和

校外供餐管理工作。市教委将聚焦提升校园餐管理制度规范、提升校园餐服务保障、提升校园餐营养质量等三方面，推动落实校领导陪餐制度、指导学校成立膳食委员会、改善提升食堂硬件条件、推动配备营养指导人员等实事，让学生在校吃得卫生营养、健康安全。

科学组织在园一日生活 幼儿自主游戏更丰富

游戏空间开放包容、游戏玩法遵从儿童意愿……新学期，北京市幼儿园的一日生活安排将合理调整，并通过探索开展自主游戏，积极支持儿童在生活和游戏中主动学习。

游戏空间开放包容、游戏玩法遵从儿童意愿……新学期，北京市幼儿园的一日生活安排将合理调整，并通过探索开展自主游戏，积极支持儿童在生活和游戏中主动学习。

教师们可以根据自己的游戏需求，自选区域、玩伴、材料和玩法，开展丰富多样的游戏。老师从原来的组织者、带领者转变为观察者、支持者，观察记录孩子们的的游戏过程，在他们有需求时给予必要的帮助和引导。

新学期，全市幼儿园将进一步转变教育观念，结合园所实际，调整完善幼儿秋冬季在园一日生活作息制度，制订自主游戏探索实践方案，促进幼儿健康、快乐发展。

通学公交线路继续“上新” 学生上下学更便捷安全

陈逸阳是中央民族大学附属中学丰台实验学校四年级的学生，新学期开始，他可以自己乘坐332路通学公交车上下学了。

从9月2日起，北京市计划在城六区和通州、大兴共8个区新增通学公交线路40条，通学公交线路运营达到273条，服务108所学校，服务学生1.46万名。另有部分线路正在踏勘，计划在10月份陆续开通。

此外，北京市探索常规公交服务通学新模式，将在昌平“回天”地区启动公交微循环试点，

优化公交站点，为师生提供更加便捷的出行方式。各区也将结合学生和家长的出行需求，探索形成适合本区域的公交微循环方案，切实解决学生上下学出行困难。

阳光体育深入开展 校园体育活动更丰富

在北京市昌平第二实验小学组织的新生培训中，一年级“小萌新”们第一次走进校园，先体验了运动的快乐。开学后，该校会陆续开展一系列校园体育活动，让孩子们在运动中健康快乐成长。

今年，北京市启动2024年中小学生“健康一起来”阳光体育运动计划，全年将举办6大类159项覆盖大中小学生的体育比赛和活动。步入新学期，这些体育活动将开启新赛段，带领学生走向户外。

本市还将引导学校广泛开展体育班级赛行动，促进各类青少年体育竞赛活动全员化、常态化、品牌化，同时倡导学校体育场地设施在节假日向本校师生家长有序开放，鼓励家长参与亲子锻炼。

医教协同上好健康课 学生心理调适更科学

针对开学季易出现的学生焦虑和家长担忧，本市精心准备了开学健康课，医教协同录制心理健康专题节目，就营养、视力和骨骼等家长关心的热点问题，邀请医疗和教育系统权威专家答疑解惑。此外，还将通过“悦成长”心理健康专栏等平台发布中小学开学心理调适指南，引导学生和家长积极调整，尽快适应新学期生活。

新学期，来自北京师范大学、首都师范大学、北京大学第六医院等单位的专家将聚焦学业压力与心理健康、心理健康监测与预警、心理危机应急处理等主题，在“悦心大讲堂”上为师生、家长提供更为科学有效的指导和帮助。

海淀区田村路街道老旧小区改造工程完工 2800余户居民幸福感“原地升级”

□本报记者 边磊/文 于佳/摄



近日，北京建工六建集团海淀区2022年老旧小区综合整治（田村路街道）改造工程全面完工，昔日的老旧小区焕发出新的活力。记者在现场看到，翻修之后的小区道路焕然一新，单元门出入口增设了无障碍坡道和栏杆，人行步道也铺上了全新的透水砖，配套及安全设施更加齐全，无论小区外观还是居住功能都得到了显著提升。

