



重庆将实施三年行动 提升农业科技创新体系整体效能

5月6日，记者从市农业农村委获悉，为着力解决农业科技创新聚焦不足、科创资源整合不够、科技成果转化不畅等问题，我市将实施提升农业科技创新体系整体效能三年行动，并印发行动方案，确保全市农业科技进步贡献率每年实现1%的稳步增长。

根据行动方案，未来三年，我市将重点实施创新体系“筑基”、平台基地“跃升”、重点领域“攻关”、科技企业“引领”、科技人才“智汇”、成果转化“赋能”六

大行动，全面提升现代优质高效生态农业创新效能，加快建成立足西部、辐射南亚和东南亚、服务共建“一带一路”国家的农业科技新高地。

创新体系“筑基”方面，在突出西南大学、市农科院、……(来源于重庆日报)



扫码看更多内容

奋进十五五 全力开新局

全力推动天然气勘探开发 足219井加速掘进

本报讯(记者 马艾)潼南地处川渝天然气富集区，千米地下岩层中蕴藏着丰富能源。近日，记者在小渡镇薛沱村足219井项目现场看到，钻井设备全速运转，施工人员各司其职，井场内外秩序井然，各工序高效衔接，项目建设稳步提速。

据介绍，足219井是重庆页岩气公司在潼南区区块布局的首口评价井，采取“直井+水平井”设计施工。2025年项目开工以来，严格按照环

保、安全规范推进，目前已完成钻前工程、进场道路建设及直导眼工程，全面进入直改平钻作业阶段。

“足219井是我们在潼南小渡区块的重要勘探井，主要目的是探明足212井区北部储层展布特征及含气边界，摸清页岩气储层条件和产能情况，为后续潼南页岩气规模化开发提供详实、可靠的地质数据支撑。”重庆页岩气公司相关负责人介绍，下一步，企业将严守绿色施工

要求，加快作业进度，力争今年8月竣工投产，同步布局试采平台，稳步实现页岩气增储上产。

重庆页岩气公司由中石油、国投集团、中化集团等联合组建，是全市重要能源保障单位，大足一自贡为其核心开发区块之一，足219井建设正是企业深耕潼南能源产业的重要举措。

近年来，潼南立足资源禀赋，加快推动天然气勘探开发利用，持续深化

与重庆页岩气公司、大庆油田重庆分公司、川中油气矿、蜀南气矿等能源企业的战略合作，全力破解项目推进难题，天然气开发形成“常规气稳产提质、页岩气提速扩能”的良好态势。

区经济信息委表示，潼南将持续强化政企联动，加大常规、非常规天然气勘探开采力度，把资源优势转化为发展动能，以清洁能源赋能高质量发展，助力川渝千亿方油气基地建设。

32万多亩油菜迎丰收 机械化护航颗粒归仓

本报讯(记者 段东敏 吴鑫袁 王浪)眼下，潼南区的32万多亩油菜陆续进入成熟期，农户们抢抓晴好天气全力抢收，田间地头收割机轰鸣作响，确保油菜丰产丰收、颗粒归仓。

走进崇龛镇棉花村油菜种植基地，金黄饱满的油菜压弯枝头，两台收割机在油菜田里来回穿梭，收割、脱粒、分离、粉碎等工序一气呵成，机械化作业大幅提升了收割效率。经过农技专家现场测产，今年的产量较往年有所提升。

“受去年雨水较多，油菜普遍迟播的情况下，又叠加了冬季高温的不利天气影响。在科学的管理下，高产田块能够达到190公斤以上，与正常的播期同样能够实现稳产保收，丰收熙然。”西南大学农业与生物科技学院教授曲存民说，近期要根据天气情况做好适时收获，确保颗粒归仓。

据了解，近年来，潼南区通过开展无人机飞播、“三三三”高产栽培等简化油菜种植技术，引进“庆油



两台联合收割机收割油菜。

8号”“渝油50”等高产油菜品种，推广“宽垄间距”垄作垄收机械化技术，机收损失率降至6.03%，不断探索油菜提质增效新模式。

“基地采用一段式机收，示范效果非常不错，每亩地可以为种植大户节省增收300元左右。”区农业科技推广中心粮油站长邓豪说。

今年，潼南区种植油菜面积达到32.17万亩，预计产量4.8万余吨，整个油菜收割工作将在5月中旬完成。

潼南一案例入选2025年度数字化转型典型案例

本报讯(记者 陈俊霖)近日工业和信息化部公布了2025年度数字化转型典型案例(“数字三品”方向)名单，重庆檬泰生物科技有限公司《柠檬精深加工数字化云平台服务体系建设》案例入选。

