

流动山河景 一路皆芳华

——清明踏青的N种“打开方式”

清风拂绿野，正是踏青时。清明时节，各地市民游客纷纷走出家门，或泛舟水上，游览两岸繁花竞相绽放；或亲子骑行，慢赏沿途花海；或搭乘列车，看窗外春色浩荡铺展……踏青赏春不再拘泥于终点，一路奔赴皆是风景，沿途繁花尽收眼底，生动展现出活力澎湃、惬意融融的流动中国。

一路繁花相随 行走皆是春光

春和景明，繁花缀岸。一幅“船在花中行，人在画中游”的春日画卷在北京北小河徐徐展开。

今年清明假期，北京赏花有了更多“水上视角”——北小河精心打造北京首条4.2公里樱花河流，沿岸栽植数千株樱花，搭配碧桃、海棠等春季花卉次第绽放，游客可乘船穿行于花海碧波之间。“坐在船上赏樱花，偶有花瓣拂过脸颊，这种感觉太治愈了。”北京市民魏女士感慨道。

“北小水醒春启航活动期间，不同河段设置了不同船型，为大家带来全新水上赏樱体验。”北京朝阳文旅发展集团有限公司策划运营部经理朱梦娇说，市民游客可以在昆泰码头乘坐舒适观光船，船上还可预订樱花主题下午茶。

在云南，人们依托高铁、文旅专线、短途骑行等多元出行方式踏青赏春。“我们自驾去了高黎贡山，红色的杜鹃花开得正盛。”在腾冲旅居的哈尔滨小伙张为说，乘坐公交6路可直达和顺古镇，去往腾冲火山国家地质公园也有旅游巴士可乘坐。

春日出行热潮持续升温。记者从中国国家铁路集团有限公司获悉，4月4日，全国铁路发送旅客2212.3万人次，创清明假期单日旅客发送量历史新高。4月6日，全国铁路预计发送旅客2080万人次，计划加开旅客列车1369列。

对接春日出行需求，多地发出一趟趟开往春天的赏花列车。西安铁路局结合春季文旅资源，开行蒲城梨花专列、汉阴油菜花专列；往返于郑州、洛阳两地的赏花专列G8000次列车，带游客赏牡丹、品美食；昆明铁路局开行“游遍神州系列”特色赏花专列，提供赏花精品线路。

踏青玩法上新 解锁多元春趣

在云南昆明，环滇池绿道骑行，成为了人们清明踏青的“心头好”。昆明环滇池文旅产业发展有限公司董事长张帅说，截至2026年3月，滇池绿道已建成开放108公里，将43处湿地公园、46个美丽乡村串珠成链。

“我们一家从海埂大坝出发，途经星海半岛、卧龙岗



4月6日，游客在河北省晋州市周家庄乡梨园内赏花游玩。

新华社发(梁子栋 摄)

渔村等景点，一路骑行，一路赏花，书本上的图景，化作眼前真切的风光。”来自大理的初二学生曹卓杰说，此次清明假期连着学校的春假，出游时长更加充裕。

沿着绿道，人们有的走进附近村庄，搭帐篷露营、放风筝、野餐烧烤；有的徜徉于花海之中，拍照打卡，赴一场“与春天的约会”；有的停在路边的咖啡摊，来一杯山茶花冷萃，体验鲜花伴手礼，购买瓦猫、扎染玩偶等特色文创。

在湖北利川，正值采茶季，岩洞寺小学的孩子们在体验非遗制茶技艺。大家围坐在一起，学习制茶知识和泡茶礼仪，并炒茶制茶，还以恩施玉露为基底，搭配山药、老红糖珍珠和鲜奶，调制本土新茶饮。

“如今的清明，不再局限于传统的民俗季节性活动，而是展现出丰富的出游选择与全新的消费场景，正逐步成为融合踏青赏春、休闲游玩、体验风物于一体的全民春日盛会。”云南旅游职业学院教授伍乐平说。

