



随着天气转暖,春季学期如期来临,中考事宜逐渐被提上日程,体育中考也随之进入备考阶段。作为新冠病毒感染实施“乙类乙管”后的首个新学期,近来多地相继对中考体育方案作出调整,引发关注。

### 耐力项目成调整重点

较早时候,贵州省贵阳、遵义、六盘水、黔南等多个市州结合当前学生体质健康状况,对中考体育项目作出调整。随后,宁夏、内蒙古、江西等多省相继出台文件,对2023年初中体育与健康测试项目进行了调整。广东深圳、广州、四川绵阳、江苏苏州、扬州、湖北武汉等多地也纷纷宣布了2023年体育中考方案,对今年体育中考做出调整,浙江、湖南等省内多地教育部门也表示,审慎决策中考体测政策。

虽然此次调整涉及地域广泛,但细看下来,调整大多围绕在长跑(女生800米、男生1000米)这项对心肺功能要求较高的耐力项目。而调整方式则以取消考试、替换项目,或将必考项转为选考为主,只是细节上略有不同。

同样是做出取消调整,四川绵阳直接取消了今年体育中考中的长跑项目;宁夏体育中考中的体能耐力类考试项目(男子1000米跑、女子800米跑)免试,以满分计入总成绩;江苏苏州虽仍将男子1000米跑、女子800米跑定为必考项目,但也规定今年体育中考对该项目进行调减,按满分计入成绩。

做出替换类调整的,黔南州取消原方案中的台阶测试和男生1000米、女生800米跑项目,更加注重过程性评价,即总分50分中过程性评价20分,学业(升学)考试30分;遵义取消长跑项目,将该项20分调整到保留的两大类选考项目中,加上过程性评价10分,总分50分;贵阳市体育中考的现场测试仅保留立定跳远项目,将原有的长跑测试更改为体育健康知识上机理论测试等。

江西、甘肃兰州、白银、广东深圳则将原本的必考项(男子1000米/女子800米)调整为选考项目,按规定从项目库中选择一定数量的科目参加考试。也就是说,以上地区的考生可以根据自己的实际情况和意愿选择是否参加长跑项目的考试。而广州则在今年的体育中考方案中明确规定,选择参加中长跑、跳绳、游泳项目的考生需签《风险知情同意书》。

此外,游泳项目作为同样对心肺功能有较高要求的项目,也在一些原本被设为必考项目的地区被调整为选考项目甚至直接取消。还有个别地区在保留了长跑项目的同时下调了评分标准。如广东湛江就将长跑与100米游泳科目评分标准与去年相比略微下调。

## 多地体育中考项目调整

### 中长跑缘何成关注重点

最早一批省市出台了体育政策调整方案以后,陆续还有家长基于“阳康”后学生身体状况,向尚未公布中考体育方案的当地教育部门建议,调整或取消中考体育项目。河南郑州、四川资阳等地教育部门也给予回应,表示将综合各方面因素科学研判,并及时向社会公布。

而在一些已经公布了今年体育中考调整方案的地区,学生和家长则表态不一。

不少“侥幸逃脱”了长跑“任务”的学生,纷纷“暗自窃喜”,表示体育中考压力骤减。不过

### 有人支持有人忧虑

也有体育“优等生”表示,大多数考生看来最难的项目临时取消或调整,对于他们来说少了一个拉开差距的机会。

对于家长来说,赞成者认为,此次做出调整,是出于当下对具体情况的考量,为了学生安全考虑。忧虑者则表示,取消了体育考试,不少孩子少了“指挥棒”的引导,可能会丧失锻炼身体的自觉性,导致体质下降。

还有家长对将长跑调整为选考项目表示赞同,更有网友直接建议用相对缓和的项目代替长跑,比如太极拳。

### 因时因势选择决定

首先需要明确的是,如今多地公布的调整方案,都是临时调整,仅仅针对2023年体育中考。

据医学专家介绍,中长跑可以提高呼吸系统和心血管系统机能,促进血液循环。这同样意味着进行中长跑考核锻炼,对学生的呼吸系统和心肺功能都有一定的要求。

在新冠病毒感染实施“乙类乙管”后的首个新学期这个特殊节点下做出的临时方案。正是相关部门综合考虑当前情况后所做出的调整,并不意味着以往的体育中考方案就此被更改或推翻。

遵义市是较早做出体育中考项目调整的地区之一,遵义市学生素质发展中心主任李昌云在接受贵州当地媒体采访时介绍做出这一调整决定的考量:“大体量阳康过后的学生,按照我们相关专家以及省教育厅相关文件的指导意见,是不能一下子进入剧烈运动的。在这种背景下,我们组织了相关的家长代表、老师代表、校长代表还有医疗疾控专家征求意见,大家经过充分的讨论、研究、论证以后,决定取消今年中考体育中的男子1000米和女子800米,而这两个项目取消的调整只适用于今年。”

国家体育总局体育科学研究所国民体质与

科学健身研究中心副研究员李良在接受媒体采访时表示,在新冠感染后的第一个学期,适当降低体育中考的分数和难度,待学生身体恢复后再进行日常锻炼,从学生健康角度来说,这种调整措施是有必要的,但仅是一种临时性调整,随着学生运动能力的恢复,仍要加强体育锻炼及考核,以促进学生体质健康水平的提升。

值得注意的是,在多地公布了体育中考调整方案的同时,也对学期内体育教学及其他年级考核标准和方案做出了相应调整。

可以看出,其出发点都是为了使“阳康”后的青少年不要为了完成体育作业或体育考试而过早地进行高强度体育锻炼,多地方案都提到,学生要加强对自身的健康监测,根据自身的恢复情况,逐渐恢复运动量和运动强度。

更需明确的是,考试分数不是最终目的,学生健康最重要。体育中考设立的初衷,也是为了提高学生和家长对体育教育的重视,引导学生走进操场、走向大自然、走到阳光下,培养学生科学合理的运动习惯,最终落脚点在于提高青少年身体素质和健康水平。而特殊情况实行特殊调整,临时调整体育中考项目,也正是出于同样的目的。

中新