重庆檬泰生物科技有限公司是潼南柠檬全产业链高新技术企业，其打造的“柠檬精深加工数字

化云平台服务体系”融合物联网、大数据、人工智能技术，以“全链贯通、数据驱动、提质增效”为核心，构建原料溯源、生产管控、产品研发、产销协同全流程数字化体系。上游对接“数字柠檬管家”实现种植数据实时采集，形成田间到车间全程溯源；中游依托自主研发干湿一体生产线及全球首

创柠檬六分离技术，将核心工序数字化，精准调控工艺参数，实现柠檬6大组分100%利用，衍生50余种高附加值产品，生产成本降低4至5万元/吨，附加值提升4至10倍以上；下游集成订单、物流、市场分析功能，联动“潼南柠檬产业大脑”精准对接产销，产品远销30余个国家和地区。

平台配套技术研发、众创空间等服务模块，既支撑企业年产2000多吨原果胶、2亿元产值的规模化发展，更向产业链上下游输出数字化解决方案，推动区域柠檬产业从“加工主导”升级为“数字赋能”，为特色农产品精深加工行业数字化转型提供可复制推广的实践样本。

潼南荣获全国农村电商快递协同发展示范区

本报讯(记者 陈芷琦)近日，国家邮政局、交通运输部、农业农村部、商务部四部委联合公布全国农村电商快递协同发展示范区名单，潼南成功入选。

近年来，潼南聚焦农村寄递物流体系建设、农产品上行、电商快递协同发展，跑出乡村振兴“加

速度”。全力推进“快递进村”及三级寄递物流体系建设，新建区级“邮件处理暨电商仓配中心”，3年内年处理能力超3000万件，农村快递服务更便捷、价格更实惠。持续深化快递与电商产业融合，推出定制化服务，降低物流成本，“潼南柠檬”寄递项目入选

2025年全国快递业服务现代农业典型案例。

同时，潼南积极推进市级“邮运通”试点，整合交通、邮政、农业、供销等资源，累计建设2+2+35个三级站点，深化“客货邮”融合线路5条，实现“多站合一、一站多能”。更创新运用无人机转运技术，破解

农产品出村进城“最初一公里”难题，为乡村产业发展注入新动能。

下一步，潼南将持续完善农村寄递物流体系，推动快递、电商与现代农业深度融合，让农产品更好卖、工业品更快进，为全面推进乡村振兴、助力地方经济高质量发展贡献更大力量。

导读

2版

潼南男篮主场练兵告捷 吹响“渝BA”冲锋号



主场练兵告捷 吹响渝BA冲锋号



潼南VS安居篮球友谊赛现场。



双方球员开局争球。

本报讯(记者 彭春 刘文静) 首届“渝超”硝烟未散,首届“渝BA”战鼓又擂。日前,代表潼南出征“渝BA”的男篮队伍正式集结,并与遂宁市安居区篮球队上演了一场精彩的热身赛。最终,潼南队以105比78大胜对手,用一场酣畅淋漓的胜利为备战注入了强劲信心。

转换行云流水,默契的配合频频撕开对手防线。快攻反击犀利,三分远投精准,抢断、盖帽乃至扣篮等高光时刻接连上演,点燃了现场气氛。经过四节激战,潼南队以大比分优势锁定胜局,展现出极佳的竞技状态。

“这场友谊赛重在切磋、贵在练兵,既加深了潼南与安居的兄弟情谊,也为队伍备战‘渝BA’积累了宝贵的实战经验。”区文化旅游委体育科干部李锋表示,接下来队伍将以赛代练,精雕细琢,力争在“渝BA”赛场上为家乡争光。

据悉,“渝BA”是重庆体育史上覆盖面最广、参与度最高的省级城市篮球联赛,将于5月10日正式打响。在日前的抽签仪式中,潼南队被分入G组,同组对手包括綦江、大足、巫山和奉节。根据赛程,潼南队的小组赛主场设在重庆电力高等专科学校多功能体育馆,5月24日主场迎战綦江,5月30日客场挑战大足,6月6日主场对阵巫山,6月14日客场对决奉节。

