

2026,教育改革释放哪些信号

推进健康学校建设,加快普及全学段的人工智能通识教育,更好应对学龄人口变化……在不久前举行的2026年全国教育工作会议上,一系列重点举措明确了今年教育改革发展的核心方向,勾勒出教育高质量发展新蓝图。

2026年是“十五五”规划的开局之年,也是教育强国建设三年行动计划承上启下的关键之年。近期,围绕全国教育工作会议部署,各地相继明确了本年度教育领域的重点任务,释放出教育改革与发展的新信号。

更好应对学龄人口变化

人口,是教育资源配置的核心变量。今年的全国教育工作会议提出,更好应对学龄人口变化,优化基础教育资源布局。

当前,学龄人口规模和分布正发生显著变化,呈现明显的“排浪式”特征——即因人口出生波动引发的周期性高峰与低谷。这对教育资源供给的动态适应性提出了更高要求。教育部数据显示,未来一段时期我国高中阶段适龄人口将持续增长,预计在2029年达到峰值。与此同时,随着教育普及水平提升和社会对人才需求的变化,群众对优质普通高中教育的期待不断增强,普通高中发展将面临学龄人口持续增长和普及水平持续提升双重挑战。

在这一背景下,各地正积极开展前瞻布局与机制创新,持续扩大和优化学位供给。其中,浙江在应对学龄人口变化方面开展了系统性探索。“常住人口、出生率、城镇化率是影响我省学龄人口变化的3大关键变量。基于这些变量,我们预测了全省各学段人口渐次达峰情况。目前,学前阶段和小学阶段学龄人口已达峰,初中阶段和高中阶段学龄人口仍在持续增长。”浙江省委教育工委副书记陈春雷介绍,为此,当地围绕学校、学位、教师等关键资源,统筹推进“调、通、增、整、优、统、小”七方面工作,涵盖布局调整、资源贯通、学位扩充、民办整合、小规模学校优化、教师编制统筹与小班化教学推进,逐步构建起与人口波动相适应的教育供给体系。

面对即将到来的高中学龄人口入学高峰,多省份纷纷推出具体应

教育高质量发展新蓝图



对举措。例如,广东计划通过改扩建、学段贯通、新建学校等方式,2026年增加普通高中学位20万个;湖北持续推进高中学位扩容,武汉市在2025年新增8000个优质高中学位的基础上,计划再增加8000个优质高中学位,襄阳市计划新增3000个普通高中学位,十堰市将新增3000个综合高中学位……各地正通过针对性的扩容与优化举措,积极应对未来学龄人口的结构变化,努力保障高中阶段教育的资源平衡与质量稳定。

推进健康学校建设

学生的身心健康牵动着千万家庭,也承载着国家与民族的未来。2026年全国教育工作会议强调,推进健康学校建设,促进学生身心健康、全面发展。

“十四五”时期,教育系统持续深化“健康第一”的教育理念,推动德智体美劳五育并举,积极破解“小眼镜”“小胖墩”及心理健康等现实问题,努力让学生不仅“身上有汗、眼里有光”,更能“心中有梦、脚下有力”。

在各地实践中,不少学校积极探索健康促进的有效路径。在四川,电子科技大学附属实验小学全面普及学生体育技能“1+1+N燎原行动”,帮助学生掌握一种跳绳技能、一个球类技能或其他特色体育技能;在湖南,湘西土家族苗族自治州涪陵小学与游泳俱乐部合作,邀请俱乐部游泳教练担任兼职体育教师,给孩子们上游泳课;在河南,郑州市第七初级中学将少林拳、八段锦等传统健身项目引入大课间,让学生在强身健体的同时感受中华优秀传统文化的魅力……各地学校积极落实“健康第一”的教育理念,引导学生树立健康观念,有效推动健康学校

建设走深走实。

进入2026年,多地在健康学校建设上继续推出新举措——

北京近日发布《北京市学校家庭教育社会协同育人“教联体”建设实施方案》,提出到2026年在全市各区全面建立“教联体”,构建深度协同的教育新生态,切实服务学生身心健康全面发展,方案还推出“京小帮”家庭教育指导服务综合智能体,聚焦学生身心健康,提供7×24小时在线、个性化的专业支持;河北今年将实施中小学教室照明与体育场地改造提升工程,计划完成5万间护眼教室改造,500所中小学体育场地升级,并对全省1000万名中小学生学习脊柱侧弯筛查;山东聚焦儿童青少年健康核心需求,今年预计建设20个标准化儿童青少年运动促进健康中心、培训1000名持证“运动健康指导员”、面向10万名儿童青少年推广一体化健康服务包、建设全省运动健康数字化平台……从理念到行动,从硬件改造到服务升级,一系列新举措正为学生的健康发展构筑起全方位的坚实支撑。

