

学校和家长眼中的上海中考体育 PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

https://www.100test.com/kao_ti2020/156/2021_2022__E5_AD_A6_E6_A0_A1_E5_92_8C_E5_c64_156693.htm 日前一份上海市学生体质与健康调研报告显示，上海学生的身体状况不容乐观。男女生肥胖检出率高于全国平均指标，学生视力不良检出率更是居全国第一，而耐力、爆发力、力量素质则呈下降趋势。为扭转这一趋势，市教委合理使用中考“指挥棒”，于近日传达了体育科目测试成绩在招生录取时的权重将加大的信息：2007年体育可能按等第制再列入中考科目，2008年体育科目测试成绩将确定按一定比例计入中考总分。那么今年中考体育科目你希望怎样考？测试些什么？如果体育将以10分形式出现，你能接受吗？晨报请来部分家长、考生和中学校长，说说在他们眼中中考体育该是什么样。[学校观点]

尽管分值偏大，10分仍能接受 在爱国学校张依武校长看来，从军训和一些集体活动中就能看出，现在孩子们的身体素质比起往年是有些下降了。“周一早上升旗时总是会有学生倒下。”张依武认为，受社会上对人才判断的一些标准影响，导致孩子们在学习文化课的同时忽视了体育锻炼，因此增加体育学科在中招录取时的权重能帮助学生们树立体育锻炼的意识。尚文学校校长管彦丰认为几年前中考总分是534分，体育占到4分，现在中考总分600分，按比例，体育占6、7分差不多。对于体育成绩占10分的猜测，他表示尽管分值偏大了一点也还可以接受。而张依武认为这10分究竟怎么算，值得研究和考虑，毕竟总分600分10分和610分还是有区别的。测试内容，学校能否有一定自主性 -希望一：形式内容多样，防

止“大满贯”管彦丰校长表示，估计考查的内容基本上是对耐力、爆发力、力量素质的测试，像几年前曾考过的五项基本内容那样。“不过学校如果有一定的自主性，可能好些，毕竟孩子一次性考试也有心理压力。”他表示，很需要有一个权威的考试，不然一些学校“通情达理”地考虑学生，出现人人“大满贯”，就失去了考试原来的意义。考查内容上，张依武认为最好设有“选项”，这样学生可以选取合适自己的。“虽然像篮球这样‘喜闻乐好’的运动吸引了不少学生的眼球，但也不是每个学生都会运球、投篮。”-希望二：“基本分”权威又人性化“考查分数中最好设有基本分。”管彦丰说，一些学生因为身体原因免修了体育课，但一分不给还是不利于他们在中考中的竞争。同时，学生的身体素质、体型体态存在着差异，“一刀切”可能有失公正。在他看来，孩子达到锻炼身体目的，在纵向上取得进步就值得鼓励。“较好的是给学生设有态度分，”他解释说，“一些学生身体条件好，但上课不认真，而一些学生身体素质不如他人，但努力锻炼。基于起点不同，还是要注重态度这一教学目标的。”在评定考试的时候，既有平时分的录入又有权威的一次性考试更为合理。-希望三：增加课时，方式灵活“每天锻炼一小时，健康生活每一天”，体育课时的增加，在管彦丰看来有点困难，“课时安排比较紧，如果在正式上课之前有一节活动课，就可以减轻课时负担了。”据悉，学校在早上8点前一般不可以上课，所以利用这段时间也可以达到锻炼的目的。对于课时的增加，张依武则表示能接受，但考虑到学校场地和师资，可能还有很多的辅助工作要做。“课时增加，体育教师也要相应增加，对他们的专业技能也提出

了要求。要保证学生学得有内容，不能流于形式，可能连带着会出现师资培训等问题。”张依武表示：“应试不是主要的，重在提高学生的身体素质。” [家长、学生声音] 能否将平时成绩也计入综合总分-体育考查不“越位”今年女儿上初三的家长沈先生认为，即使体育分值增至30分，也还可以接受。毕竟体育强身健体的功效，没有家长会对它说“不”。所以对体育加入中考科目“大军”，沈先生觉得挺好。不过他很希望学校能将平时成绩也计入综合总分。“如果专门加一场考试，感觉孩子的压力会增大。”他解释说。

-养精蓄锐为“征战”沈女士的女儿今年也上初三，“体育考试中最好能让孩子选择一些单项。”沈女士较为赞成体育科目像中考一样一次性，认为这样较为公正合理。对于学校增加了体育课，沈女士很赞同，“平时孩子课业负担重，动得又少，多增加点运动量是好事。”但她也坦言，文化课考试的成绩还是最重要的。

-不能“全能”也要“双料”今年要上初三的学生小张，平时体育不错，对于体育考试，他显得不太担心。“我认为平时分挺重要，最好可以占20%，最终的一次性考试占80%，这样比较合理。”他希望考查项目中，最好有一些是自己擅长的，这样比较占优势。

尚文学校体育教研组长阮昌荣，建议学生们寒假要有个科学合理的作息时间表，特别是中、高考学生应该在寒假期间就赶快“动”起来，争取每天都做一些运动。阮老师提供了一套运动方案：跳绳跳绳可以强健心肺，只要备根绳，就可想练就练。跳绳分为速度跳和耐力跳，时间在1分钟以内的跳绳考查速度，1分30秒以后则考查耐力。运动条件：可在室内进行的运动。器械运动条件较好的居住小区一般都有运动的公益设施，学生和家

可以在休闲的时候，利用这些设施锻炼。运动条件：有运动器械的小区。小球类运动羽毛球，对于活动量不想太大，但又要舒展筋骨的同学来说是个好选择，女生尤其合适。运动条件：只要找到一块空地。大球类运动篮球、足球是很多男生的最爱，也成了时下部分女生的新宠。据了解，许多居民区附近的学校寒假会对外开放。运动条件：足、篮球场。跑步老少皆宜的活动，双休日和父母，或和同学结伴，或独自带着“随身听”慢跑穿梭在假日的社区里，锻炼又休闲。运动条件：不太拥挤的路上。瑜伽、健美操想提前感受时尚生活的女生，参加瑜伽再合适不过。而好动的女生，跳跳健美操，也很富有青春活力。运动条件：参加健身馆训练或在家自己练习。100Test 下载频道开通，各类考试题目直接下载。详细请访问 www.100test.com