我区召开党外代表人士双月座谈会

本报讯(记者 冯小舟) 日前,我区2026年度第二次党外代表人士双月座谈会召开。区委常委、统战部部长刘春英出席会议。

会议就涪江、琼江生态环境保护专项监督、特约人员监督和清廉党派建设工作开展专题协商,安排部署“参政为公、实干为民”主题教育,并启动2026年“同心潼行”社会服务活动。

会议指出,各民主党派、无党派人士要强化思想政治引领,扎实开展主题教育,夯实共同奋斗的思想基础。主动融入发展大局,聚焦18项重点工程深入调研,形成高质量建言成果。坚持问题导向,开展好专项民主监督和特约人员监督,提升民主监督效能。发挥界别优势,聚焦民生关切提供精准服务,升级打造“同心潼行”社会服务品牌。深入推进清廉党派建设,发挥内部监督机构作用,打造清廉党派典型案例。各相关单位要全面落实统战工作责任,全力支持配合,确保全区统战工作干在实处、走在前列、整体成势。

“潼”台诵华章

全区80支队伍竞逐书香盛宴

本报讯(记者 张凡) 书香润潼南,诵读砺初心。日前,2026年潼南区机关干部职工诵读比赛初赛在区图书馆正式启幕。全区80支参赛队伍齐聚一堂,以声传情、以诵明志,掀起了一场全民阅读的文化热潮。

本次比赛紧扣“‘潼’台诵华章·书香砺初心”主题,现场气氛热烈非凡。选手们深情演绎,将《全民阅读促进条例》的精神内核融入字里行间。尤为值得一提的是,许多节目巧妙植入了杨闇公等本土红色文化基因,以及大佛寺、双江古镇等潼南地标元素,生动展现了新时代潼南干部职工深厚的文化自信与家国情怀。

“在重温经典的同时,更能深刻感受先辈们的为民情怀。”区公安局参赛选手王彦浩感慨道,这种沉浸式的文化洗礼,让大家在感悟经典中坚守初心,向优秀看齐。

据悉,本次活动由区委宣传部、区总工会、区文化旅游委联合主办,是全区贯彻落实《全民阅读促进条例》的生动实践。按照赛程,初赛脱颖而出的40支队伍将晋级复赛,最终决出20个精品节目角逐5月15日的决赛。届时,决赛将通过多平台同步直播,持续点燃全社会的阅读热情,为建设书香潼南注入强劲的精神动力。

中医名家齐聚潼南

风湿专科“十百千”行动惠民生



本报讯(记者 张峻豪) 近日,重庆市风湿中医专科赋能强基“十百千”行动计划走进潼南区中医院。来自江苏及我市多家中医院的专家齐聚一堂,联合开展义诊活动,将优质的中医药服务送到群众“家门口”。

义诊现场,专家们针对类风湿关节炎、强直性脊柱炎等风湿骨病患者,开展了耐心细致的问诊查体,详细解读检查报告、评估病情,并制定个性化的中西医结合诊疗方案。同时,专家们还普及了疾病日常防护知识,切实解决群众就医难题。

“今天我们把优质的风湿诊疗技术带过来,通过业务指导、学术交流、义诊等多种形式,为基层群众缓解病痛,搭建跨区域风湿中医技术交流、人才培养与科研协作平台。”重庆市中医院主任医师、风湿病科主任、博士生导师李成荫表示。

“有这么多名家来给我们看病,享受了优质的医疗资源,非常好。”患者刘世英感慨道。

据了解,重庆市中医专科赋能强基“十百千”行动计划旨在加强中医优势专科建设,促进优质中医资源下沉基层,提升全市中医药服务能力。市卫生健康委已确定10个专科方向开展此项行动,构建“纵向成集、横向成群”的中医优势专科集群发展模式,打造一批具有较强核心竞争力和社会影响力的中医优势专科品牌。



专家正在为市民检查身体。

强中医优势专科建设,促进优质中医资源下沉基层,提升全市中医药服务能力。市卫生健康委已确定10个专科方向开展此项行动,构建“纵向成集、横向成群”的中医优势专科集群发展模式,打造一批具有较强核心竞争力和社会影响力的中医优势专科品牌。

动,构建“纵向成集、横向成群”的中医优势专科集群发展模式,打造一批具有较强核心竞争力和社会影响力的中医优势专科品牌。

动,构建“纵向成集、横向成群”的中医优势专科集群发展模式,打造一批具有较强核心竞争力和社会影响力的中医优势专科品牌。

区人力社保局上榜全市退休“双高”人才聘用工作突出集体

本报讯(记者 邓瑜欣 唐菡涵) 近日,重庆市人力资源和社会保障局办公室通报表扬2025年度退休“双高”人才聘用工作表现突出集体和个人。区人力社保局因工作成效显著,获评表现突出集体荣誉称号,充分展现了该区在退休“双高”人才服务基层工作中的扎实成效与责任担当。

