

社会关注

春假5天、秋假5天,乌兰察布中小学春秋假安排来了

□本报记者 马佳敏

近日,乌兰察布市落地推行《乌兰察布市中小学(幼儿园)落实春秋假制度工作方案》,科学合理设置了各学段春秋假时间。记者从乌兰察布市教育局了解到,本次春秋假安排统筹协调各学段教学日程,合理平衡教学进度,在保障整体教学秩序稳定和教学质量不受影响的前提下,进一步优化学生假期结构和作息节奏,有效舒缓阶段性学业压力。

乌兰察布市小学阶段统一安排春秋假,春假时间为5月30日至6月3日,秋

假时间为11月28日至12月2日。初中阶段七年级春假时间与小学阶段一致,考虑到八年级面临地理、生物学会考和九年级初中学业水平考试备考实际,八、九年级不安排春假;七、八、九年级安排秋假,时间与小学阶段一致。高中阶段高一、高二年级春假时间为6月5日至6月9日,秋假暂不安排;高三年级因备考不安排春秋假。幼儿园参照一至七年级执行。

随着春秋假制度逐步落地,各旗县(市区)、部门和学校围绕安全联防、公益托管、交通出行、文旅惠民、规范市场等方面,有序开展了多项服务保障工作。

乌兰察布市教育局相关负责人表示,要真正把春秋假期时间留给孩子,严禁学校在春秋假期期间给学生布置任何形式的书面家庭作业,严禁学校在收假后立即组织考试,严禁学校在春秋假期期间以开放自习场所、提供托管服务等名义违规集体补课或上新课,严禁春秋假期期间面向中小学组织各类隐性变异的学科类培训。

春秋假的到来,收获了不少家长的认可与好评。有学生家长表示,春秋两季气候宜人,景色适宜,以往学期中段缺少休整时间,如今增设分段小长假,可以合理规划亲子出行、就近踏青游玩,错开

节假日人流高峰,日常陪伴孩子的时间也更加充裕,整体安排十分人性化。

对于崭新的假期分段安排,孩子们也是满怀期待,期盼趁着风和日丽的春秋时节,走出校园感受自然风光,放松身心,拥有丰富多彩的课余生活。

小小假期,关乎民生温度,更关乎教育初心。教育、文旅体、科技、市场监管等有关部门将持续紧盯政策落地实效,紧盯学校执行情况,及时回应家长诉求,不断优化假期安排与保障措施,让春秋假真正成为学生的“放松假”、家长的“安心假”,以暖心民生举措,助力孩子健康快乐成长。



春假带娃不用跑远 乌兰察布本地就有好去处



●乌兰哈达火山

本报记者 刘佳鑫 摄

□本报记者 张国欣 刘佳鑫

近期,乌兰察布市中小学(幼儿园)将进入春假,不少家长开始为孩子的假期安排发愁。春假时间较短,长途旅行时间紧张,短途出游又担心孩子觉得无聊。记者了解到,今年春假,越来越多的家长选择带孩子在本地球玩,乌兰察布丰富的自然景观和完善的旅游设施,为市民提供了多样化的亲子出游选择。

乌兰哈达火山地质公园位于察右后旗乌兰哈达苏木,距离乌兰察布市区约1小时车程。这里分布着多座火山锥体和熔岩地貌,是我国北方保存较为完整的草原火山群之一,具有较高的地质科普价值。春季,火山脚下的草地逐渐返青,部分野花开始绽放,独特的黑褐色熔岩与绿色草地形成鲜明对比。

对于家长来说,带孩子来火山公园是一次很好的自然科普机会。孩子们可以近距离观察火山岩石和熔岩遗迹,了解火山喷发的相关知识。3号火山修建

有木栈道,适合不同年龄段的孩子攀登,登顶后可以看到周边的火山群全貌。景区内提供宇航服租赁服务,受到不少孩子的喜爱。火山周边的草原上,还可以看到牧民放养的小羊,孩子们可以近距离接触。

