

河南中招体育总分将从70分提到100分

10月13日,河南省教育厅正式下发文件,从2024年起,我省中招体育考试总分值由目前的70分提高到100分(即从2021年秋季入学初中一年级学生开始实施)。新的中招体育考试方案由过程性评价和终结性评价两部分构成。过程性评价在中招体育考试总分中占30分,即初一和初二两个学年,每学年各15分,过程性评价由《体育与健康》课程成绩和《国家学生体质健康标准》测试成绩等构成。终结性评价在中招体育考试总分中占70分,在初三学年的第二学期进行,由必考、抽考和选考等组成,项目设置从《国家学生体质健康标准》和《体育与健康》课程内容中选取,主要测试学生的耐力、速度、力量、技能等。特别提示:2021年升初二和初三的学生,依旧采用以往的中招体育考试方案(70分制)。

河南省中招体育考试改革政策问答

- 一、为什么要进行中招体育考试改革?
- 一是贯彻党中央国务院决策部署的重要措施。2020年10月中共中央办公厅、国务院办公厅印发了《关于全面加强和改进新时代学校体育工作的意见》(中办发〔2020〕36号),明确提出“改进中考体育测试内容、方式和计分办法,科学确定并逐步提高分值”。
- 二是全省基础教育改革的重要环节。《河南省“十四五”时期深化教育综合改革指导意见》中明确指出“稳步推进基础教育考试招生制度改革。深化中招体育考试改革,改进结果评价,强化过程评价,探索增值评价,健全综合评价。改进中考体育测试内容、方式和计分办法,结合我省中招体育考试工作实际,科学确定并逐步提高分值,形成激励学生加强体育锻炼的有效机制”。
- 三是能够更好发挥体育考试导向作用。我省1995年将体育以满分30分计入学

- 生中招升学总分,2013年增加到50分,2016年再增加到70分。体育分值权重的增加极大提高了学校、学生、家长乃至全社会对青少年体质健康的关注和对学校体育工作的重视程度,激发了中小學生参与体育锻炼的热情,有效提升了我省中小学生的体质健康水平。
- 二、这次中招体育考试改革的核心内容是什么?
- 一是提高体育考试分值。将中招体育考试总分值由目前的70分提高到100分。分值的提高,目的是进一步提高学校、学生、家长对体育教育教学和身体素质锻炼的重视程度,促进学生体质健康水平全面提升。
- 二是改革体育考试模式。实行“过程性评价+终结性评价”模式,增加了过程性评价的内容。全省统一过程性评价和终结性评价分值标准,过程性评价满分30分,终结性评价满分70分。过程性评价在七、八两个年级进行,每学年各15分,主要考察学生七、八年级体育健康课程和《国家学生体质健康标准》测试成绩,有利于引导学生注重日常体育锻炼。
- 三是全省统一终结性评价项目设置。由省级层面统一,明确中招体育考试的终结性评价,在原来必考、选考的基础上,增加抽考项目,必须由必考、选考和抽考三部分构成。既避免了考生只练某一项体育项目,又与体育课程改革相衔接,促进“教会、勤练、常赛”目标的实现,帮助学生掌握1—2项运动特长,养成终身体育锻炼习惯。
- 三、如何避免考什么练什么的应试体育问题?
- 一是增加过程性评价。引导学生参加经常性的体育锻炼,认真组织国家学生体质健康标准测试,把平时上体育课的情况和期中、期末体育课考试量化成分值计入过程性评价总分。
- 二是科学设置终结性评价内容。我省中招体育考试的终结性评价由必考、抽考、选考三部分构成。各省辖市、直管县结

- 合当地实际制定具体实施方案,要分别设立素质类、技能类项目库。必考为男生1000米、女生800米,全省统一要求;抽考由各省辖市、直管县教育行政部门在考前三个月左右从素质类项目库中随机抽取2项,作为当年的抽考项目;选考由考生本人根据个人特长从技能类项目库中选取1项,作为个人的选考项目。抽考,是教育行政部门在考前临时从项目库中随机抽取,很好地避免了考生考什么练什么的问题。选考与《体育与健康》课程有很好的衔接,与课程目标——教会学生掌握1—2项体育技能特长。
- 四、我省中招体育考试100分是怎么构成的?
- 这100分由过程性评价和终结性评价两部分构成。其中过程性评价在中招体育考试中考占30分,终结性评价占70分。过程性评价在七、八两个年级进行,各占15分;终结性评价在九年级第二学期进行。
- 五、过程性评价由那些内容构成?
- 过程性评价由《体育与健康》课程成绩和《国家学生体质健康标准》测试成绩等构成。《国家学生体质健康标准》测试成绩占比不低于50%。各学校需在每学年结束前,将学生过程性评价成绩上报到当地教育行政部门,由当地教育行政部门计入中招体育考试总成绩。
- 六、终结性评价将采取什么模式进行?
- 终结性评价由必考、抽考和选考等组成,项目设置从《国家学生体质健康标准》和《体育与健康》课程内容中选取,主要测试学生的耐力、速度、力量、技能等。必考项目全程统一设置,为男生1000米、女生800米;抽考和选考项目由各省辖市、直管县(市)教育行政部门根据实际情况确定组考方案。抽考项目一般应在考前3个月左右从素质类项目库中随机抽取确定2项;选考项目由考生根据个人特长从技能类项目库中选取1项。各地中招体育考试方案要报省教育厅备案,有超出此方案的重大

