

稳中向好 韧性凸显

——从半年报看中国经济形与势

□新华社“新华视点”记者
潘洁 王雨萧 张晓洁

行至年中,中国经济走势备受关注。7月15日,国家统计局发布数据显示,上半年,中国国内生产总值(GDP)660536亿元,按不变价格计算,同比增长5.3%。

今年以来,面对更趋复杂严峻的外部环境,我国有效实施更加积极有为的宏观政策,国民经济顶住压力、迎难而上,“稳”的态势持续,“进”的步伐坚定,“新”的动能累积,“畅”的循环改善,中国经济大船沿着高质量发展航道破浪前行。

迎难而上 经济运行延续稳中向好发展态势

细看上半年中国经济答卷,底盘之“稳”的特点十分鲜明。

从经济增长看,上半年我国GDP同比增长5.3%,增速比去年同期和全年均提升0.3个百分点。分季度看,一季度GDP同比增长5.4%,二季度GDP同比增长5.2%。

从就业看,上半年,全国城镇调查失业率平均值为5.2%,比一季度下降0.1个百分点。其中,6月份全国城镇调查失业率为5%。

从物价看,尽管受国际输入性因素和食品价格下行影响,上半年居民消费价格指数(CPI)略有下降,但6月份CPI在连续4个月下降后转涨,同比上涨0.1%,其中扣除食品和能源价格的核心CPI同比上涨0.7%,创近14个月以来新高。

从国际收支看,上半年货物进出口总额创同期新高;6月末,我国外汇储备规模为33174亿美元,连续19个月稳定在3.2万亿美元以上,并连续6个月保持增长。

“国民经济顶压前行、稳定运行,主要指标好于预期,高质量发展扎实推进,经济保持了稳中有进、稳中向好的发展态势。”国家统计局副局长盛来运在当天举行的国新办新闻发布会上说。

稳住经济大盘的同时,我国经济发展质量稳步提升。各地因地制宜发展新质生产力,加大技术创新和产业创新融合发展力度,新产业、新技术、新业态继续保持较快发展。上半年规模以上

高技术制造业增加值同比增长9.5%,增速快于全部规上工业增加值3.1个百分点。1至5月份,规上战略性新兴产业服务业企业营业收入增长接近10%。

上半年经济运行总体平稳,稳中有进、稳中向好,这份含金量十足的成绩单可谓来之不易。

今年以来,国际环境变幻交织,美国推出一系列单边关税措施,严重扰乱全球经贸活动,损害世界经济增长前景。同时,国内新旧动能加快转换,调整阵痛持续释放,部分行业企业经营面临困难。

正视困难、沉着应变。4月25日,中共中央政治局召开会议,分析研究当前经济形势和经济工作,提出“着力稳就业、稳企业、稳市场、稳预期”,并作出一系列重要部署。

贯彻落实中央政治局会议精神,各部门加快推出稳就业稳经济推动高质量发展的若干举措,各地强化就业优先导向,加大政策支持力度,多措并举帮助企业应对外部困难挑战,增强自身竞争力、提振发展信心。

“总的来看,上半年更加积极有为的宏观政策发力显效,经济运行延续稳中向好发展态势,展现出强大韧性和活力。”盛来运说。

动能累积 经济转型和高质量发展扎实推进

冰雪运动、冰雪旅游持续火热,“银发列车”穿梭于春日花海,《哪吒2》以超150亿元的票房获得上半年票房冠军,Labubu掀起社交平台上的“开箱狂欢”,“苏超”带动主场城市酒店预订量大幅增长,无人机演绎的灯光秀点亮夜经济……

回看上半年,消费市场热度不断攀升,超大规模市场潜力持续释放,成为中国经济活力的生动注脚。

数据显示,上半年,最终消费支出对经济增长的贡献率为52%。从市场销售看,上半年,社会消费品零售总额为24.55万亿元,同比增长5%。其中,二季度社会消费品零售总额增长5.4%,比一季度加快0.8个百分点,逐季提升。