近年来,我区已返聘“双高”人才71人,主要涉及教育、卫生、乡村振兴等岗位,通过“需求清单+人才库”双向匹配模式,精准对接基层需求与人才专长,充分发挥其在技术指导、队伍带培、专业服务等方面的“传、帮、带”作用,有效补齐基层公共服务与产业发展人才短板。常态化开展供需对接、专题培训、专业讲座、公益义诊等活动,搭建务实高效的人才服务平台,推动退休“双高”人才资源与基层岗位需求精准匹配、高效落地,为推动全区经济社会高质量发展、助力乡村全面振兴注入更强大人才动力。

AI赋能教学 数智重构课堂

本报讯(记者 李彦亭) 当AI深度介入课堂,教育的边界正在被重新定义……近日,潼南巴川中学“数智融合,重构课堂”AI赋能345高效课堂新范式暨2026年春季学科组长示范课活动在校举行,集中呈现了AI与教学深度融合的实践路径与阶段性成果。

活动中,专家从“人工智能”与“国际理解”两个维度切入,系统阐述了科技创新人才培养与全球化人才培养模式的突破路径,并聚焦教学一线实际需求,系统演示了多种AI工具在备课、授课、命题及作业批改等环节的应用方法与操作技巧,帮助教师实现从“会用工具”到“善用课堂”的关键跨越。

在语数外、音乐、道法、科学等多个学科的示范课堂中,授课教师紧扣“345高效课堂”理念,借助AI工具重构教学流程,呈现出一批理念新、技术实、效果好的典型课例。课后,学校教研员与专家围绕课堂实效、技术融合与师生互动开展深入点评,进一步推动了教学经验的凝练与辐射。

作为“全国科学教育实验校”与“北大-TBI人工智能实践校”,未来,潼南巴川中学将继续深化“数智融合”实践,扎实推进AI强校建设,让数智真正服务于每一个学生的成长,助力打造区域乃至全国AI教育典范。

一份早餐 温暖产检路

本报讯(记者 李彦亭 张凡) “抽完血就能吃上热乎乎的早餐,真的太暖心了!”近日,在区妇幼保健院产科门诊,孕妈妈李女士从导诊台接过一份营养早餐,脸上满是笑容。

这是区妇幼保健院产科最新推出的“爱心早餐补给站”服务。即日起,每日上午9点至10点,凡在该院产科门诊进行空腹采血的孕妈妈,均可凭采血凭证,到产科门诊导诊台免费领取一份营养早餐。

“我们经常看到一些孕妈妈饿着肚子排队等检查,有的脸色发白,甚至出现头晕。”区妇幼保健院产科相关负责人表示,基于此,医院决定设立“爱心早餐补给站”,让孕妈妈在采血完成后第一时间补充能量,缓解不适。

据介绍,“爱心早餐”虽然免费,但搭配丝毫不马虎。每份早餐均经过营养考量,包含温热豆浆、糕点、鸡蛋及一份小食,兼顾口感与营养,帮助孕妈妈快速恢复元气。

“我们希望通过这一点小小的改变,帮助孕妈妈减轻产检过程中的不适与焦虑,让每一次产检都成为一次安心、暖心的经历。”区妇幼保健院相关负责人表示。

医疗服务不仅在于精湛的医术,更在于细微之处的关怀。区妇幼保健院用一份早餐,温暖了无数孕妈妈的心。这样的“小切口”,恰恰是提升群众就医获得感、建设“有温度医院”的生动实践。

服务时间与地点
领餐时间:每日上午9:00—10:00
领餐地点:潼南区妇幼保健院产科门诊导诊台
领取方式:完成空腹采血后,凭采血凭证现场领取

温馨提示

1. 空腹采血请严格按照医嘱禁食禁水,保证检查准确。
2. 采血结束后请尽快领取食用,及时补充能量。
3. 妊娠期糖尿病等特殊病情,请根据自身饮食需求选择食用。

闻汛而动 以练备战

——卧佛、崇龛、太安三镇联动筑牢防汛“安全堤”

