

执行主编：孙一帆  
责任编辑：李卓  
版式设计：纪安静  
制图：安宁  
2026年3月17日  
星期二



练习跳绳。



师生一起玩“老鹰抓小鸡”趣味游戏。



趣味接沙包游戏。



开展拔河趣味赛。



打篮球。



“三人绕桩跑”趣味游戏。

# 活力课间 健康成长

□本报记者 王磊 摄影报道

春和景明，活力迸发。课间时间，呼和浩特市玉泉区石东路小学的操场上充满欢声笑语，跳绳、打篮球、拔河、开展“老鹰抓小鸡”等趣味游戏……孩子们在追逐嬉戏中释放天性，在协作互助中收获快乐，成为春日校园里一道明媚的风景线。

“太开心了！每天课间和同学们痛痛快快地玩一会，浑身都是劲儿！”“课间跑一跑、跳一跳，头脑更清醒了，学习起来更有精神了！”孩子们擦着额头上的汗珠感慨着。

日前，教育部印发《关于全面推进健康学校建设的指导意见》，提出健康学校建设的8项重点任务。其中第一项就是加强学校体育工作。全面实施学生体质强健计划，落实中小学生每天综合体育活动时间不低于2小时，推行“课间15分钟”，实施大学生体质提升行动。

自春季学期开学以来，呼和浩特市玉泉区石东路小学将晨跑、15分钟课间与阳光大课间有机衔接、统筹安排，确保学生每日综合体育活动时间达到2小时，推动健康校园真正“动起来、活起来、热起来”。

据了解，呼和浩特市各中小学校积极贯彻落实指导意见要求，加强学校体育工作，全面实施学生体质强健计划，通过多元化活动项目推动校园体育持续升温，让学生动起来，让心理强起来，让效果立起来，身上有汗、眼里有光，在运动中收获健康、快乐和成长。

## 表情



### 天鹅乐园

□本报记者 王晓博 摄



春回大地，万物复苏。包头市土默特右旗境内的黄河湿地迎来了迁徙天鹅，它们栖息觅食、悠闲漫步、振翅起舞，构成一幅生机盎然的生态画卷。