“今年消费市场的表现可圈可点。”盛来运说,服务消费占比提升,假日消费拉动作用增强,部分升级类消费增速加快,绿色消费渐成新风尚,“中国游”

“中国购”持续升温,新的消费模式和业态层出不穷。

消费新动能持续拓展的同时,产业新动能也在不断壮大。

DeepSeek横空出世,人形机器人登上春晚扭秧歌,全球首次“人机共跑”的半程马拉松拉近与未来的距离……一系列创新成果令世界瞩目,持续为新兴产业发展提供动力。1至5月份,我国有效发明专利申请量接近500万件,增长12.8%。最新发布的自然指数2025科研领导者榜单显示,中国高质量科研产出继续保持全球第一,并仍在迅速扩大领先优势。

中国的数字经济也在快速发展,数字技术加快赋能千行百业,不少企业特别是传统行业制造业企业通过数字化应用实现提质增效,目前我国数字经济核心产业增加值占GDP比重达到10%左右。

一个个新鲜出炉的数据,从不同维度勾勒出中国经济结构向优、动能向新的轨迹——

三次产业中,上半年服务业增加值占GDP比重为59.1%,对GDP增长贡献率超过60%,服务业“压舱石”作用突出;上半年,新能源汽车产量同比增长超过30%,汽车用锂离子动力电池产量增长达53.3%,绿色产业蓬勃发展;上半年,货物周转量同比增长5.1%,旅客周转量增长4.9%。6月末我国广义货币(M2)同比增长8.3%。人流、物流、资金流持续改善,经济循环更加畅通……

“今年以来,为应对外部挑战,我国把做大做强国内大循环摆在更加突出的位置,出台了一系列政策支持扩大内需、促进生产、畅通循环。”盛来运说,上半年内需对GDP增长的贡献率为68.8%。

新产业、新业态、新模式不断涌现,新动能持续成长壮大,中国经济转型升级步伐稳健,高质量发展向优向新。

坚定信心 努力完成全年经济社会发展目标任务

近期,世界银行、经合组织(OECD)分别将全球经济增长预测下调0.4个和0.2个百分点,而对中国经济增长预测维持总体稳定,德意志银行、摩根士丹利、高盛等国际投行纷纷上调我国经济

预测。

看好中国经济、重估中国资产,市场活力信心的持续增强,从不少指标数据中也可见一斑:6月份,制造业采购经理指数(PMI)比上月上升0.2个百分点,连续两个月回升,制造业生产经营活动预期指数和服务业业务活动预期指数均位于扩张区间。

“尽管外部环境还有不少的不确定性,内部结构调整的压力较大,但综合判断,下半年中国经济保持稳定增长是有支撑的。”盛来运说,上半年经济稳中有进的发展态势和成效,为完成全年目标打下了较好基础。同时,多年来高质量发展的大势和实践提高了经济可持续发展能力。

中国人民银行等6部门发布《关于金融支持提振和扩大消费的指导意见》,推出19条举措更好满足消费领域金融服务需求;国务院办公厅印发《关于进一步加大稳就业政策支持力度的通知》……近段时间,一系列政策文件陆续出台,立足当前、着眼长远,为经济稳定运行提供支撑。

盛来运说,现在外部环境仍然复杂多变,内部结构性矛盾还没有根本缓解,经济运行的基础还需要加固。下一阶段,要坚定不移地贯彻好党中央决策部署,做大做强国内大循环,坚定信心、保持定力,坚定不移做好自己的事情,坚定不移推动经济高质量发展。

广东出台促进经济持续向好服务做强国内大循环工作方案,湖北发布加快推进中小企业数字化转型专项行动方案,天津发布推进首发经济高质量发展的若干措施……

文化和旅游部于7月至8月举办2025年全国暑期文化和旅游消费季,人力资源社会保障部启动创业资源对接服务季活动,商务部等9部门发文深入实施2025年家政兴农行动……