- 改革事项的地市,方案要报省教育厅审批。
- 七、如何确保中招体育考试尤其是过程性评价的公平公正?
- 一是考前必须对考评员队伍进行岗前培训,坚持持证上岗制度;二是要加强对体育考点、尤其是农村地区考点的管理,规范操作程序,坚决杜绝弄虚作假、徇私舞弊等人为因素的干扰;三是所有考点均须使用智能化测试设备;四是要认真做好考试期间安全管理工作,确保中招体育考试安全。
- 过程性评价是社会关注的一个热点,首先要加大宣传,把过程性评价的构成向社会公布,各级教育行政部门都要加强宣传工作,让学生家长和考生都了解过程性评价的构成。二是严密组织。各省辖市、直管县(市)要制定具体的实施方案并报省教育厅备案。各学校要成立由校领导、班主任、体育老师、学生家长和纪检监察人员组成的考试组织机构。将每名学生的成绩准确计入,做到有据可依,有据可查;三是建立公示制度,过程性评价的成绩要在学校公示,公布监督举报电话,发挥全体学生和家长的监督作用。各级教育行政部门要对各学校实施过程性评价过程进行监督检查。
- 八、残疾和伤病的考生如何处理?
- 设定免免、病(伤)免事项。免考考生成绩按所在地当年中招体育考试平均成绩计入总分。病(伤)免考生成绩按终结性评价分值的60%+过程性评价得分之和计入总分。做好各辖市、省直管县(市)教育行政部门要做好手续验证工作并予以公示。
- 九、这次中招体育考试改革在哪一年开始实施?
- 中招体育考试改革,实行老生老办法、新生新办法。即从2021年秋季入学的初中一年级学生开始实施,目前已进入初中二年级、三年级的学生仍然执行老办法。
- 来源:河南省教育厅微信公众号

让课后延时服务快乐而有意义

□郭营战

我市中小学校今年秋季开学实施的延时服务政策,不仅受到了大多数学生家长的好评,也引发了社会各界的共同关注。

家长好评的是,学生在这个延时阶段有相关的兴趣课程的培养,比如剪纸、画画、美术、声乐等,各项艺术活动也是层出不穷,极大丰富了学生的学习生活。这些活动的背后更多的是培养了学生的兴趣,同时同学之间相互合作共同完成这些任务,也锻炼了孩子的能力,培养了孩子的合作意识,锻炼了孩子的交际能力,语言表达能力。

在得到好评的同时,我们也发现一些学校在延时服务的具体内容上,还存在着一些教师将延时服务简单转变成辅导学生完成课后作业的不良现象。因此,解决孩子难,从简单的“托管”照看升级到丰富的延时服务,更符合社会期待。延时离校的两个小时,对每个孩子来说,都是难得的课外时间,如果只是单纯地集中起来做作业、玩游戏,等候家长来接,意义较为有限,尽量使得活动更丰富、孩子更有兴趣,才会对孩子的成长有更多的裨益,这是服务提质的关键。

笔者认为,促进延时服务升级换代,应当精准定位延时服务的内涵。延时服务不是学校课程的延续,更准确地说,更应该是学生课外活动因为家长延时接孩子在校内的集中。换言之,可以说是学校通过组织服务,代替家长在照管孩子的同时,带着孩子开展有益的活动。

这些活动应当以非课业为主,并不简单局限在校内,应与校内的课堂教育形成互补。简单地说,就是有针对性地需活动于教育,提供校内课堂无法解决或者功能较弱的教育服务,如组织孩子开展体育、科技、艺术培训,不定期组织学生到校外的企业、文博等场所,开展参观、学习、训练、体验等活动,让孩子有更多的机会接触自然、接触社会,并在这个过程中形成自己的行为准则。如此,既不让延时服务成为学生的负担,助推“起跑线”焦虑,也会让延时服务成为青少年成长的“营养餐”,喜闻乐见,快乐而有意义。



