

沃野染新绿 春耕绘丰景

——从春耕一线看“十五五”开局农业生产新气象

3月20日，春分时节，恰逢农历二月初二“龙抬头”。

“春分龙抬头，五谷大丰收。”当前，南方早稻开始育秧，北方冬小麦全面返青，广袤田野上生机盎然。

“抓好春耕备耕，对于确保粮食丰产和粮食安全至关重要。”习近平总书记强调。“十五五”规划纲要提出粮食综合生产能力达到1.45万亿斤左右的目标任务，对农业生产提出更高要求。

春和景明，万象“耕”新。全国两会胜利闭幕后，新华社记者深入多地调研，在各地各部门抢抓农时备春耕的生动实践中，感受着齐心协力打好春季农业生产“第一仗”的信心和力量。

■ 抢农时，播撒丰收希望

在安徽，一场春雨过后，宿州市埇桥区淮河种植农民专业合作社理事长李清武来到麦田，察看冬小麦长势。“绿油油，长得真棒！”李清武笑道。

去年秋天，当地遭遇连阴雨，冬小麦晚播播半个月。春节前后，小麦开始返青。李清武第一时间追施了返青肥，前不久他再次喷施了除草剂和叶面肥。

“当时很担心，但是农技人员一直鼓励说只要做好田间管理，就不会有大问题。目前看小麦苗情不比去年同期差。”李清武对记者说。

春耕春管直接关系到夏粮、秋粮的收成。跑好春耕“第一棒”，对于完成全年粮食生产目标至关重要。

3月，各地抢抓农时，想方设法高质量高标准做好田间管理、完成春耕任务。

眼下，正是早稻育秧关键期。记者在湖南省常德市桃源县沙坪镇看到，种粮大户何新平的近20亩集中育秧田里，嫩绿的秧苗在细雨中摇曳。不远处，400多亩水田翻耕一新，泥土的气息扑面而来。

为了不误农时，何新平赶在3月中旬的连续阴雨天气前完成了集中育秧。“预计再有20天就可以开始移栽，正好赶上最适合秧苗生长的气候。”何新平说。

在东北，黑龙江省大庆市林甸县鹤鸣湖镇胜利村种粮大户袁洪广这几天正忙着检修农机，仓库里堆放着为春耕生产采购的化肥等农资。“今年准备种植9000多亩玉米。”他告诉记者。

在西南，一年一度的春耕开犁仪式3月16日在西藏农区举行。随着拖拉机的前行，紧随其后的姑娘们从腰间的筐里抓出一把种子，熟练地撒进田垄。

农业农村部最新农情调度显示，目前我国冬小麦播种面积保持稳定，一二类苗占比过八成，比冬前提高30多个百分点。此外，全国早稻育秧已完成三成半，同比略快，其中海南育秧过七成，广东、广西过六成，福建近五成，湖南过两成，江西一成半。

不负农时不负春。春天是万物生长的黄金时期，记者调研看到，各地积极践行大食物观，让春季农业生产的内涵变得更加丰富。

眼下是广东的“海洋春耕季”。这几天，南澳县裕海海产有限公司的养殖人员正忙着收获去年8月投放的绿鳍马面鲀，再培育新鱼苗。

春天也是果蔬种植的黄金季。在关中平原，果农们有的手握剪刀，有的背挎麻袋，穿行于果园中忙着修剪果树；在云南，各蔬菜产区的菜农抢抓时令整地埋墒，为春夏蔬菜稳产保供打下基础……

从南到北，自东向西，春耕生产的动人画卷徐徐铺展，辛勤的农民在广袤沃野播撒丰收的希望。

■ 强科技，激活增产新动能

“拓展无人机、物联网、机器人等应用场景”——“十五五”开局之年，无人机、机器人等关键词首次写入中央一号文件，释放出加快培育农业新质生产力的鲜明信号。



3月20日，农民在云南省曲靖市麒麟区文苑街道的农田里起茭白苗(无人机照片)。春分时节，各地农民抢抓农时开展春耕、春种、春管等农业生产工作，田间地头一派繁忙景象。新华社发(杨俊鹏 摄)

向科技要产能！在基层一线，记者感受到，农业科技正源源不断地为春耕生产注入新动能。

走进浙江省余姚市区域性水稻育秧中心，两条自动化育秧流水线正开足马力高效运转。

空苗盘在流水线上有序“排队”，加土仓精准铺土，播种仓按设定量播种，随后盖土、浇水一气呵成；在流水线末端，两条智能协同的四轴机械臂灵活转动，每15秒就能抓取10个苗盘，稳稳码放到指定区域……

