

推动农业农村现代化再上新台阶

——从中央一号文件看2026年“三农”工作路线图

建设智能工厂“领航”产业升级

今年中央一号文件2月3日对外发布，部署锚定农业农村现代化，扎实推进乡村全面振兴，并对今年“三农”工作作出明确要求。

农业农村现代化关系中国式现代化全局和成色。在2025年12月召开的中央经济工作会议上，习近平总书记指出“以乡村振兴、‘三农’工作的发展作为中国式现代化的底座”。

2026年是“十五五”开局之年，做好“三农”工作至关重要。加快农业农村现代化、推进乡村全面振兴要从何处发力？记者采访了多位权威专家。

端牢“中国饭碗” 夯实粮食安全根基

粮食安全是“国之大者”。2025年，我国粮食产量再创历史新高，在2024年迈上1.4万亿斤新台阶上实现高位增长。今年中央一号文件明确要求“提升农业综合生产能力和质量效益”。

“粮食生产爬坡难、滑坡易，上来慢、下去快。不能因丰收而麻痹大意，必须毫不放松抓好粮食生产。”中国社会科学院农村发展研究所研究员胡冰川说，去年单产提升对粮食增产贡献率超过九成，此次文件提出促进良种良法良机集成增效，推进粮油作物大面积提单产。

“这要求我们把重心放在单产提升上，从耕地、种子、农机装备等各个生产要素的优化、协同着手，提升农业生产效率。”胡冰川说，文件还对“推动粮食品种培优和品质提升”“促进适销对路、优质优价”等作出相关部署，鼓励各有关方面不断提升粮食质量，让好粮食卖上好价钱，在激发农民多种粮、种好粮积极性的同时，更好满足人民群众的消费需求。

“巩固肉牛、奶牛产业纾困成果”“稳定发展蔬菜生产”“积极发展森林食品和生物农业”……文件对各相关产业的发展提出指引，推动构建多元化食物供给体系。

安徽省农业科学院副院长赵皖平表示，中国饭碗装的不仅仅是粮食，肉蛋奶、果菜鱼、菌菇笋等都是美食。各地各部门应落实文件要求，因地制宜、分类施策，推动产业行稳致远，让老百姓的餐桌更加丰富，吃得更安全、更加健康、更有营养。

近年来，随着气候变化等影响加剧，增强粮食生产抗灾夺丰收能力越来越重要。文

件明确提出“强化农业防灾减灾体系建设”。

南京农业大学金善宝农业现代化发展研究院研究员仇童伟表示，要从加强预警、提升硬件、完善机制三个层面入手，织密灾害监测预警网络，实现精准研判与信息直达；补齐农田灌溉、设施农业存在的硬件短板，增强农业抗灾韧性；健全跨部门协同、物资储备与灾后恢复机制，努力增强防灾减灾救灾效能。

强帮扶固基础

以乡村全面振兴带动农民增收

2025年是巩固拓展脱贫攻坚成果同乡村振兴有效衔接5年过渡期的最后一年，2026年是开展常态化帮扶的第一年。

“健全常态化帮扶政策体系”“提高监测帮扶精准性实效性”“提升产业和就业帮扶实效”“分层分类帮扶欠发达地区”……文件对实施常态化精准帮扶作出针对性部署。

中国人民大学教授、国家粮食安全战略研究院院长程国强表示，这些部署旨在构建长效机制，推动帮扶工作从阶段性安排向稳定性、规范性制度转型，确保政策连续稳定，为长久守住不发生规模性返贫致贫底线提供了坚实制度保障。

“要建立一个完整的工作体系，对可能出现的大范围、系统性返贫风险快速反应，及时应对。”程国强表示，同时也要对需重点帮扶或有特殊情况地区，在资金、政策等方面实施更精准的支持，“避免政策‘一刀切’和资源‘撒胡椒面’”。