各地各部门坚定信心、千字当头、奋发进取,强化政策谋划实施,加强工作协同配合,在促进经济持续向好中夯实做强国内大循环的基础。

今年是“十四五”规划收官之年,也是“十五五”规划谋篇布局之年。

一张蓝图绘到底,久久为功谋发展。中国经济劈波斩浪、穿越周期、稳健前行,持续为世界经济注入更多稳定性和确定性。

(新华社北京7月15日电)

□新华社记者 田晓航

时值小暑节气,酷热的“三伏天”即将到来。在中医看来,这一时期正是“冬病夏治”,科学养生的好时机。国家中医药管理局15日举行发布会,中医专家回应公众健康关切,传授夏季养生要诀。

三伏贴贴敷也“挑人”

冬病夏治是我国传统中医特色疗法。国家中医药管理局中西医结合与少数民族医药司副司长欧阳波说,冬病夏治主要用于呼吸、循环、风湿免疫等系统疾病的防治,通过贴敷、艾灸、饮食调理等温阳散寒、通经活络、调理脏腑,可有效预防和减轻冬季高发疾病的发作。

在冬病夏治诸多方法中,三伏贴因其操作简便、安全有效、老少咸宜等优点受到人们青睐。中日友好医院中医部主任医师张洪春介绍,三伏贴是用白芥子、细辛等温阳药材制成的药贴,一般贴于肺俞、肾俞等穴位。

今年“三伏天”从7月20日入伏到8月18日出伏共30天。成都中医药大学附属医院治未病中心主任吴节说,三伏贴贴敷最好在每伏前三天内任选一天,每次贴敷间隔10天,连续三年为一个疗程;一般成人每次贴敷6至8小时、儿童2小时左右,以皮肤能够耐受为度。

“一定要因人辨证开穴,再进行贴敷。”吴节提示,三伏贴有一些优势病种,但恶性肿瘤患者、阳虚体质者、感冒发烧者,患有感染性、传染性疾病者,瘢痕体质者,皮肤病患者禁用,2岁以下小儿需谨慎使用。

记者从发布会获悉,据不完全统计,超过85%的二级中医医院和超过90%的三级中医医院均在积极开展三伏贴等服务。欧阳波提示,患者应到正规医疗机构找专业医生进行三伏贴等治疗。

食补、晒背有讲究

夏季高温高湿,人体新陈代谢加快,如何通过饮食来消暑和养生?

张洪春说,夏季食养应以清补为主,在清热解暑的同时益气生津,可适当食用绿豆汤、扁豆粥、荷叶粥等;还应顺应时令,适当多食当季果疏。此外,体质不同,食养方法也要因人而异,例如,冬瓜薏米老鸭汤适用于湿热体质人群,而姜枣茶适用于久居空调房后手脚冰凉且容易腹泻者。

我国南北方气候特征差异明显,养生方法也有不同。中国中医科学院西苑医院老年病科主任刘征堂说,北方夏季干燥,“暑热”更易伤及津液,因此养生更注重养阴、生津、润燥;南方常湿热,养生应以清热利湿和健脾醒胃等为基本原则。

“三伏天晒背”也是夏季常见的养生方式。刘征堂说,晒背可在一定程度上起到通督脉、补元阳的作用,主要适合阳虚体质者、骨密度较低群体等;8时至10时阳气上升时晒背较为合适,时长应循序渐进,从初次的不超过10分钟逐渐增加至20至30分钟;晒背后应饮用淡盐水等补充水分,避免摄入冷饮、冷风直吹。