流动满载温情 奔赴亦是风景

在湖北武汉，3月新开通了“环线绿皮火车”，仅需6元，就可以游览2小时。列车以武汉东站为起终点，

形成闭环，沿线串联黄鹤楼、晴川阁、东湖等景点，车厢保留了可开启的车窗、连体硬座等复古特色，经过武汉天兴洲长江大桥时，游客可以俯瞰5000多亩灿烂盛开的油菜花。

一位武汉大学2012届校友正在绿皮火车上欣赏窗外的油菜花和江水。她毕业后在外地工作，很少有机会回到武汉。通过这趟慢火车，她想再看一看这座充满青春回忆的城市。

踏青途中的风景在流动，温情亦在流动——陕西开通核心观景点及热门景区的旅游直通车，开行公铁联运爱心摆渡车，实现“高铁+直通车”无缝接驳，构建一站式出行体系，让游客免去中转奔波；

从南宁站出发的K5911次“桂行天下”赏花旅游专列，重点打造适老化出行环境，通过加长铺位护栏、加宽扶梯，为老年旅客及有需要的旅客提供贴心保障；

国铁上海局集团公司升级“一碗好饭”餐饮服务，推出栀子云芽奶茶、香椿炒蛋、青团等热门茶饮和时令春菜，给旅客带来“舌尖上的春天”。

风清气明，春光正好。人们以多样方式奔赴山海，在行走中拥抱繁花，在流动中邂逅美好，用生机与活力织就一幅别样的春日锦绣。

新华社记者(新华社北京4月6日电)

以春为媒 暖意涌动

——盘点清明假日消费新亮点

人间四月春，风起正清明。旺盛人流穿行于神州大地，喧闹烟火升腾于古街新城，消费活力释放于繁华市井……2026年清明假期，天南海北被奔赴与热爱所点亮，流动的生机与欢歌勾勒出蓬勃向上的假日消费图景，一个生动、饱满的中国于春日中走来。

出行活力持续迸发

海天一色，碧波荡漾。清明假期首日，往来于浙江舟山海面上的轮渡穿梭忙碌。游客们迎着湿润的海风，将连绵的岛屿与翻飞的海鸟尽收眼底。

“今年清明假期正好赶上舟山普陀山香会期，来这里祭祖、祈福的人数持续叠加。”舟山海事局普陀山海事处处长张成江介绍，清明假期舟山全市预计水路客运量约60.4万人次，其中普陀山景区预计进出游客约40万人次，热门水域与重点航线持续高位运行。

人潮涌动，活力十足。交通运输部数据显示，清明假期3天，全社会跨区域人员流动量预计约8.45亿人次，日均约2.82亿人次。



4月5日，游客在湖北省襄阳市盛世唐城景区观看盛龙巡游(无人机照片)。

新华社发(杨东 摄)

清明出行，扫墓踏青是其中一个重要主题。在北京，北京公交集团在玉泉路站开设直通八宝山的扫墓接驳专线，最短发车间隔仅3分钟；在济南、济南公交集团增开祭扫专线，实现市区至公墓的点对点直达……多地公交集团全力服务清明祭扫出行高峰。

今年全国多地喜提春假，与3天清明假期叠加，催生“不调休春日黄金周”。去哪儿旅行数据显示，今年清明假期出行热度提升，出行半径在800公里以上的旅客人数增长三成以上。

亲子游成为主力，更多家庭出行从“家门口遛遛”升级为“坐飞机出游”。搭乘飞机出行的13至18岁乘客增幅达70%，不少孩子购买了“人生第一张机票”。出行人数众多，如何用科技的手段保障假期出行？

江西交通监控中心用AI视频分析高速公路路况，可将事故视频片段和关键画面自动分发给高速交警、路政等部门；滴滴上线AI出行助手“小滴”，可以根据用户需求和实际路况推算出发时间，还可以查询周边美食、景点、卫生间等，一键叫车过去……

旅途通达，人畅其行。流动中国持续彰显生机与活力。

文化味增添春日色彩

长沙橘子洲风景区，游人熙攘、满目青翠。假期中，位于这里的长沙非遗馆推出面塑、制香、金石拓印等非遗体验，假期首日便吸引1.3万余名游客。

配合清明假日，各地竞相推出花神巡游、非遗体验等活动。满园花香交织着诗词雅韵、民俗趣味，带来一场场春日民俗盛宴。

春光无限，神州各地次第花开，拉动春日“赏花经济”。飞猪数据显示，3月以来，“赏花”“踏青”等关键词的搜索热度环比上月上涨3.8倍，平台上游览观光类度假商品的成交额同比去年大涨72%。