警惕,久坐易导致脑血栓引发梗死

本报讯 (融媒体中心记者 郭营战) 近日,市人民医院门诊收治了一位“特殊”的患者。患者张某,32岁,中午吃饭时出现视物重影,右侧眼脸上抬费力、头晕、面部出汗症状,急来市人民医院卒中门诊。经验丰富的葛二豪医生经过详细的神经系统查体,发现患者右侧动眼神经麻痹,怀疑脑卒中,急查头颅磁共振,右侧丘脑、中脑急性梗死灶。

在磁共振检查过程中,张某出现嗜睡、构音不清、左侧口角歪斜、左侧肢体无力症状,诊断为急性脑梗死。医生在排除静脉溶栓禁忌症后,经家属同

意给予“阿替普酶针”静脉溶栓,患者意识状态逐渐好转。静脉溶栓约20分钟后,患者再次出现意识水平下降、构音不清症状,经家属同意后,医生又对患者紧急做了脑血管造影+动脉内溶栓术。术后患者即刻神志清醒,说话清晰,右眼睑能上抬,瞳孔恢复正常,左侧肢体无力症状缓解。

为进一步明确患者梗死原因,对患者做TCD发泡试验,并追问病史,患者发病前两天熬夜打游戏,推测久坐后下肢形成血栓,血栓经未关闭的卵圆孔栓塞脑血管,综合考虑病因是反常静脉栓塞。

秋冬季节,老年人该如何保养心脑血管?

心脑血管病的预防和保健首先要提倡健康的生活方式,遵循健康四要素:戒烟酒、合理膳食、适当运动和心里平衡,对于老年人来说,心里平衡可能尤甚其重要。其次要积极有效控制各种危险因素,特别是“三高”,注意定期体检、规范合理用药,避免盲目使用各种保健药物或器械治疗。

戴小华在访谈中强调,老年心脑血管疾病并非只是到了老年才得,心脑血管疾病同样也会“光顾”年轻人,因此,需要从中青年开始就应该重视预防心脑血管疾病的发生。

来源:人民网



老少皆宜的柔力球

本报讯 (融媒体中心记者 陈晶 通讯员 郭应莉) “好奇啊!柔力球在球拍上面翻飞却不掉落……”近日,我市柔力球培训班在市体育文化中心举行,吸引了众多市民前去体验。大家感到很新奇,并对柔力球产生了浓厚的兴趣,纷纷跃跃欲试,感受柔力球的神奇魅力。

柔力球是综合性艺术体育,具有中华民族特色神韵的球类运动,集舞蹈、体操、太极、武术于一身,把羽毛球、网球的技巧结合在一起,既可以娱乐、表演健身又可竞技比赛,是涵盖多种艺术门类的全新的全民健身运动。

记者了解到,我市柔力球协会成立于2017年10月,四年多来柔力球运动在我市广泛开展,由最初的十几人发展到现在的近千人,现已有8个柔力球辅导站点,有十多人的柔力球教练队伍,参加者年龄从10岁小学生到70岁退休人员。近年来共开展柔力球培训六期,其中全国柔力球公益培训二期。

同时,为丰富群众文化体育生活,提升基层人民群众对精神文化的需求,让柔力球走进千家万户,柔力球协会定期开展走机关、进校园、下基层公益性教学指导活动。先后到国税局、执法局、农商银行等单位进行义务指导教学。到夏店镇、陵头镇、蟒川镇做志愿服务活动。在东大小学、寄料镇中心小学、骑庄小学等学校进行柔力球辅导,共指导学生1000多名,培训辅导学生达万人次。

“其实想玩好柔力球还是不容易的,最开始练习的时候,球总会从球拍上落下来,柔力球很讲究协调性。”一名协会会员告诉记者,自从练习柔力球之后,她的精神状态和身体感觉越来越好。同时,练习柔力球也让他们的退休生活变得丰富多彩,通过柔力球也认识到了很多志同道合的朋友。

我市柔力球协会还积极组织会员参加河南省以及全国柔力球大赛,并取得可喜成绩。2019年河南省柔力球公开赛共三支代表队参赛,获两个一等奖,三个二等奖,其中骑庄小学获少儿组一等奖。团队自2018年加入文艺志愿者以来,积极参加协会组织的文艺惠民下基层送温暖、献爱心活动。其中,2021年1月参加全国《大美中国》柔力球网络赛获二等奖,2021年7月参加全国老体协组织的建党百年柔力球《永远跟党走》网络大赛,获得优胜奖和优秀奖。