老旧小区改造施工现场与居民生活区域交织，为最大程度减少施工对居民生活的影响，该项目团队与属地街道、社区、物业、居民建立了多方协同联动机制。通过召开座谈会、微信小程序投票等，成功搭建“互联网+”多元化共建议事平台。改造过程中，采取错峰施工、车等人、料等人等措施，合理安排工期，在施工与休息、施工与出行之间找到平衡点。

面对2800余户居民，该项目团队以“问需于民”为出发点，

入户调查的同时，在小区内设置居民接待室，面对面开展咨询活动，让居民充分参与到改造全过程，确保改造紧贴小区实际、符合民意。

聚焦给排水改造，楼上楼下不能达成一致意见是改造的最大难题。为此，该项目团队通过多次召开居民座谈会、入户走访等形式，深入了解居民诉求和顾虑。

“有的居民家中刚装修好，怕改造破坏家中橱柜、地砖，有的居民家中有老人或孩子，怕改造影响生活……”项目相关负责人说，解决居民顾虑，要从生活上和施工上同时下功夫。施工前，该项目团队根据居民个性化需求实行一户一策，反复沟通，逐户制定可操作的施工方案。施工中，合理安排施工工序，力求无缝衔接，将施工时间压缩至最短，并通过帮助孤寡老人送水、倒垃圾、搀扶行动不便人员上下楼等，解决居民改造过程中的后顾之忧。



中医文化夜

近日，怀柔区中医医院首届“岐黄秋韵扬 中医文化夜”活动启动。活动现场设置中医义诊区、中医特色疗法体验区、中草药文化科普区、八段锦公益教学区等。社区居民“沉浸式”体验、接受中医诊疗服务，感受中医药的独特魅力。

本报记者 崔欣 通讯员 金鑫 摄影报道



文明家风 和睦邻里

近日，“文明家风 和睦邻里”通州区新时代文明实践推动日活动举办，活动现场启动了北苑街道“文明家风 和睦邻里”系列新时代文明实践，邀请居民共树优良家风，以家庭和和睦促进社会和谐，传递文明新风尚。

本报记者 彭程 摄影报道

主体结构封顶、首片“京帆”屋盖安装完成

北京城市副中心站综合交通枢纽迎来双节点

□本报记者 周美玉/文 彭程/摄

8月30日，北京城市副中心站综合交通枢纽（以下简称城市副中心站枢纽）迎来主体结构封顶和首片“京帆”屋盖安装完成的关键性双节点，距离实现2024年底主体基本完工的目标又进一步。

当天，城市副中心站枢纽工程的首片“京帆”屋盖完成了安装施工。首片“京帆”为项目最西侧的主帆，分为上下两层。这片“京帆”屋盖的钢结构长77米、宽68米、高14米至27.5米，重量约1500吨，帆面幕墙蜂窝铝板约4208块、采光泡泡层单层张拉膜及气枕膜约10000平方米。

记者了解到，该片“京帆”屋盖从2023年9月15日开始施工，建设方北京市基础设施投资有限公司组织参建各方充分沟通、创新改进，一次次地3D扫描建模、反复测算、试验对比，制订了标准施工工法和作业流程用以推广。最终历时11个月，累计投入人工约4000人次、机械设备约



800个台班，将首片“京帆”打造为样板经典。

“京帆”屋盖不仅造型好看，方案设计还充分考虑了采光、材料、后期运维成本等多重因素，将绿色节能的理念贯穿设计建设始终。经测算，每年可减少热负荷520万千瓦时，相当于3200台家用空调的夏季制冷量，

每年还可减少照明用电约48.6万千瓦时。

据北京京投交通枢纽投资有限公司建设管理部相关负责人介绍，截至今年8月下旬，6片“京帆”屋盖钢结构屹立在地面，机电设备安装完成50%，装饰装修完成40%。今年年底，10片“京帆”将全部亮相。