“保护和调动农民务农种粮积极性”“培育壮大县域富民产业”“促进农民工稳岗就业”……文件的一系列部署，旨在让农民“钱袋子”鼓起来、精神头足起来。

有关专家表示，当前，务农收入仍是农民收入的基本盘，要打好政策“组合拳”，强化价格、补贴、保险等政策支持协同，健全种粮农民收益保障机制。

作为乡村实际工作的切入点，乡村产业关联着脱贫攻坚成果的巩固、农民收入的增长。

“县域富民产业是农民就地增收的重要载体。”中国农业科学院农业经济与发展研究所研究员钟钰说，要通过订单收购、股权分红、就近用工等，拓宽农民参与产业发展的渠道和方式，公平分享产业发展收益，实现

产业强、农民富的良性循环。

宜居又宜业

因地制宜推进和美乡村建设

建设美丽家园、过上美好生活，是亿万农民的期盼和向往。文件部署因地制宜推进宜居宜业和美乡村建设，强调“因地制宜完善乡村建设实施机制，分类有序、片区化推进乡村振兴”。

中国农业科学院农业经济与发展研究所所长胡向东表示，我国农村地区广阔，各地的经济发展水平、人口聚集程度、产业发展特色等有差异，这就要求各地根据当地资源禀赋发展产业、规划村庄建设。

胡向东认为，一些地方地理位置接近，又拥有同类型的产业或者资源禀赋能够互补，可以打破分散发展模式，进行资源整合，探索片区化推进乡村全面振兴。

当前，农村生活条件已有很大改善，但仍有不少短板弱项。文件要求，逐步提高农村基础设施完备度、公共服务便利度、人居环境舒适度，加快补齐农村现代生活条件短板，创造乡村优质生活空间。

改善农村水电路网等基础设施，提升教育、医疗、养老、托育等公共服务，解决农村改厕、垃圾围村等人居环境问题……一项项具体部署，聚焦解决农民群众急难愁盼问题。

胡向东表示，既要提升硬环境，也要改善软环境，让农民群众可感可及、得到实惠，满足农村居民就地过上现代文明富足生活的需求。与此同时，乡村更加宜居、生活更加便利，也会进一步吸引投资，促进乡村产业发展，形成良性互动。

中央一号文件起草组成员表示，乡村振兴既要塑形，也要铸魂，要物质文明和精神文明一起抓。文件部署深入实施文明乡风建设工程，既要求丰富农村文化产品和服务供给，持续繁荣乡村文化，又提出持续推进农村移风易俗等，逐步消除农村陈规陋习滋生蔓延的土壤。

深化农村改革

为乡村全面振兴增添新动力

推进乡村全面振兴，必须用好深化改革这个法宝。文件对强化体制机制创新进行部署，提出加快健全现代农业经营体系、规范有序做好农村各类资源盘活利用、创新乡村

振兴投融资机制、推动城乡要素双向流动等重要举措。

新形势下深化农村改革，主线仍是处理好农民和土地的关系。当前，农村第二轮土地承包相继到期。

中央财经大学不动产与自然资源法研究中心主任宋志红表示，文件提出全面开展第二轮土地承包到期后再延长三十年整省试点，妥善解决延包中的矛盾纠纷，确保绝大多数农户原有承包地保持稳定、顺利延包，给农民群众吃下了“定心丸”，有助于稳定土地承包方、经营方的预期。

中央一号文件起草组成员表示，文件提出的系列举措坚持用改革的办法解决好推进乡村全面振兴过程中面临的矛盾和问题。在土地资源方面，有序推进农村集体经营性建设用地入市，支持符合条件的人市土地依法依规用于发展集体经济和乡村产业，激活农村土地资产价值；

在土地资源方面，持续创新乡村振兴投融资机制，加快完善财政优先保障、金融重点倾斜、社会积极参与的多元投入格局；

在人才资源方面，要千方百计细化有含金量的政策举措，发展壮大乡村人才队伍，培育乡村产业带头人和乡村治理人才，为农创客发展乡村产业提供更好氛围环境，激发各类人才下乡服务和创业就业的意愿。