“这套设备的核心就是自动化与智能化，彻底打破了传统育秧的效率瓶颈。”中心负责人余军林算了一笔细账：单条流水线日均播种量达1.2万盘，育秧效率较传统方式提升约三成。

在河北省保定市，望都县高优农业技术服务专业合作社服务的千亩高标准农田里，多架植保无人机在飞手精准操控下，依托北斗导航定位系统，高效开展农药喷洒、肥料撒施等田间管理工作。

新装备、新技术的应用提高了春耕效率，良种良法配套、农机农艺融合，也在更大范围内发挥作用，为春耕生产保驾护航。

3月初，来自辽宁省彰武县的高级农艺师李晨忙着走村入户，围绕玉米单产提升提前对村民们开展技术指导。

由于地处科尔沁沙地南缘，彰武县多沙土，玉米产量一度较低。近年来，当地以玉米单产提升为突破口，加快选育推广高产品种，集成应用浅埋滴灌、水肥一体化、病虫害综合防治等关键技术，以技术创新提升粮食产能。

2025年，彰武县玉米单产提升项目落实面积8.1万亩，平均亩产超过1800斤，较普通种植地块增产约700斤，示范带动效应明显。

“今年我们还要继续在提高单产上下功夫！要把单产提升项目面积扩至10万亩以上。”李晨告诉记者，眼下他正忙着筛选更多抗病性强、产量高的玉米新品种，同时推进粪肥还田，提高土壤有机质含量，实现以肥调沙、以技增产的综合效益。

2025年，我国粮食产量达到1.43万亿斤，其中单产提升对全国粮食增产的贡献率超过90%。

今年政府工作报告提出，深入实施种业振兴行动，加快选育推广突破性品种，推进先进适用农机装备研发应用，打通农业科技推广“最后一公里”。

■ 迎挑战，齐心协力保粮安

眼下，东北进入春耕关键期。在产粮大县吉林省农安

县，吉林乾溢农业发展专业合作社联合社的化肥加工厂内，工人们正将一袋袋化肥装车，运往各村农民合作社。

每年备耕期，该厂可生产化肥约5万吨，能满足400余家成员合作社的化肥需求。“今年我们提前采购了原料，产量也增加了，能够稳定供应市场。”该联合社负责人徐国臣说。

各地各部门齐心协力，采取一系列举措，千方百计做好春季农业生产保障。

金融先行，支持不断档——

去年秋季，黄淮海等地区遭遇连阴雨，冬小麦普遍晚播。为积极应对冬小麦晚播、苗情偏弱生产形势，财政部会同农业农村部统筹安排中央财政资金12.5亿元，支持11个冬小麦粮食主产省份开展促弱转壮等相关工作，重点对追加施肥提苗肥等防灾减灾措施给予适当补助。

作为重点支持“三农”发展的国家政策性银行，中国农业发展银行今年备足1800亿元，扎实做好春耕备耕资金供应工作，截至3月14日，已投放2026年春耕备耕贷款1272.47亿元，达到去年全年投放的72.87%。

强化政策支持，调动种粮积极性——

今年中央一号文件提出，强化价格、补贴、保险等政策支持和协同，健全种粮农民收益保障机制；合理确定稻谷、小麦最低收购价，完善棉花目标价格政策；稳定实施耕地地力保护补贴、玉米大豆生产者补贴和稻谷补贴政策。

一系列惠农富农政策，将有效调动农民种粮积极性，稳住春播面积。

“粮草”充足，农资保障生产——

为满足春耕备耕期间各地对化肥的广泛需求，今年中国供销集团所属中农集团与400余家核心供应商、大型农资企业签订了春耕保供协议，备肥总量已超600万吨，备药7万吨，从源头保障农资供应总量充足、品类齐全。

智慧耕耘，农技破解挑战——

为争农时、抢春管、推技术、保丰产，山东省派出省级专家指导组，分区域开展巡回技术服务，指导落实镇压划锄、肥水运筹、病虫害防控等关键措施，全力打赢小麦春季田管攻坚战。

派出11个工作组和21支科技小分队赴三省省集中指导调研，扎实开展促壮苗技术日行，举办线上线下培训、田间课堂、“春耕大师课”等活动……这个春天，农业农村部持续开展奋战140天强春管促壮苗抗灾夺夏粮丰收行动等，为夯实夏粮生产基础赢得主动。

粮稳天下安。一片沃野上，广大农民群众和“三农”工作者用汗水浇灌丰收的希望，各地各部门高质量推进春季农业生产，共同端牢14亿多中国人的饭碗。新华社北京3月20日电

「屏幕哄睡」影响「睡眠开关」青少年如何睡个好觉

如今，刷手机已成为不少青少年的“睡前仪式”——有人用短视频缓解学业压力，有人靠聊天、刷资讯“放空”，甚至有人把手手机当作催眠工具。然而这种看似平常的“屏幕哄睡”，却会悄悄对青少年的睡眠和情绪产生不良影响。