林胡古塞景区位于卓资县大榆树乡,是国家AAAA级景区和国家首批森林康养基地。景区距离乌兰察布市区车程约1.5小时,全程路况较好,游玩强度较低,适合全家出游。

景区内的萌宠乐园是最受孩子欢迎的区域之一,这里有大熊猫、黑熊、梅花鹿等多种动物,孩子们可以近距离观赏。此外,景区还设有休闲步道和野餐区域,家长可以带着孩子在山林间散步、野餐,享受亲子时光。景区周边有不少农家院,可以品尝到当地的特色农家菜。

辉腾锡勒黄花沟旅游区位于察哈尔右翼中旗,平均海拔2100米,是乌兰察布市著名的草原旅游景区。春假期

间,草原开始返青,蒲公英等野花点缀在草地上,景色宜人。

景区内的草原小火车是亲子游的热门项目,乘坐小火车可以穿梭在草原上,欣赏沿途的风光。此外,景区还提供骑马、射箭等体验项目,孩子们可以感受草原民俗文化。需要注意的是,辉腾锡勒草原海拔较高,春季气温较低,出游时要注意给孩子保暖。

岱海旅游度假区位于凉城县,距离乌兰察布市区约1.5小时车程。岱海是内蒙古中部地区较大的内陆湖,湖面开阔,岸边草木茂盛,水鸟在湖面嬉戏,一派生机勃勃的景象。

景区内的环湖步道平缓好走,适合带着孩子散步,孩子们可以在湖边观察水鸟。景区还提供脚踏船、电动船等水上项目,全家可以一起泛舟湖上。游玩结束后,可以到周边的农家院品尝岱海鱼等特色美食。

苏木山森林公园位于兴和县,是国家AAAA级景区,也是内蒙古最大的人工林场,森林覆盖率高,负氧离子含量丰富,是踏青洗肺的好去处。景区内的森林栈道平缓易行,适合亲子徒步。

徒步过程中,孩子们可以认识各种树木和植物,观察林间的松鼠、飞鸟等小动物。登顶黄石崖,可以眺望晋冀蒙三省交界的风光。苏木山距离乌兰察布市区较远,车程约2.5小时,适合安排一日游。

近年来,随着家长教育观念的转变,越来越多的家长希望孩子在游玩中能够学习知识、开阔视野。乌兰察布拥有火山、草原、森林、湖泊等丰富的自然景观,能够满足不同年龄段孩子的学习和游玩需求。同时,乌兰察布市各景区不断完善基础设施,推出了一系列亲子友好型项目,使得本地游成为春假期间家长带孩子出游的热门选择。



●盛夏的辉腾锡勒草原

本报记者 宋晓辉 摄

铸牢中华民族共同体意识



●童话剧《国家的孩子》

本报记者 徐楠 摄

本报讯(记者 张国欣 徐楠)近日,集宁区新世纪幼儿园第六届儿童剧展演周活动举行。大三班的幼儿演绎了红色童话剧《国家的孩子》,用稚嫩的表演再现了“三千孤儿入内蒙”这段跨越地域、温暖人心的民族往事。

演出现场,随着舞台灯光亮起,《国家的孩子》正式上演。小演员们身着简

单的演出服装,认真投入到各自的角色中。他们用清晰的台词和朴素的动作,讲述了上世纪六十年代,南方孤儿来到内蒙古草原,被当地牧民收养,在草原上健康成长的故事。虽然

孩子们的表演还略显稚嫩,但真挚的情感打动了在场的每一位观众。

据集宁区新世纪幼儿园相关负责人介绍,本次展演周汇集了全园各班编排的多个儿童剧目,内容涵盖红色故事、传统文化、童话寓言等多个方面。大三班之所以选择《国家的孩子》这个主题,是希望通过孩子们喜闻乐见的形式,让他们了解发生在内蒙古的这段重要历史。为了演好这个剧目,孩子们在老师的指导下,进行了一个多月的排练。从熟悉剧本、背诵台词,到练习动作、理解角色,每一个环节都认真对待。

大三班老师薛晓娜全程负责这个剧目的指导工作。她告诉记者,由于孩子们年龄小,一开始很难理解这段历史的厚重感。为此,她没有采用机械的台词和动作教学方式,而是创新采用情景化讲解、沉浸式故事引导等方法。她通过给孩子们讲草原母亲的故事、展示老照片、播放相关纪录片片段,带领孩子