全面推进乡村振兴、加快建设农业强国，关键在党。文件聚焦建立健全党管农村工作的体制机制，从落实领导责任、强化基层基础、改进工作方法等方面，对党管农村工作作出专门部署。

“重农固本是安民之基、治国之要，绝不能忽视‘三农’工作的重要性。”中央一号文件起草组成员说，文件对强化乡村振兴责任制落实提出了明确要求，就是要引导各级党政领导干部深刻认识新时期“三农”工作的重要性，落实落细乡村振兴领导责任，把党的领导这个最大的政治优势和组织优势转化为推进乡村全面振兴的行动优势。

这位起草组成员表示，文件还提出了加强农村基层党组织建设等要求。今年农村基层组织将集中换届选举，要选优配强乡镇领导班子，优化村“两委”班子特别是带头人队伍，并充实和稳定农村基层一线力量，更好地贯彻落实党的“三农”工作部署。

建设制造强国，智能化是主攻方向，智能工厂则是这场深刻变革的一个主战场。

2025年底，工业和信息化部等6部门公布了首批15家领航智能工厂名单。这些工厂代表了当前中国智能制造的非凡水平和前沿探索，它们是技术集成应用的示范，对探索我国制造业的未来模式具有“领航”作用。

智能工厂的关键优势，来自人工智能（AI）技术驱动的高度协同。据统计，当前AI已渗透领航智能工厂70%以上业务场景。在可预见的将来，人工智能将全面融入制造各链条，让智能工厂研发更高效、生产更智能、产品更优质。

2024年起，我国开展智能工厂梯度培育行动，构建了基础级、先进级、卓越级和领航级4级培育体系。其中，领航智能工厂的使命，不仅是推动自身生产模式变革，还要探索“场景—车间—工厂—供应链”的可复制路径，以标准化、模块化、精准化的解决方案，带动产业上下游协同升级，达到“滚雪球”效果。

如今，一些领航智能工厂正加快打破各种壁垒和界限，探索跨工厂、跨产业的生产协同与资源共享机制，初步形成“智慧工厂+复制推广”的辐射带动模式。比如，宝钢股份创新构建“AI驱动预测式制造”，不再等待客户下单，而是通过AI算法精准预测市场需求，提前统筹生产、交付等全链路资源配置，将智能化逐步延伸至整个供应链。通过试点探索，为不同基础、规模、行业的企业提供可借鉴、可复制的经验，能够提升智能化转型的效率。

智能工厂的升级，不仅仅是生产流程再造、技术应用推广，更是创新人才、智能设备与柔性生产的深度融合。在入选首批领航智能工厂的格力电器车间，智能化空调外机生产线旁，保留着一条部分采用传统工艺的生产线。一边，老师傅头戴面罩、手持焊枪，火花飞溅；另一边，智能焊接设备稳定运作，不见明火。在新的智能化生产线上，资深焊工并未离场，而是转型成为人工智能培训师。他们与科研人员一道，将自己积累的经验与判断，转化为数据、参数和算法模型，去“教导”机器焊得更好、更准。

追求更高效率的同时，还需对人的价值进行再发现与再定位，推动产业与劳动者协同进化，不仅产出高质量产品，还锤炼出一支与时俱进的产业工人队伍，这是智能工厂走向未来的重要使命。

当前，新一轮科技革命和产业变革加速突破，并与我国加快转变经济发展方式形成历史性交汇。立足自身特点，积极推进智能制造，是构筑未来竞争优势的重要战略举措。以智能工厂梯度培育为契机，加快产业技术变革和优化升级，将有力推动制造业产业模式和企业形态根本性转变，促进我国产业迈向全球价值链中高端。



马元素工艺品受追捧

春节前夕，花园红木家具城内，经营户展示精致的骏马摆件、大气的八骏图屏风。随着马年来到，市场内各式马元素木雕工艺品集中亮相，凭借传统匠心与现代审美，以及兼具艺术价值与文化寓意，备受消费者青睐，成为节日消费市场的一抹亮色。（王江红摄）