假期里，山东曲阜尼山圣境迎来客流高峰。在明礼官的引导下，不少游客手持鲜花躬身敬拜，齐声诵读《论语》。

“孩子们放春假，专程带他们来感受儒家文化，既是度假也是研学。”江苏游客朱璇说。春假与清明“撞”个满怀，让游客走得更远、待得更久。以尼山圣境和鲁源村为例，两大景区联动惠

民，4月1日至6日对全国16周岁(含)以下的青少年免费，这个假期接待游客超6万人次。

“设置春秋假有助于我们平衡好学习、生活、休闲之间的关系。”中国旅游研究院院长戴斌说，学生对于知识的获取和综合素质的提高，也包括到博物馆、图书馆、大自然中去学习。适当放缓一些节奏，对于经济社会发展进步，都将带来长远效益。

新场景激发消费新动能

“趁着假期，换台功能更强的影像手机，好好记录和孩子在一起的时光。”4日，刘女士在苏宁易购南京建邺万达店下单了一台新款手机，门店活动叠加国补优惠，一共省下近800元。

苏宁易购数据显示，在清明踏青需求带动下，AI影像旗舰手机、智能手表手环、智能运动相机等出行装备销售环比增长超50%。

假日是消费成色的“试金石”。各地不断点亮消费新场景，以新供给创造新需求，超大规模国内市场潜力持续释放。

在九州图志XR时空折叠体验馆，“穿越千年”的时空之门徐徐打开；投茶、冲泡、奉茶一气呵成，智能机器人现场制作一杯热气腾腾的茶饮；《童趣皮影戏》开场前，“长安游历”为大家讲解皮影戏的制作工艺等趣味知识……

“我们新增了唐装机器人、数字人文化导览等多项数智科技体验，让消费者感受与众不同的唐‘潮’长安，假期首日接待客流同比增长23%。”长安十二时辰主题街区负责人邹林丰说。

受假期出行出游带动，天猫平台户外商品销售火热，软壳衣、防晒衣、越野跑鞋等销量在节前一周显著增长；“尝春鲜”激发消费热情，抖音线上团购春茶类订单同比增长超400%，地方菜堂食消费大幅增长。

从中央到地方，一系列政策组合拳激发国内大市场的强大动能——商务部等9部门联合印发《服务消费提振惠民行动2026年工作办法》；湖北发布15条春假精品旅游线路，推出1000余项惠民消费政策……

商务部市场运行和消费促进司司长杨冰表示，将优化实施消费品以旧换新政策，实施服务消费提振惠民行动，通过举办丰富多彩的消费促销活动，打造多元融合消费场景，进一步激发消费动能。

新华社记者(新华社北京4月6日电)

小院落里有『大体育』

——一所老城区幼儿园的体育空间拓展探索

上午10点，春日暖阳洒进山东省济南市天桥区制锦市社区，清脆的欢笑声和稚嫩的呐喊声从小院落里传来。循声望去，天桥区实验幼儿园这方不大的天地间，孩子们正恣意奔跑、翻滚、攀爬……

记者看到，空地上错落有致地摆放着迷你平衡木、软质攀爬架、拱形钻圈和彩色健身垫等，孩子们排着队，依次进行前滚翻、翻越障碍、走平衡板等项目。小一班学生生活恬静地翻了个跟头，爬起来拍拍小手，笑着奔向下一关。

把健身垫摞在一起，就是一个“迷你攀爬架”。幼儿园体育教师周国泰半蹲着，一手护着努力往上爬的孩子，一手轻轻托住孩子的脚踝，并不时鼓励他们勇敢攀爬。

天桥区实验幼儿园占地面积仅1800平方米，孩子们的人均运动空间不足2平方米，“转身即围墙”的物理局限，曾是这所老城区幼儿园面临的巨大难题。“必须把空间都利用起来，给孩子们创造出更多、更安全的运动场地。”幼儿园园长潘珂一边说着，一边朝走廊方向指了指。

循着潘珂的目光，记者看到，教学楼走廊上铺设了地胶，摆上彩色障碍桩，贴有数字跳格、彩色脚印、曲线跑道，孩子们课间随时能“一蹦一跳地数着数”，普通的走廊变成了“运动通道”。

不仅如此，教学楼楼顶经过安全改造后，架起可伸缩遮阳棚。老师们在此规划了足球场，楼顶平台也成了孩子们向往的“空中营地”。孩子们可以在楼顶进行体能训练、做操、踢足球等。