当学业的压力与成长脚步不期而遇，青少年如何才能睡个好觉？

晚上“屏幕哄睡”白天疲惫不堪

白天学业繁重，睡前狂刷手机，已成为不少青少年的生活常态。然而，这样的“睡前仪式”换来的并非真正的放松。

天津高二学生小雨表示，在紧凑的学习节奏下，睡前时光是她和同学们难得的专属时间。为了了解压，大家都习惯躺在床上刷短视频、回消息，常常一看就到深夜12点多，有时甚至凌晨2点才疲惫入睡。

“睡前玩手机时觉得很放松，舍不得让这段完全属于自己的时间溜走。但熬夜刷手机后，白天会觉得又困又累，心烦意乱。”小雨坦言，“屏幕哄睡”的“后遗症”让她有点吃不消。

小雨的家长也慢慢发现，原本温和开朗的孩子，变得越来越敏感易怒，成绩也明显下滑。经过专业医疗机构诊断，小雨情绪困扰的主要根源在于长期“屏幕哄睡”引发的睡眠紊乱。

睡眠对青少年健康的影响不容小觑。全国爱卫办2025年发布的《睡眠健康核心信息及释义》指出，青少年睡眠不良与学业压力、电子设备的使用以及不规律的作息等有关。长期睡眠不良影响学习能力、免疫力、生长发育等，甚至产生心理和精神问题。

蓝光“欺骗”大脑影响“睡眠开关”

睡前刷手机，明明越刷越困，怎么还会影响睡眠和情绪？

“问题就出在手机屏幕发出的蓝光上。”天津市安定医院儿



童青少年心理科主任孙凌表示，手机、平板等电子屏幕发出的短波蓝光，会直接“阻止”大脑分泌褪黑素，而青少年的大脑往往还未完全发育成熟，对蓝光更加敏感。

孙凌介绍，褪黑素就像是身体的“睡眠开关”，傍晚天暗下来，褪黑素开始分泌，让人慢慢感到困倦，到凌晨时分泌最多，让人睡得安稳。可如果睡前一直刷手机，蓝光便会“欺骗”大脑，让大脑以为还是白天，“睡眠开关”就会被推迟打开，孩子入睡时间越来越晚。

入睡时间推迟不仅会导致睡眠不足，还会影响青少年的情绪调节。天津市安定医院睡眠医学科主任张新军表示，一整晚完整的睡眠，并非一种静止状态，而是由快速眼动睡眠(REM睡眠)和非快速眼动睡眠(NREM睡眠)两个阶段交替构成的循环。REM睡眠与记忆整合、情绪调节和学习功能密切相关，NREM睡眠则是体力与精力恢复的关键时期。

“REM睡眠就像大脑的‘情绪排毒站’。”孙凌表示，白天孩子承受的学业压力、积累的负面情绪，都会在这个睡眠阶段被慢慢整理、释放，帮大脑恢复平静。而长期“屏幕哄睡”会让REM睡眠时间大幅减少，大脑没法完成“情绪排毒”，负面情绪便会越积越多。

专家提醒，青春本就是情绪波动的敏感时期，体内激素变化让孩子容易出现情绪起伏，而“屏幕哄睡”带来的睡眠紊乱，则会进一步放大这种波动，导致情绪问题和睡眠问题互相影响，进入恶性循环。

放下手机 睡个好觉

睡眠是情绪的稳定器，也是青春期成长的养分。专家提醒，“屏幕哄睡”看似便捷，实则代价沉重，要想睡个好觉，还需规律作息，优化睡眠环境。

孙凌建议，手机不该成为哄睡工具，家长应严格控制青少年睡前电子屏幕使用时间，睡前1小时关掉所有电子设备，可换成纸质书、听舒缓音乐等温和的放松方式。

“坚持每日规律作息对于优质睡眠十分重要。青少年白天可接受充足的自然光照，进行适度的体育锻炼。这些都有助于稳定生物钟，减少睡眠片段化，从根本上促进深度睡眠的产生。”张新军说。

天津市安定医院儿童青少年心理科主治医师李泊萱说，家长还应为青少年营造优质的睡眠环境，保持卧室黑暗、安静，减少蓝光干扰，帮助褪黑素正常分泌；选择合适的床垫和枕头，卧室的温度应适宜，避免过冷或过热。