节后身体“重启”攻略

这份温和支持，帮你快速回归好状态

假期里的悠闲时光总是过得飞快，追剧到深夜、聚餐吃到撑、作息乱成一团的日子结束后，不少人都会陷入“节后综合征”：早上起不来、上班没精神、吃不下饭还总觉得累，就像身体被按下了“暂停键”，怎么切换不到正常节奏。其实这不是身体“偷懒”，而是长期放松的状态让身体的生物钟、消化节奏都发生了偏移。今天就分享温和不激进的重启攻略，不用硬熬、不用硬扛，帮你平稳过渡，快速找回精力满满的好状态。

作息“软着陆”：不硬熬，生物钟慢慢归位。假期里熬夜追剧、凌晨才睡的习惯，让身体的“生物钟”彻底乱了套。其实生物钟的调节需要循序渐进，突然的改变会让身体产生应激反应，反而加重疲劳。早上醒来后，不要赖床超过10分钟，否则会进入“回笼觉陷阱”，越睡越困。起床后第一时间拉开窗帘，让自然光照射进房间，阳光能刺激大脑快速清醒，帮助生物钟更快校准。如果早上实在没精神，可以用冷水洗把脸，或者喝一杯温热水，促进血液循环，唤醒沉睡的身体。

饮食“轻唤醒”：不给肠胃添负担，消化节奏逐步恢复。假期里的大鱼大肉、重油重盐，让肠胃一直处于“超负荷工作”状态，节后突然恢复清淡饮食，肠胃反而会“不适应”，出现没胃口、腹胀等问题。其实肠胃的消化节奏和生物钟一样，需要慢慢调整，不能急于求成，给肠胃留出足够的消化时间。

身体“慢激活”：轻度运动唤醒活力，循环更顺畅。假期里要么久坐不动，要么长途奔波，身体的肌肉张力下降、血液循环变慢，导致节后总觉得身体发沉、没力气。但这时候千万不要急于进行高强度运动，否则不仅达不到唤醒身体的效果，还可能拉伤肌肉、增加身体负担。要注意循序渐进，以身体微微发热、不感到疲惫为宜，不要追求“大汗淋漓”，温和的运动才能让身体逐步适应。

情绪“巧过渡”：小目标+环境整理，告别假期综合征。除了身体上的不适，很多人节后还会出现情绪低落、提不起劲的情况，这是因为假期的松弛状态突然切换到紧张的工作或学习模式，心理上产生了落差。其实情绪的过渡和身体的调整同样重要，只有心理和身体都“归位”，才能真正找回好状态。可以从“整理环境”开始：假期结束后，花少量时间整理房间、书桌，把假期里散落的物品归位，打扫卫生、开窗通风。整洁的环境能让人心情舒畅，减少焦虑感，也能给大脑传递“该进入正轨了”的信号。同时可以制定“小而具体”的目标：不要一开始就给自己定太高的要求，可以把目标拆分成一个个小步骤，每完成一个小目标就给自己一个小鼓励，逐步积累成就感，让心态慢慢回归平静。

事实上，节后身体的“重启”，关键在“温和”二字。身体就像一台精密的机器，长期放松后不能突然“猛踩油门”，需要慢慢预热、逐步调整。按照攻略，给身体适应期，作息、饮食、运动、情绪一步步归位，你会发现没胃口、没精神这些问题都会慢慢消失，很快就能找回满格的精神和状态，从容应对接下来的工作和生活。

马的神格化与象征

马年已至，各种祝福纷至沓来：一马当先、马到成功、龙马精神、万马奔腾……这些蕴含着美好寓意的成语，不仅表达了人们对新年的期盼与祝愿，也彰显了马在中国文化中的独特地位。

十二生肖中，马位列第七，对应地支“午”。午时是一天中阳气最盛的时辰，此后，阴气渐增。阴阳交替时，别的动物多半慵懒歇息，唯独马神采奕奕，或昂然伫立，或奋蹄奔腾。这种特性，使得马在传统中被赋予了勇往直前、开拓进取的象征意义。