专家特别提醒,合并慢性病的老人晒背期间要加强监测和照护,严格控制时长并需要家属陪同,避免因脱水诱发心脑血管病等急性事件。

失眠、“空调病”困扰这样除

中医认为“夏季属火,主心,心主神明”。此时人们容易烦躁、出汗多、睡眠差,稍不注意就会耗气伤津,影响体力和免疫力。

吴节说,夏季应坚持“夜卧早起”,只要睡眠过程相对安稳、效率高,醒后精神饱满、精力充沛,无任何不适,就无须忧虑或强行延长卧床时间;但夏季“天人相应”失衡以及暑、湿、热邪导致的病理性睡眠质量下降,则需予以调养。

吴节建议,晚上11点前睡觉,通过冷水洗脸、温水漱口、睡前用安神敛阴药材泡脚让身体“上凉下暖”;晚餐宜清淡,最好不吃夜宵;晚上7点后避免剧烈运动,中午适当午休。此外,中药代茶饮、艾灸等方法也有助于改善睡眠质量。

夏季暑热难耐,人们贪凉容易导致“空调病”。张洪春说,中医认为,“空调病”起因为风邪、寒邪侵犯人体脏腑、经络、腠理或肌肉,表现为头晕、头痛、食欲不振、腹泻、腹泻等不同症状。夏季不宜长时间待在空调房或大汗淋漓后立即吹空调,避免让冷风直吹颈椎、膝关节等部位;已受“空调病”困扰的人可适当饮用热水、食用热粥,或用生姜、苏叶泡水代茶饮,促进机体排汗散寒。

中医专家还给出一些防暑“妙招”:外出可携带淡盐水,少量多次饮用;睡前避免过多使用手机等电子设备,保持心神安宁;每日按揉内关、合谷等穴位三分钟,可帮助散热,防止头晕。

(新华社北京7月15日电)

我国部署开展大规模职业技能培训

新华社北京7月15日电(记者姜琳)国务院就业促进和劳动保护工作领导小组近日印发关于开展大规模职业技能提升培训行动的指导意见。意见提出,从2025年到2027年底广泛开展职业技能提升培训。其中,聚焦高精尖产业与急需行业、就业重点群体等开展补贴性培训3000万人次以上。

意见明确,围绕增加制造业、服务业紧缺技能人才供给,聚焦先进制造、数字经济、低空经济、交通运输、农业农村、生活服务等领域,大力开展分行业领域职业技能提升培训。围绕企业职工、高校毕业生、农民工等重点群

体,持续加强职业技能提升培训。

根据意见,各地要提高职业技能培训质效,激发企业培训主体作用,发挥职业院校(含技工院校)、民办培训机构、公共实训基地等各类培训载体作用,推行“岗位需求+技能培训+技能评价+就业服务”的项目化培训模式,规范培训内容并加强质量评估。

意见要求高质量开展职业技能等级评价,提升职业技能等级证书的权威性、流通性和认可度,加强技能评价标准化体系建设,大力推行“新八级工”职业技能等级制度,指导企业实行岗位薪酬与岗位价值、技能等级双挂钩的分配办法。

小学体育课外活动对学生健康行为养成的促进作用

随着生活方式向现代化转变,小学生普遍面临久坐时间过长、日常运动量不足、影响着儿童的身心健康。小学体育课外活动作为学校体育教育体系的重要组成部分,不仅能够增强学生体质,更是培养学生健康行为的重要载体。

一、科学规划体育课外活动内容

小学生处于身心快速发展的关键时期,不同年龄段的学生在身体机能、认知水平和兴趣爱好上存在显著差异。低年级学生注意力集中时间短,好奇心旺盛,适合设计充满趣味性和情境性的游戏类体育活动。高年级学生,他们具备一定的运动技能基础,且渴望展现自我,可组织具有竞技性和团队协作性的活动。通过团队配合和激烈的对抗,既能提升学生的运动技能,还能满足其社交与竞争需求,帮助学生在运动中建立自信,为长期坚持健康行为奠定心理基础。