本报讯(记者 张峻豪 彭春 刘文静 李彦亭 通讯员 曹丽 王超)连日来,卧佛镇、崇龛镇、太安镇分别组织开展防汛应急演练,依托智慧平台、实战模拟、人大力量等多元举措,全面检验和提升基层防汛抢险应急处置能力,全力筑牢汛期安全防线。

近日,卧佛镇在镇基层治理指挥中心开展防汛应急演练,镇应急办、各村网格员、应急抢险队伍等60余人参加。演练依托智慧平台,模拟辖区遭遇持续强降雨,平台实时监测雨量、水位等关键数

据,快速发出预警信息并同步推送至各网格员终端。线下网格员按照“一格一员一职责”要求,精准锁定独居老人、留守儿童等重点人群,通过敲门提醒、一对一帮扶等方式,有序组织群众转移至临时安置点,并全程做好人员登记、物资发放,确保不漏一户、不落一人。

同日,崇龛镇组织开展年度防汛抢险综合应急演练,以“模拟实战、直击痛点、闭环处置”为核心,重点检验镇村干部应急响应和协同作战能力。演练模拟突降特大暴雨导

致河水暴涨、低洼区内涝、群众受困等紧急场景。村居干部第一时间通过敲锣、喊话等方式传递预警信息,逐户走访、逐人叫应。转移过程中,队员们分工明确,协助群众搬运物资、检查门窗、搀扶老人、牵引孩童,民警与综合执法队员快速布设警戒线,工作人员有序发放物资,整个救援过程紧张有序。

太安镇铜鼓村人大代表联络站则组织进站的区、镇人大代表和干部群众开展防汛综合应急演练。演练模拟特大暴雨导致珠江流

域太安镇铜鼓村段水位暴涨出现重大汛情,镇防汛指挥部迅速启动应急预案,组织救援队赶赴现场处置。人大代表们积极参与抢险演练,并邀请专业人士对干部群众进行地灾抢险知识培训,讲解暴雨雷电天气防范应对措施,增强群众安全防范意识。

下一步,各镇将总结演练经验,持续开展隐患排查,完善智慧防汛体系和应急机制,强化物资保障,以扎实举措筑牢汛期安全防线,切实守护辖区群众生命财产安全。

遂潼两地司法部门联合开展电力行业普法宣传

本报讯(记者 徐利)日前,区司法局联合遂宁市安居区司法局走进双江镇供电所,开展主题普法宣传活动。

活动现场,普法人员摒弃生硬说教,采用“以案释法、以法明理”的方式,聚焦供电工作中的重点难点问题,详细讲解了电力设施保护、供用电合同规范、工伤纠纷处理、电力安全责任划分等核心内容。针对供电抢修、用户纠纷调解、电力设施侵权等常见场景,普法人员结合近期典型案例,深入浅出地剖析了法律风险点,细致解读了相关法律法规的适用情形,指导工作人员运用法律武器维护企业合法权益、高效化解工作中的法律纠纷,并提醒他们在开展线路巡检、故障抢修等作业时,严格遵守安全操作规程,防范因安全事故引发的法律风险。

“太实用了!这个案例和我们平时遇到的情况一模一样,听完终于知道该怎么处理了。”以后再遇到用户纠纷,再也不用慌了,有法律依据了。”……现场工作人员积极提问,普法人员耐心解答常见疑问,现场氛围融洽。普法宣讲队一行还实地走访了双江镇供电所营配指挥中心、配电管理区域及办公场所,详细了解该所在电力供应保障、安全生产管理、法治建设等方面的具体举措,并就如何更好满足一线普法与服务需求进行了交流。

“下一步,我们将持续深化与遂宁市司法行政部门的协作,常态化开展普法宣传、矛盾纠纷调解、公共法律服务等工作,全力助推遂潼一体化发展,为毗邻地区和谐稳定贡献司法行政力量。”区司法局普法与依法治理科负责人表示。



21人被困,是谁把野餐玩成“绝地求生”?