自古以来，马在中国社会中不仅是重要的交通工具，更是军事战略中的关键资源。它深深融入了人们的日常生活，成为交通、运输甚至竞技、游戏等方面的重要力量。而且，它还被赋予了丰富的内涵，与士人的精神追求和命运轨迹紧密相连。

马是六畜之首。马在典籍中一再被神化，或为符瑞，或为神兽。在神话传说中，天马原为玉帝座下御马，“生有双翅”能飞天，能驰地，亦能涉水。“天行空”这个词就是对它洒脱无羁的生动概括。后来因骄

横闯东海龙宫并踢死神龟，被玉帝削去双翅，镇压于昆仑山下。两百余年后，人祖途经昆仑，天马求救并承诺效忠人类，终获解救。此后，马成为人类农耕、运输、征战的重要伙伴，其功绩使其入选生肖。

民间有谚语“人不错成圣，马不错成龙”。《周礼·夏官》中记载“马八尺以上为龙，七尺以上为驂，六尺以上为马”，说明“龙”与“马”是同一种动物，在天为龙，在地为马。中国现存最早的史书《尚书》载：“伏羲王天下，龙马出河，遂则其文以画八卦，谓之河图。”意思是说伏羲氏时，黄河出现了神兽龙马，背上旋毛组成一幅图，称为河图。伏羲心有灵犀，从龙马背上取像，按照河图上的自然数绘制创造了八卦的图样。还有说长江之神黄相为马首龙身，她是震蒙氏之女，偷了黄帝种的玄珠沉入江中，变为江神。马神马鬣，陆绩《海赋图》云：“马首一角而龙形。”马和龙不仅关系密切，还与中国古老的水神信仰有关。

马代表着速度与力量，历代帝王皆与马渊源深厚。上古天子为祈求国运昌盛，须驾

“苍龙”参加春祀大典。苍龙就是青色骏马。李商隐诗云：“八骏日行三万里，穆王何事不重来。”所咏的是周穆王的传说。《穆天子传》记载，周穆王出巡时，驾驭八骏马，率领随从西行，跋涉重重山川，远至异域，会见西王母。八骏既具有“天马”般的超越性，又将这种超越性具体化为可供王者驾驭、支配的现实力量。至秦始皇，亦有七匹名马，名曰追风、白兔、躡景、追电、飞翺、铜爵、晨凫。汉武帝更是为求得汗血马，两次出兵征伐大宛。汗血马被描绘得神异非凡：日行千里，汗如血珠，目光炯炯有神。至此，马已成为辅佐王者成就宏图伟业的重要存在。

马同样被视为身份与等级的象征。古代官员出行，车马的规格、仪仗的规模，皆有清晰而严密的制度规定。而且，具备相应秩者，其墓前方可设立石像生（俗称石人、石马）。东钱湖南宋石刻中所见的“立马”，正是将现实中的仪仗侍从延伸到了冥界。在后世小说与笔记中，诸如“异人车马”“云气导从”等描写，又将这种排场与秩序进一

步投射到天际。由此可见，马不仅承担着出行与护卫的职责，更温和而深刻地昭示着秩序与等级，呈现威仪之美。

马的形象矫健俊美，其中白马更是清朗、洁净。洛阳的白马寺便与马有缘，相传汉明帝夜梦金人，遂遣使西行求法，经籍与僧人由白马驮负而归，抵达洛阳后，建寺安置经籍，因而得名“白马寺”。西游传说中的白龙马既是坐骑也是修行者，马升级为“同道者”。

此外，还有“马神”“马王”等，多半源自驿站、车行、马帮等。无论地域差异如何，祈盼内容高度一致，即希望路途平安、人员无恙、货物与财资得以周全保存。在这里，马不再只是现实中的交通工具，而是被视作联通远方、护佑行旅的灵性存在。

“马”始终是一种既仰望天空又脚踏实地的文化意象。马年话马，不只礼赞速度与力量，更在体悟“行走”的深意。愿这一年，我们怀揣远望的志向，也具备踏实的耐力；既能奔跑向前，亦不忘来时之路，在稳健前行中书写愈加向好的时光。