加快普及全学段AI教育

今年的全国教育工作会议要求,扎实推进人工智能赋能教育,加快普及全学段的人工智能通识教育,激发教育强国建设活力和动力。

所谓“全学段教育”,是指将人工智能教育贯穿于各个学习阶段,打破传统教育阶段之间的壁垒,形成一个有机衔接、协同发展的教育体系。利用人工智能自身具备前瞻性、开放性、交叉性等特征,更早期识别引导学生、更高效更有针对性地培养学生。

国际上,许多国家已将人工智能

素养视为国家竞争力的关键指标,并推出相应计划,如美国的“AI for K-12”计划、欧盟的“数字教育行动计划(2021—2027)”以及新加坡的“AI Singapore”项目等。

在我国,多地已积极出台方案,推动人工智能与教育深度融合——

江苏近日印发《江苏省“人工智能+”行动方案》,明确提出实施人工智能赋能教育行动,推广智能学伴、智能教师等人机协同教学新模式,加强教育专用大模型、学科大模型的研发与应用。在应用创新方面,江苏面向中小学开发上线了6个学科智能体和20个教学智能体,智能评卷辅助系统已在考试评价中投入使用。在人才培养上,江苏构建贯通式培养体系:在基础教育阶段,印发人工智能课程指导纲要,上线省级人工智能教育数字资源中心;在职业教育和高等教育阶段,优化学科专业布局,推动36所本科高校、53所高职院校开设人工智能相关专业,并立项建设15个省级人工智能学院。

贵州依托国家大数据综合试验区的基础,发布《贵州省推进人工智能赋能教育行动方案(2026—2030年)》,推动人工智能与教育教学深度融合,打造智慧教育贵州模式。该省以“赋能导向、人机协同”为原则,计划到2027年将建成省级人工智能教育算力共享平台与特色资源库,培育100所省级数字化转型试点校;到2030年,基本建成覆盖大中小学及职业院校的人工智能一体化培养体系,实现人工智能教育全面普及,并推动本土特色教育大模型规模化应用。

重庆市教育委员会等8部门近日联合印发《重庆市推动“人工智能+教育”行动方案》,聚焦人工智能与教育深度融合,构建智能教育新生态。方案将打造“人工智能+”学习场景列为重点,推广“AI学伴”等智能应用,为学生提供自适应学习路径规划、学习难点智能解析与辅导等个性化服务。根据方案设定的目标,到2026年底,重庆市新一代教育智能终端、智能体应用普及率达到70%以上;到2027年底,相关应用普及率将提升至80%以上,建成150所“人工智能+教育”创新特色学校,推动重庆“人工智能+教育”发展水平西部领先、跻身全国前列。

□ 来源:人民日报海外版

大学生机票预订 增超20%——

寒假旅游市场 热度升

伴随着学生陆续迎来寒假,寒假旅游再次升温。1月21日,记者从多家在线旅游平台获悉,1月以来大学生机票预订量同比增长超20%,学生与亲子家庭成为出行主力。当前,旅游消费呈现品质化、体验化趋势,融合文艺演出、非遗手作的综合性产品受青睐,其中部分主题乐园酒店预订量同比增长达94%。业内专家指出,针对亲子与年轻客群需求打造文化体验、运动休闲等产品,成为旅企抢占假日市场的关键。

在北京大学的肖怡告诉北京商报记者,1月中下旬开始放寒假,她与朋友计划在1月底错峰去四川成都以及重庆旅游10天左右,如此既能够避开春节假期的出游人群,又有时间提前回老家与家人团聚,为过年做准备。

寒假旅游市场正在快速升温。飞猪发布的最新数据显示,1月以来,大学生机票预订量同比增长超20%。去哪儿旅行大数据也显示,随着全国高校开始放寒假,学生党出行量快速增长,同步带动春节出行订单量。其中,预订1月12日—19日出发的机票量环比上周增长明显,18—22岁游客环比增长近三成;1月24日,全国中小学生在集中迎来寒假,带动1月24日—25日成为出行小高峰。

此前,2026年春运首日车票(即2月2日出发的火车票)正式开售。从客源结构来看,即日起至春运首日,出行旅客以大学生返乡和商旅人群为主。根据同程旅行数据,1月中旬开始,各地高校陆续放寒假,学生返乡客流高峰预计将持续至2月第一周,并与务工返乡的客流叠加,形成第一波春运出行高峰。

途牛相关负责人表示,随着各地中小学生在迎来寒假,冬季旅游市场呈现热度高涨、量价齐飞的显著趋势。寒假旅游市场从1月中下旬开始陆续迎来客流热潮,出游高峰则将出现在春节假期。