刘莉

当前正值汛期,降雨增多、水位暴涨,河道水情瞬息万变。然而,不少市民仍选择前往河道、河滩等区域露营休闲,将自身置于险境。近日,多名群众在山西朔州恢河一处设有安全警示标识的河滩烧烤娱乐时被困,消防员往返数次才将所有被困群众安全转移。这起事件,是对汛期安全防范工作的一次严厉“预警”。



范婷制图

警示标识赫然在目,却未能拦住涉险的脚步,暴露出部分公众安全意识的严重淡漠。相关部门的明确风险告知,在野餐、烧烤的诱惑下被选择性忽略。这种“明知山有虎,偏向虎山行”的心态,既是对自然规律的无视,也是对生命安全的极端不负责任。汛期河道水位变化快,上游来水或水库调度随时可能让平静河滩变成汪洋,把快乐建立在忽视安全的基础上,无异于一场豪赌。

露营经济的“狂飙式”发展,让“野生露营地”在社交平台上被疯狂种草。热潮之下,“野蛮生长”的隐患也日益凸显。大量缺乏基本设施和安全保障的“野生露营地”吸引着人们盲目前往,但很多参与者的安全意识与户外经验严重不足,他们往往只看到诗意与浪漫,却对山洪、滑坡、失温等潜在风险知之甚少。这种“供需两旺”下的安全真空,让

每一次“说走就走”的野趣之旅,都可能变成与危险的近距离接触。朔州恢河被困事件并非个例,它是露营经济快速发展背后安全保障体系短板的一个缩影。

汛期安全不容忽视,露营经济的发展必须以安全为前提,不能任由“任性玩耍”透支公众安全底线。事实上,我国多地已开始着手规范露营产业,北京、上海、合肥等城市先后出台相关意见和指引,从露营地选址、安全管理制度、应急应对等方面作出明确要求。借鉴这些经验,推动露营经济安全有序发展,需

要多方协同发力。

监管部门要主动“补位”,筑牢行业安全防线。针对汛期这一特殊时期,要加强对河道、水库周边等高危区域的巡查力度,增设警示标识、配备劝阻人员,及时制止违规露营、烧烤等行为;同时建立多部门联动的预警和救援机制,完善汛期露营安全预警系统,确保突发险情时能够快速响应。社交平台也应承担起内容审核与风险提示的责任,对那些存在明显安全隐患的“网红打卡地”推荐信息进行标注或处理,避免误导公众。

露营运营主体要坚守责任,提升安全服务水平。正规露营地应严格遵循选址要求,远离防洪区、地质灾害易发区等危险区域,完善消防、急救、应急避难等设施,制定汛期应急预案并开展演练。对于野外无运营主体的公共区域,相关部门应明确管理责任,避免出现安全管理“无人区”。

同时,每一位参与者都要摒弃侥幸心理,守住安全底线。露营的本质是亲近自然、享受休闲,而非无视规则、冒险逞强。出行前,请务必做好功课,要主动避开河道、水库下游等高危区域,优先选择正规、合规的露营地;密切关注天气和水文预警,做好应急准备;面对警示标识,要心存敬畏、坚决远离。要明白“野生露营地”不是法外之地,自己是生命安全的第一责任人。

消防员赴汤蹈火,守护的是人民生命安全;21人化险为夷,警示的是公共安全责任。汛期风险不容低估,愿此次救援之鉴,唤醒公众安全意识。休闲不可逾矩,安全不可失守。让安全意识入脑入心,让平安假期共建共享。



银龄守护暖桑榆

梓潼街道这场活动让爱“零距离”

本报讯(记者 张峻豪 通讯员 付婷婷)近日,梓潼街道佳城天下党群服务中心内欢声笑语,暖意融融。梓潼街道联合重庆慈众社工、大桥社区及潼南区慧苍骨科医院,共同开展了“银龄健康伴我行·邻里同乐汇温情”主题活动。60余名社区长者欢聚一堂,在健康科普与趣味互动中,共叙邻里情,乐享银龄生活。

活动伊始,悠扬的旋律拉开了序幕。“天才乐队”深情演绎的经典曲目《打靶归来》,瞬间点燃了现场气氛。不少老人随着节奏轻声哼唱,仿佛回到了那段激情燃烧的岁月,脸上洋溢着幸福的笑容。

在健康宣讲环节,专业医师针对老年人身体机能特点,带来了一场“干货满满”的科普讲座。医师深入浅出地剖析了骨质疏松的成因与危害,并重点分享了科学补钙、防跌倒技巧及膳食营养搭配等实用“秘籍”。针对老人们关心的健康疑难,医师更是耐心答疑,为大家送上了一份贴心的“健康处方”。

随后的趣味游戏环节将活动推向了高潮。在“幸运套圈”游戏中,老人们手持彩圈,目光紧锁地上的抽纸、清洁球等礼品,每一次投掷都伴随着欢呼与喝彩,套中的喜笑颜开,未中的也乐在其中。而在考验眼力与定力的“欢乐投壶”环节,老人们屏气凝神,箭矢离手,精准入壶,凭借实力赢取奖品。