培训水库移民 掌握实用技术

本报讯 (融媒体中心记者 郭营战) “宝宝的小屁股天生就是那么娇嫩,角质层薄,防御功能又比成人低,无论是用纸尿布还是传统尿布,尿液的刺激都很容易引起过敏情况,常见红屁屁、尿布疹等。因此,婴儿臀部护理第一点是要勤换尿布,做到勤洗勤换,避免屁屁长时间浸泡在尿液中。”10月12日上午,在温泉镇东程庄村党群服务中心会议室里,由市移民局、温泉镇政府共同组织的水库移民实用技能培训班,来自市家家靓技能培训学校老师的精彩讲解,吸引了众多农村学员认真听讲和做笔记。

据了解,汝州市水库移民主要来自嵩县陆浑水库修建及当地中小水库扩容居民搬迁,分布在全市300余个村庄,其中集中安置的村庄有十余个,总人数达1.8万余名。长期以来,这些水库移民的妥善安置、生活待遇、就业培训等一直受到当地党委政府的高度重视,尤其是对青壮年移民的实用技能培训一直走在全省前列。此次培训分两个培训班,同时在移民分布集中的温泉镇东程庄村和榆树园村开班。

记者当天上午在上述两个村庄培训班看到,专业培训老师接地气的培训内容和现场示范相结合的培训方式,吸引了310余名农村学员踊跃参加。在面点制作培训课上,培训老师手把手教学员揉面、拼花、造型等实用技能,学员认真学、动手做,现场气氛热烈活跃。在为期4天的培训课程中,参加培训的农村学员将熟练掌握婴幼儿护理、养老护理、健康养生、面点制作、整理收纳等家政服务实用技能,结业考试合格者还将拿到专业技能证书,并由培训学校优先推荐工作岗位。

“我们今年计划组织4期移民学员实用技能培训,将培训农村学员470名,同时依托家家靓技能培训学校向各地输送培训合格的人员,尽可能让更多的水库移民通过培训掌握一门实用技术,实现高质量就业,提升移民家庭的幸福生活指数。”市移民局主任科员郭丽芳告诉记者。

“我以前一直在外地打工,这一次回到家学习了家政服务的专业技术后,感觉着对生活充满了希望,等学完后将积极参加培训学校组织的家政服务岗位推荐,争取找到一个自己想干又工资高的工作。”东程庄村5组学员张如盘笑着说。

市骨科医院

开展重阳节免费体检活动

本报讯 (融媒体中心记者 李浩然 通讯员 宋晗) 家有一老如有一宝,老人的健康是子女们的最大心愿。在重阳节到来之际,为大力弘扬中华民族尊老、敬老、爱老、助老的传统美德,深化“实施积极应对人口老龄化国家战略,乐享智慧老年生活”敬老月主题活动,让老年人在重阳节期间得到全方位的医疗保健服务,市骨科医院面向全市60岁以上老年人群,开展重阳节免费体检活动,为老年人送去健康、送去节日的祝福。

据了解,为做好疫情防控工作,避免大规模人群聚集,市骨科医院本次体检活动采用线上预约方式,需要提前一天预约,体检人数每天限100人。体检时间为10月14日——31日,体检地点在市骨科医院体检中心,体检对象为全市60岁以上老人。

体检内容包括免费项目和优惠项目。免费项目有:1、血压、心率;2、口腔检查;3、眼科:验光、裂隙灯检、眼压、无散瞳眼底照相;4、心电图;5、检验项目:空腹血糖、血常规、尿十一项。优惠项目有:眼科其余检查项目优惠50%;彩超(优惠50%);胸片(优惠50%);其他检验项目优惠50%;CT:原价每部位333.5元,优惠30%;MRI:原价每部位256.5元,优惠30%。

为了保障体检顺利进行,市骨科医院体检中心相关负责人温馨提醒大家:因疫情防控需要,请提前准备好健康码并携带好本人身份证。检查前三天保持正常饮食,不要吃过多油腻、动物内脏及不易消化的高蛋白食物,不饮酒。不要服用对肝、肾有损害的药物。检查前一天晚上8点后不再进食,10点后禁水。检查当日早晨禁食禁药,保持空腹状态。体检时将病史及用药情况告知体检大夫。体检者患有糖尿病、高血压、心脏病、哮喘等慢性疾病患者,请携带平时服用的药物备用,体检当天建议不要停药。

预约电话:6666666 (7个6)、12349 (勿加区号,仅限移动用户拨打)、7322349(勿加区号,仅限联通用户拨打)

咨询电话:0375- 6663381