二、创新体育课外活动组织实施

方式

打破传统班级活动的单一模式,打造多元体育课外活动。学校依据学生兴趣爱好特长,组建足球、篮球、乒乓球、武术等体育社团,定期开展社团集训与内部赛事,为学生定制个性化运动发展路径。

三、结论

小学体育课外活动在学生健康行为养成方面具有独特且重要的作用。通过科学规划活动内容,创新组织实施方式,强化效果巩固措施,能够有效激发学生的运动兴趣,培养学生养成良好的健康行为习惯。

参考文献:

1.《义务教育与健康课程标准》(2022年版)
2.王悦.小学体育教师健康教育胜任力模型构建与应用研究[D].江南大学,2024.

兴和县东梁小学 李培文
李文娟 翟莉莉



“锋刃-2025”国际狙击手射击竞赛在新疆开幕

7月15日,“锋刃-2025”国际狙击手射击竞赛在位于新疆乌鲁木齐的武警部队某训练基地开幕,来自20多个国家的50余个狙击小组参赛。这是开幕式后,各国参赛队员进行“移形换位”课目竞赛。

新华社发(侯崇慧 摄)

如何提高学生写作能力

小学生作文能力的培养对于他们的综合素质和未来发展具有非常重要的意义。作文是一门语言表达能力的综合性训练,能够全面提升学生的语言能力、思维能力和情感表达能力。不仅有助于他们在语文学习中取得优异的成绩,更为他们今后学习和生活打下坚实的基础。具体措施如下:

一、激发写作兴趣

(一)贴近兴趣选题
允许学生自由选择感兴趣的主题,如关于童话、小动物、家庭生活方面的,避免过度强调语法规则,鼓励学生自由表达。也就是先让学生自由表达,再去关注是否有语法错误等等,对他们的要求应该宽容一些。

(二)多样化活动体验

通过游戏观察,如旅游、节日活动、课堂讨论、即兴发言等方式,将写作融入生活场景,为创作增添丰富素材,增强创作欲望,让学生有内容可写,有内容想写。

(三)积极反馈鼓励

对学生作品及时给予肯定和表扬,建立自信心,同时通过展示优秀作品激发竞争意识。

二、积累写作素材

(一)广泛阅读积累
指导学生阅读经典文学、科普读物等,阅读过程中遇到好词好句,要及时积累下来,让学生在浓厚的“书香”中养成广闻博记的习惯,让学生多读、多思、多练,积累各种各样的词汇和表达方式,之后在写作时尽量将其运用进去,才能促使学生写作能力的不断提高。

(二)观察生活细节

鼓励学生要做一个留心观察生活的好孩子。通过引导学生关注日常生活中的细节,增强他们对周围环境的敏感度。这一方面可以组织学生参与观察活动,如自然观察、社会调查等,以丰富其写作素材。

也可以教导学生从日常生活中捕捉素材,如观察小动物习性、家庭劳动体验等,通过系统化观察提升写作内容深度。

三、提升表达技巧

(一)强化说话训练
通过课堂讨论、演讲比赛等活动,锻炼逻辑思维与语言表达能力,让学生敢于表达自己的想法,吐露自己的心声。从而在今后的写作中能写出东西,为写作奠定一定的基础。

(二)系统学习写作方法

在语文教学中要多教授修辞手法、段落结构等技巧,结合课内教材设计专项训练,帮助学生掌握写作的规范。

认真把握作文的基本要求,针对学生写作的实际情况采用灵活多样的辅导和批改方法,并及时有效地进行讲评提供写作指导,教授学生基本的写作技巧,包括文章结构、语言运用、修辞手法等。针对学生在写作中遇到的具体问题,给予个性化的指导与反馈。

“不积跬步,无以至千里;不积小流,无以成江海。”只要勇于实践,持之以恒,多读多写多练,学生的写作能力一定可以提多。

参考文献:
《浅谈如何培养学生作文兴趣》
兴和县明德小学 陈学峰 郝苗苗
兴和县教体局 许文清