“这个活动真好,既学到了养生知识,又能和老邻居们一起玩游戏,心里头热乎乎的!”参与活动的老人们纷纷表示,期待这样的暖心活动能常办常新。

梓潼小学百余学子在崇龛镇“耕读”中成长

本报讯(记者 徐利 冯小舟)日前,梓潼小学学生走进崇龛镇,以“沃土厚生·崇龛里的耕读与自然”为主题,开启了一场沉浸式研学之旅。

“原来艾草不仅能驱蚊,还能做成这么实用的养生锤!”活动现场,孩子们围坐在一起,认真聆听工作人员讲解。铺艾、定型、包裹、缠绕——指尖翻飞间,一个个散发着天然香气的艾草锤陆续诞生。

脚下是松软的泥土,眼前是盎然的绿意。育种育苗实践区成了孩子们探索自然的“小课堂”。在工作人员指导下,大家化身“小小农夫”,学习选种、播种、覆土的基本技巧,了解一株幼苗从种子到成长的全过程。“以后我一定要珍惜粮食!”一位同学认真地说道。

动静相融,方显少年意气。太极拳体验环节,孩子们跟着教练抬手、迈腿、转身、云手,一招一式虽显稚嫩,却格外专注。从身形姿态的规整到呼吸吐纳的调和,大家在慢节奏的动作中学会静心专注,感受中华传统文化的从容与智慧,也在舒展身体中释放活力、强健体魄。

“弓如满月,箭似流星!”射箭体验区,孩子们在一次次尝试中收获勇气与成就感。草帽DIY环节成了孩子们挥洒创意的“乐园”。朴素的草帽、五彩的颜料、灵动的贴纸,在孩子们的巧思下变成独一无二的艺术品,定格下最纯真的童年瞬间。

此次研学活动让孩子们走出校园、走进自然,在实践中感受农耕乐趣,传承传统文化,锤炼坚强意志,在他们心中播下热爱自然、尊重劳动、传承文化的种子。

走百村看百业



沃柑成熟挂满枝头。



工人采收沃柑。

玉溪镇 70亩沃柑喜获丰收 预计产值达30万元

本报讯(记者 张峻豪 李彦亭)眼下正值沃柑成熟的季节,玉溪镇青石缘基地70亩沃柑园里,金灿灿的果实挂满枝头,果香四溢,一派丰收景象。

近日,走进青石缘基地沃柑园,工人正忙着采摘、分拣、装箱,现场

一片忙碌。记者随手摘下一颗品尝,果肉细腻化渣,甜度适中,汁水充盈,口感确实出众。

“我们这里的沃柑口感好、甜度高、水分足,很多人吃过之后都成了回头客。”青石缘基地负责人蒋国前介绍说,基地坚持绿色种植方式,施

用有机肥,采用病虫害绿色防控技术,确保了沃柑的优良品质。

据介绍,今年基地70亩沃柑长势良好,预计产量可达20多万斤,按照当前市场行情,产值有望达到30万元左右,主要销往重庆主城及周边地区,部分通过线上渠道销往

更远的地方。

目前,青石缘基地的沃柑已进入最佳采摘期,预计采摘期可持续至5月上旬。市民不仅可以购买到新鲜优质的沃柑,还可以带上家人朋友前往基地体验采摘乐趣,感受田园风光。



一分钟跳绳		
46次	唐科序	211次
39次	史淑琦	188次
37次	张欣	161次
37次	胡晓娟	156次
35次	王瑜	151次
35次	熊书贝	147次
33次	杨柏滔	146次
17次	罗迪平	142次

潼南把健康第一刻在起跑线

从出汗到出彩

健康是青少年成长成才的根基。2026年教育部“新春第一会”锚定深入落实“健康第一”核心部署，重庆教育系统闻令而动，将学生身心健康作为基础性、先导性工程，系统构建“大健康”育人格局。为全面展现重庆教育系统在促进青少年身心健康方面的创新探索与生动实践，特别推出“健康第一，重庆教育在行动”大型融媒体宣传报道。

在潼南玉溪小学，眼保健操结束后，第二个大课间准时开始。足球操、花样跳绳……半小时的活动，孩子们个个满头大汗，脸上却笑开了花；同一时间，柏梓小学的排球韵律操热闹非凡，老师拿着排球和孩子一起跳跃，学校还贴心地为每个孩子准备了擦汗的纸巾……这是潼南刚性落实“双大课间”的日常写照。各校坚持“一校一品”，因地制宜发展特色项目，近两年已有3所学校在全市大课间展评中荣获一等奖。“出了汗、红了脸、笑了颜”