去哪儿旅行大数据研究院分析称,寒假的开始一般是春节预订高峰的开始。随着大批学生放假,一部分大学生会倾向于“抢跑”春节档,出外游玩;一部分家长则会带着放假的中小学生在开始避寒、游学之旅。

这个寒假,游客对品质出游、复合型体验的需求越来越高,同时,主题公园、博物馆类产品尤为受到年轻群体以及亲子客群的青睐。

飞猪数据显示,截至目前,含有文艺演出、民俗和非遗、特色餐饮的综合性体验格外受青睐,尤其是对亲子家庭客群而言,住、玩一体的主题乐园酒店预订量同比增长94%。另外,行程中带有民俗展演、非遗手作等体验的旅游服务预订量也同比增长超四成。

谈及热门旅游主题,途牛相关负责人介绍,冰雪旅游、主题乐园、避寒游、传统文化体验等主题的旅游产品深受年轻及亲子游客的青睐。同时,自驾游和自由行也是亲子游客的热门选择,上海迪士尼度假区、珠海长隆海洋王国、广州长隆旅游度假区、北京环球度假区、哈尔滨冰雪大世界等主题乐园吸引了众多亲子家庭的关注。

在资深旅游专家王兴斌看来,春节假期前是布局亲子游市场的关键窗口期。各旅游商家应积极把握寒假出游趋势,如针对北方地区气候特点,重点打造以冰雪运动为代表的户外体验产品;同时,深化博物馆、演出等文化资源的旅游转化,推出融合文化体验、运动休闲与娱乐互动的亲子游产品,以满足学生与家长的亲子出游需求,抢占假日旅游市场的先机。

□ 来源:北京商报

别让寒冷“咬”伤你

寒冬时节,长时间待在户外,手指、耳朵等部位常常会传来刺痛感,摸起来冰凉僵硬;若继续暴露,甚至可能出现红肿和水泡——这正是身体发出的“冻伤警报”。

很多人可能觉得冻伤只是小问题,忍一忍就过去了,但如果处理不当,可能会带来长期隐患。今天,我们就来简单科普一下冻伤的基本知识,并教你如何科学预防和应对。

严寒湿冷是冻伤“加速器”

冻伤本质上是低温对皮肤和细胞的“攻击”。当人体长时间处于寒冷环境中,身体为了保护内脏,血管会优先收缩,导致手脚、耳朵等末梢部位血液流动减少,甚至缺氧,进而引发细胞损伤或坏死。

严寒、湿冷是冻伤的“加速器”,湿冷使体内热量流失更快,而寒风则像“帮凶”,迅速降低皮肤温度,短短十几分钟内便可能造成不适。

循序渐进分级处理

切记,正确处理冻伤,不能“急

功近利”。很多人误以为用热水烫、火烤或用力揉搓能迅速恢复,但这些做法实际上可能导致更严重的二次伤害。正确的方法是“循序渐进复温”。

冻伤按损伤深度可分为不同等级,且每个阶段的处理方法也不相同:轻度冻伤(I度):只影响皮肤表层,表现为皮肤发红、发紫、冰凉刺痛,及时保暖后通常能自行恢复,且不会留下后遗症。

首先应立即进入温暖环境,把冻伤部位浸泡在37℃—40℃(不烫手)的温水中,保持15—30分钟,直到皮肤恢复红润、恢复知觉。复温后,擦干患处并涂上凡士林保湿,同时穿上宽松衣物保暖。若出现水泡,切勿自行挑破,应用无菌纱布包裹并尽快就医。

中度冻伤(II度):损伤较深,涉及皮肤深层,表现为患处肿胀、透明水泡,局部痛感明显,且容易发生感染。如果不及处理,可能引发严重并发症。

这种情况通常需要及时就医,尤其是水泡已经破裂或出现严重肿胀、皮肤变色等症状时,尽量避免进一步摩擦和挤压,尽早就医处理。

重度冻伤(III度及以上):最为严



重,皮肤变黑、变硬、失去知觉,表明组织已经坏死,可能需要手术治疗,甚至危及肢体功能。

预防更重要

“预防”远远胜过“治疗”。在寒冷的天气里,出门前一定要做好全方位的保暖工作,特别是手脚等末梢部位。你可以穿戴厚厚的羊毛袜和加绒

手套,鞋子要宽松,不要勒得太紧,以免影响血液循环。此外,耳朵、鼻子等裸露部位,建议戴上耳罩、口罩等保护装备。

总之,冻伤是可以预防和治疗的,关键是要做到“早发现、科学处理”。了解冻伤的症状和不同阶段的应对方法,并在寒冷天气中做好有效的保暖措施。

□ 来源:央广网