面对学业压力，家长和老师应及时关注青少年的心理健康，当青少年出现压力过大或情绪问题时，应给予充分的理解和支持，帮助他们学会调节情绪，缓解压力。

世界睡眠日来临之际，愿每一位青少年都能摆脱“屏幕哄睡”的困扰，睡足觉、睡好觉，在成长路上从容前行。

新华社记者(新华社天津3月20日电)

国产大型邮轮“爱达·花城号”上海出坞

大国重器再落一子！2026年3月20日，第二艘国产大型邮轮“爱达·花城号”在上海顺利出坞。从首艘“爱达·魔都号”到“爱达·花城号”，我国再次擦亮大型邮轮这颗造船工业“皇冠上的明珠”。

同样是这一船坞，2023年6月6日，首艘国产大型邮轮“爱达·魔都号”从这里出坞，实现了国产大型邮轮从“0”到“1”的历史性突破。

“与首制船相比，第二艘国产大型邮轮更大、更绿色、更智能！”国产大型邮轮项目现场总指挥兼总设计师陈刚用三个“更”，概括了“爱达·花城号”的特点。

从2022年8月8日开工建造，到2026年3月20日出坞，第二艘国产大型邮轮已具备航行能力，整体建造进度超94%，其与首艘国产大型邮轮相比建造周期缩短了8个月、国产化配套率提高了5个百分点。

为什么说它更大、更绿色、更智能？它的总吨位比首制船增加0.64万吨达14.19万吨，总长增加17.4米达341米；新增了2套脱硫塔和选择性催化还原系统，让航行更加环保；还将在整船的智能控制系统和船舱的公共空间里融入AI元素，丰富旅客的体验场景。

记者走进正在紧锣密鼓进行内部装饰的“爱达·花城号”看到，可以容纳千人的大剧院，装置有观光环形梯的水上乐园，还有能为旅客提供精酿啤酒的啤酒花园……船上的公共空间更大了，露天甲板更开阔，购物空间也更充裕，这些都是根据“爱达·魔都号”上的旅客反馈，优化的设计布局。

曾登上“爱达·魔都号”的塞尔维亚旅客菲莉蒲说：“中国制造的大型邮轮，搭载了许许多多高新技术成果，又能看到很多中华文化的装饰，给人不同凡响的体验。”短短数年间，有谁预料到，国产大型邮轮实现从“1”到“优”的跃迁？

在上海外高桥造船公司，已初步构建起“1家总装企业+100家总包商+1500家供应商”的邮轮生态圈，链主带动整个供应链本土化水平和合作水平提升。

“爱达·花城号”上，剧场等关键系统首次

由国内供应商参与完成替代，材料和工程包也逐步实现本土化。

爱达邮轮产品与客户体验助理副总裁国佳介绍，“爱达·花城号”在内部装饰、餐饮设计、文化演艺方面会充分考虑国内消费者的习惯，将为旅客带来“更秀美、更科技、更中国”的邮轮消费体验。

邮轮产业具有1:14的带动效应。建造一艘邮轮，不仅能够推动船舶修造、邮轮母港、商贸零售、金融服务等产业链发展，甚至能促进酒店、文旅、娱乐等相关领域的转型升级。

中旅集团相关负责人表示，随着国产大型邮轮的陆续交付，将进一步丰富邮轮产品的供给，推动中国加快成为全球邮轮市场重要的增长极和核心市场。

当日，中国旅游集团有限公司与中国船舶集团有限公司在上海正式签署《大型邮轮新造船项目合作备忘录》，形成“2艘实船+1艘选择船”的合作框架。签约双方在批量化建造之外，还要开启系列化运营的合作。

首艘国产大型邮轮“爱达·魔都号”自2024年1月1日开启商业首航至今，已服务近69万名中外旅客，掀起一波邮轮经济的浪潮。

为什么命名“花城”？首艘国产大型邮轮命名“爱达·魔都号”，以上海为母港；“爱达·花城号”计划于2026年底交付后布局广州南沙邮轮母港，因此以广州别称“花城”命名。

从上海到广州，从“魔都”到“花城”，国产大型邮轮的命名与布局，见证的不仅是船舶制造的突破，更是中国城市功能的升级。

大型邮轮也是国际交流、合作的平台。陈刚说：“我们将持续推进国际合作，集纳各方的智慧成果，增进交流合作，共同推动大型邮轮建造、运营更加贴近市场、服务旅客需求。”

从“造出一艘船”到“构建一套体系”，从“一艘船”迈向“一支舰队”，中国大型邮轮的实力进阶，勾勒出大国制造驶向深蓝的全链条图景。

新华社记者(据新华社上海3月20日电)



3月19日拍摄的第二艘国产大型邮轮“爱达·花城号”(无人机照片)。新华社记者丁汀摄