“空间的局限，不该成为孩子们不爱运动、不能运动的理由。”潘珂说。为了让孩子们动起来，老师们“头脑风暴”后，集体对幼儿园进行“改造”；四周的围墙被利用起来，建起了十几种不同材料的攀爬墙，有轮胎墙、木制攀岩墙、木制斜坡墙等；在院子里几棵粗壮的梧桐树间系上钢丝绳，就组成吊桥和吊索；园中大型滑梯的周围垒砌上沙池，形成多功能运动空间。

据周国泰介绍，在充分利用空间的同时，他们还精心规划了运动路线，孩子们按照提示，依次通过院子、走廊和楼顶的各类设施，形成运动“大循环”，一趟跑下来大约需要30到40分钟，锻炼效果明显。“从前跑步几步就大喘气的孩子，现在能跟着队伍徒步1公里多了。”周国泰说。

幼儿园还精心记录下大家的“运动故事”：有孩子画出“第一次爬完绳梯”的骄傲及“和小明一起赢了比赛”的快乐；曾经面对攀岩墙怯生生的孩子，现在会主动挑战更高的攀岩点；运动时有人摔倒了，立刻有同伴伸手扶起……孩子们身体强壮了，心中也更有力量了。

在这所幼儿园中，围墙没有消失，但孩子们的运动空间已大大拓展，“以体育人”的内涵越来越丰富。

新华社记者(据新华社济南4月6日电)

落实健康第一 刘校长做了几件小事



丰台区外国语学校的学生在学校附近的公园里上“爬树课”。

新华社发

4月2日中午12点多，记者在北京市丰台区外国语学校的操场上看到了热火朝天的景象。

大操场上，二十来个同学在踢足球。附近的跑道上，一位体育老师带着十几个孩子练习英语歌舞。操场周围以及学校围墙边的空地被划分成了若干运动区域，孩子们有的在打排球、乒乓球、羽毛球、匹克球，有的在玩沙包、飞盘、滚铁环，还有的在跳高、跳鞍马、攀岩、玩攀爬架。操场的另一侧还有几片篮球场，有的在打球，有的在做运球接力游戏，而低年级的学生在篮球场边的空地上玩羊角球。

丰台区外国语学校校长刘忠毅说，为了落实健康第一的教育理念，学校对阳光午间活动做了比较细致的安排。学校的操场总共2300多平方米，通过活动区域的划分和对空间的充分利用，可以让7个年级、27个班级的约1000名学生同时参与20多种午间运动，其中包括爬梯、独木桥、抖空竹等趣味性活动。

为了让孩子们体验不同的运动项目，兼顾活动的趣味性，刘校长还聘请体育教研组制作了项目轮转表，让每个班级在每个星期轮流参与不同的运动项目。“孩子们都爱玩，好玩的体育才是好的体育教育。我们要让孩子们走出教室、走向操场，应该想办法让他们想动、爱动，不能总是采用整齐划一的运动方式。”

为了让孩子们爱运动、让运动和生活更好地结合起来，刘校长还把部分体育课开到了附近的公园里，让体育老师给同学们上“爬树课”。

学校的体育老师王纯说：“学习爬树能带给我们一些避险的技能，同时也能增强四肢力量和身体协调性，尤其是腿部、核心以及上肢力量。”

在刘校长看来，开设“爬树课”实际上是校内体育活动的延伸。“同学们在学校里玩单杠、双杠、攀岩和攀爬架，不知不觉力量和协调性都得到了提升。有了这样的基础，他们再去上‘爬树课’就水到渠成了。”

他认为，要让孩子养成运动习惯，家长的影响和陪伴也至关重要。因此，从2022年开始，学校尝试运动场对外开放。开放的时间是周一至周五的18:00至20:00以及周末、节假日的7:00至11:00和17:00至20:00。只要是家长带着孩子、登记基本信息，就可以在开放的时段到学校操场活动。而且，这样的开放政策并不只是针对在丰台区外国语学校上学的学生，在学校附近居住的孩子都可以享受，学校的部分运动器材也可以免费使用。

刘校长说，学校运动场开放以来，没出过什么问题，只是周一负责校园卫生的老师需要早一点来收拾一下垃圾和运动器材。与给孩子和家长提供的运动机会和便利相比，这点小麻烦算不了什么。

新华社记者(据新华社北京4月6日电)