们慢慢了解历史背景,感受故事背后的温暖与担当。

“排练的过程,也是孩子们学习成长的过程。”薛晓娜说,一开始很多孩子不明白为什么草原上的妈妈要收养别人家的孩子,通过一次次的讲解和互动,他们逐渐懂得了什么是爱,什么是帮助,什么是民族团结。“我希望通过这个故事,让孩子们感受到跨越地域的温暖联结,学会感恩与珍惜。”

现场观看演出的家长们对这个剧目给予了好评。一位家长表示,以前给孩子讲“三千孤儿入内蒙”的故事,孩子总是似懂非懂。这次看到孩子们自己演出来,孩子不仅看懂了故事,还回家问了很多关于草原母亲的问题。“这样的教育方式比单纯的说教有效得多,既锻炼了孩子的表达能力,又让他们学到了历史,懂得了团结。”

集宁区新世纪幼儿园总园长李翠云表示,儿童剧是孩子们非常喜欢的一种活动形式。幼儿园每年举办儿童剧展演周,就是希望通过寓教于乐的方式,培养孩子们的表达能力、自信心和团队合作精神。同时,幼儿园也会有意识地将爱国主义教育、民族团结教育融入剧目编排中,让孩子们在潜移默化中接受教育。

“‘三千孤儿入内蒙’是刻在内蒙古民族记忆里的温暖篇章,是各族人民守望相助、手足情深的生动体现。”李翠云说,希望通过这样的活动,让民族团结的种子从小在孩子们心中生根发芽,让他们了解内蒙古的历史和文化,成长为有温度、有情怀的小小传承人。

民生视角

世界无烟日临近:让清新空气成为乌兰察布公共空间的常态

□本报记者 朱旭敏

5月31日是第39个世界无烟日。医学研究表明,吸烟是呼吸道疾病的严重程度,长期吸烟可造成肺功能损害,同时也是心血管疾病、癌症、呼吸系统疾病和糖尿病等非传染性疾病的主要风险因素。公共场所禁烟是保护公众健康、体现社会文明的重要举措。记者近日走访发现,乌兰察布市控烟工作取得积极成效,但部分区域仍存在吸烟乱象,创建全面无烟环境需要个人、家庭、社会长期共同努力。

记者在乌兰察布市多家大型综合商场、品牌餐饮门店看到,大厅通道、电梯口、就餐区、走廊墙面等醒目位置,均张贴了规范的禁烟标识。部分商场在室外专门设置了独立吸烟区,引导有吸烟需求的人员前往指定区域吸烟。

“现在逛商场、去大型饭店基本见不到有人抽烟,环境比以前好了很多,带着孩子出门也比较放心。”市民刘琳琳告诉记者,这几年公共场所控烟变化明显,市民的文明意识普遍提高,大型公共场合的二手烟问题基本得到解决,公众体验感显著提升。

多位就餐市民也表示,规范化的禁烟管理已经成为城市文明的常态。市民刘强说:“以前在饭店吃饭经常遇到邻桌抽烟,油烟混着烟味很难受。现在正规餐厅都有明确的禁烟规定,服务员看到有人

抽烟也会及时提醒,就餐环境干净舒适了很多。”

在整体控烟形势持续向好的同时,不少市民向记者反映,公共卫生间、沿街小型餐饮店等空间狭小、人员流动大的区域,仍是吸烟的高发地,也是日常最容易接触到二手烟的隐蔽死角。

“早上送孩子上学,经常在早餐店碰到有人抽烟。店里空间小,通风条件差,烟味很长时间散不开,孩子经常被呛得咳嗽。”市民冯倩表示,大家都是短时就餐,很多人碍于情面不愿开口劝阻,店主也常常因为生意繁忙无暇顾及。

针对小型餐饮店的控烟难题,多位店主也道出了实际管控困境。经营早餐店的店主冯江告诉记者:“店里人手少,高峰期顾客多,根本顾不过来。遇到抽烟的顾客,我们只能尽量提醒。但说多了容易得罪人,影响生意。店里也贴着禁止吸烟的标志,主要还是靠大家自觉。”