正成为孩子们的校园常态。近年来，潼南区把“健康第一”落到实处，直面学生锻炼时间不足、出汗效果不佳、运动场地有限、运动技能薄弱等现实问题，从科学提质、课程创新、空间盘活三个维度实施学生体质强健计划，逐步形成“校校有特色、人人有项目、天天有运动”的校园运动新生态。

科学提质让运动“有效”又“有产”

能带来的深刻变化。

潼南深入推进数智教育建设，智慧体育系统已在多所学校试点运行。通过“教师观察+AI分析”，课堂实时监测学生的运动负荷，确保群体、个体运动密度“双达标”、平均心率150次/分左右，让运动从“有”走向“有效”。大数据为每个孩子建立动态体质健康画像，进步有迹可

循，短板精准干预。智慧体育成为潼南以数智赋能“健康第一”的鲜活样本。

赛事搭台，出彩可期。潼南系统构建区、校两级竞赛格局，区级部署“三大球”、轮滑等24项竞赛，“班超”“班BA”“残疾人冰雪运动季”等校级联赛遍地开花，形成“月月有赛事、周周有活动、校校都参与”的浓厚竞赛氛围。近三年，全

区新增全国足球特色学校8所，梓潼中学、青石小学排球队分获全国冠军亚军，8名学生在市残运会中斩获前三名，项目、学段、群体多点开花、全面突破。依托青少年业余体育训练基地，近三年培养出武术、田径、射击等多领域国家一、二级运动员107名。从日常教学到竞技赛场，体教融合结出了实实在在的果子。

课程创新让运动“有用”又“有趣”

例，获央视等多家媒体宣传报道。“7天影响一生”——有用，是这门课最“硬核”的注脚。

有用的课程不止这一项。各校开设棒球、篮球、武术等运动课程，全区超90%的学生在校掌握了1至2项运动技能，朝着“一专多

能”的素养目标稳步迈进。

光有用还不够，还得让孩子觉得“有意思”。潼南积极拓展体育文化课程，结合重大节日和体育赛事，开展“体育文化节”“运动员进校园”等活动，邀请前女排国手徐云丽、前男足国脚季铭义等“国字

号”退役运动员走进学校开展技能指导，以榜样力量激发运动热情；把《保卫黄河》《飞夺泸定桥》等红色主题与仰卧起坐、绕杆跑结合起来，打造独具特色的“大课间思政”，让孩子们在运动中收获快乐、汲取精神力量。

空间盘活让运动“随处”又“随时”

加大投入扩场地。以基础教育优质均衡发展引领，坚持城乡一体、补短扶弱，近年来投入资金1.3亿元，新改扩建风雨操场、游泳馆、标准化足球场等各类运动场地40处，总面积12.94万平方米，覆盖学校30所，从源头上破解“有愿望没场地”的困境。

精打细算挖潜能。针对空间

受限学校，实施“金角银边”改造工程，通过“横向见缝插针、纵向立体开发、整体功能复合”的组合拳，将校园边角、闲置教室变身运动新场所。累计建成“地面游戏区”“支架式泳池”“室内乒乓馆”等小型、复合型运动场所200余处，盘活闲置空间1.2万平方米，空间利用率提升20%，构建起“全天候、可参与、高使用率”的校园运动场景。

多方协同拓空间。学校体育场地周末、节假日向社会开放；依托11座城乡文化公园，开展亲子徒步、自然探索，今年春假累计接待群众10万余人次。从校内到校外，从课堂到生活，“处处可运动、时时可锻炼”的空间格局已然形成。

从智慧课堂到生存特训，从“金角银边”到校外扩容，潼南以体质强健为抓手，用一处处小改造、一次次活创新、一项项实举措，走出了一条“健康第一”落地生根的区域实践新路。孩子们在运动中强健体魄、磨砺意志、收获快乐，一幅“校校有特色、人人有项目、天天有运动”的动人图景，正在潼南校园里徐徐绘就。（来源于重庆教育）



- ①潼南人民小学智慧体育系统。
- ②潼南梓潼中学男子排球队参加全国青少年排球邀请赛。
- ③中小學生基本生存能力培育训练管理现场。
- ④潼南卧佛中学大课间活动。
- ⑤潼南龙形小学运动场。