控烟工作是一项长期的系统工程,不可能一蹴而就。文明控烟没有旁观者,每个人都是参与者和受益者。本报记者在此呼吁广大市民,从自身做起,自觉遵守公共场所禁烟规定,主动劝阻不文明吸烟行为。同时也希望相关部门加强对重点区域的监管引导,商家切实履行主体责任,共同补齐城市控烟死角短板,让无烟文明渗透到城市的每一个角落,共同守护清新健康的公共环境。

多家超市推出小份鲜肉菜 按需购买渐成消费新风尚



●市民挑选小份肉类

实习记者 翟辉 摄

□实习记者 翟辉

近年来,小包装消费风潮从餐饮场景加速向零售终端渗透,专为独居人群与小家庭设计的小份化商品,因契合精准化、便捷化需求而销量持续攀升。记者走访乌兰察布市多家超市发现,生鲜区冷柜里,切好的肉片、分装的内脏、按量配好的预制配菜套餐成为市民购物车里的新选择。

在一家都乐玛鲜生超市,冷柜里码放着包装好的片状五花肉、条状精瘦肉、分切好的猪心、猪肝等,每一份都标注着清晰的日期,分量刚好够1—2顿食用。

前来采购的市民穿梭其间,按需挑选着适合自家口味和烹饪方式的肉品。“以前经常买一大块,回家自己切成小块。父母更是逢年过节一次性囤几十斤冻在冰箱里,吃到最后肉都不新鲜了。”市民康佳一边挑选着切好的瘦肉,一边跟记者聊起了这些年买肉的变化,“我们一家人不爱吃肥肉,以前买一大块五花肉,把瘦肉切下来,剩下的肥肉和猪皮都扔掉了,特别可惜。现在超市里不仅能挑部位,还能挑切法,要片状的、条状的,买回去直接下锅就行,分量也刚好,再也不用担心吃不完浪费了。”

康佳的感受,正是如今乌兰察布市民肉类消费的真实写照。随着社会结构演变,小型家庭规模日益增长,市民的需求特点也变得十分突出:年轻群体因快节奏工作,对餐饮的便捷性格外看重;老年群体对健康、适量饮食的需求日益增长,进而导致传统的“囤货式”购肉方式早已无法满足需求,而超市推出的精细化、小份化鲜肉供应模式,精准匹配了市民的消费需求。

除了分装切好的小份鲜肉,各

大商超还推出一站式预制配菜套餐,进一步降低日常做饭门槛。工作人员根据家常菜的烹饪配方,搭配好对应的肉类、蔬菜以及调味辅料,尤其是海鲜鱼类都有现成的成套配菜。市民选购后无需额外采购配菜、调配调料,拆开包装简单清洗,即可直接下锅烹煮。

这类配菜套餐一经推出,便深受上班族、厨艺初学者以及独居年轻人的喜爱。刚参加工作的上班族赵宇表示:“日常工作繁忙,下班之后不想再花费大量时间买菜备菜、处理食材,预制配菜完美解决了我的难题,十几分钟就能做出营养家常菜,兼顾效率与口感。对于不会做饭的而言,搭配完整的菜系套餐,大大降低了烹饪难度,轻松解锁下厨技能。”

“我们也是根据市民的反馈不断调整品类的。”都乐玛鲜生超市的负责人介绍,过去市民买肉大多倾向于整块购买,主要是为了价格优惠和方便储存,但随着消费者越来越重视食材新鲜度,加上小家庭、独居人群增多,大家更倾向于按需少量采购。为此,超市专门优化了鲜肉供应链,在保证肉品新鲜的前提下,安排专人对肉类进行精细化分割,根据市民常见的烹饪场景,提前切好肉片、肉丝、肉块,配好调料再按适量分装售卖。

从“习惯囤肉”到“按需鲜买”,小小的一份鲜肉,折射出的是市民生活方式的变迁,这种转变的背后,是市民消费理念的升级,更是城市民生服务精细化的体现。小份化的供应模式让消费更加多元,市民可以根据每日菜谱灵活搭配,红烧、爆炒、炖汤各选合适的品类,不用再为了处理多余的肉品以及如何制作发愁,既减少了食材浪费,也让餐桌变得更加丰富多样。