

# 体育中考搅动“一池春水”

当“中考体育占分逐步走向100分”的趋势,成为学生、家长、校长、教师的一个共同判断方向时,学生体育运动开始“动真格”的了。

“不允许占用体育课,喊了多少年了?我可以肯定地说,这种现象依然有,但现在以及将来,这种做法将会越来越少。”上海一所知名初中的体育教师王华(化名)告诉记者,未来要接受考验的,是学校里的体育教师,“不是每一个教师都能让学生上课心率达到120-140的,也不是每一个教师都能适应未来可能的新考核”。

12月14日,在教育部召开的第五场“教育2020‘收官’系列新闻发布会”上,教育部体育卫生与艺术教育司司长王登峰再次明确了“体育中考”的大趋势,“目前全国各地都已经普遍推进了体育中考,所有地方的中考都要考体育,分值从30分到100分不等。从2021年起,绝大多数省份体育中考分值都会增加,而且增加的幅度会比较大”。

记者注意到,体育中考如今正朝着带火“全民体育”的方向发展。

## 不以分数论英雄 消灭“三无”体育课

上海市建平西校校长赵之浩告诉记者,体育中考最关键的问题不应拘泥在“占多少分”上,而是要关注青少年运动习惯的培养以及学校的重视程度上。

赵之浩从事了20多年初中教学工作,一个重要的感受是——上海越来越重视体育课。“从最早的中考1分体育分都没有,到后来有4分,现在有30分,又增加了乒、羽、网等可选项目,体育越来越重要”。

“过去,有的学校校长是非常不重视体育。纳入中考后,那些校长要改了。”赵之浩说,“体”是形式,“育”是手段,以体育人的最终目的是让学生养成良好的运动习惯,成为具有健全人格和强健体魄的“健康人”,“中考是指挥棒,是告诉校长们要加强重视体育。但学生体育好不好,不能以分数论英雄”。

早在“体育中考100分”这个消息出来之前,赵之浩所在的学校就自行订购了价值不菲的乒乓球、羽毛球发球器,让学生在体育课上进行练习。此外,学校两座篮球馆也在今年重新装修,购置了高级别的篮球运动器材。

他特别不赞成学生为了体育成绩报课外补课班,“只要校内体育课认真上,老师都会教好,把运动质量提高上来。家长要理性选择,相信学校”。

华东师范大学体育与健康学院党委书记汪晓赞长期从事提高学校体育教育质量的研究,她也特别关注孩子们的“运动习惯”,“有人说我们过去的体育课不出汗,体育老师其实也想解决这个问题,我们正探索如何监控体育课的运动强度和密度”。

12月12日,首届全国中小学和高校健康教育指导委员会在华东师范大学成立,教指委成立当天即发布了《中国儿童青少年体育健康促进行动方案(2020-2030)》。方案要求,学生每节体育课的运动密度要达到75%以上,运动强度达到心率140-160次/分钟,每节课的运动技能练习时间为20分钟左右,体能练习时间为10分钟左右,彻底改变“无运动量、无战术、无比赛”的“三无”体育与健康课。

汪晓赞介绍,华东师大课题组目前正在上海各区试点运动测评小程序,学生佩戴智能监测设备,不仅能在体育课上进行比赛,还能在家里进行运动比赛,“所有数据全都在线上,运动够不够,一目了然”。

汪晓赞说,2018年教育部体卫艺司提出了“布置体育家庭作业”的想法,当时体育老师们很愿意执行,但却苦于无法操作,“我们不知道如何监控孩子们在家里的运动表现”。她向记者展示最新成果,当每一个孩子都系上心率带或手环等智能设备时,体育老师可以在手机、平板电脑上根据色块来判断每个人的运动强度大小,颜色越深,运动强度越大。

在智能跑道上,体育老师不仅可以测试一名学生跑步的速度,还可以测试步频、步幅、跑步姿势等,可以评价一个学生的平衡力、弹跳力、灵敏度等;在足球对练中,专家们在足球中植入一个芯片,就可以在智能终端上观察球员的运动轨迹以及技战术水平。

“我们有一个设想,如果全国的孩子都能在3岁以后拥有一个自己的运动数据库,可以让这些数据从幼儿园伴随他们到大学毕业。那体育中考和体育高考,是不是就可以给出更加科学合理的评价?不是一次考试的评价,而是一个过程评价。”汪晓赞说。

据新华网

## 中考体育培训项目供不应求网球场一票难求

网球、篮球、游泳,初二学生家长罗女士每周六都会陪孩子一起泡在上海浦东的三林体育中心。这个在自己上学时认为“体育课就是聊天课”的运动“渣妈”,如今和儿子一起上网球课,“儿子打完网球,去打篮球。他打篮球时,我和爱人一起打网球”。

罗女士的儿子明年即将初中毕业。根据2019年4月上海市教委制定发布的《上海初中毕业升学体育考试实施方案》,这群2021年参加中考的学生,刚好挤进体育中考“小变革”的试验田。

上海的体育中考分值为30分,其中15分为日常考核分值,15分为统一考试成绩。而在“统一考试”中,体育运动项目被分成了4个大类。第一类占6分,可选项目为1000或800米跑、200米游泳、4分钟跳绳;第二类占3分,可选项目为50米跑、立定跳远、实心球、仰卧起坐、25米游泳;第三类占3分,可选乒乓球、羽毛球、网球、武术、体操;第四类占

3分,可选足球、篮球、排球。

与往年相比,2021年体育的中考分值没变,但增加了4分钟跳绳、乒乓球、羽毛球、网球、武术等可选项目。网球、篮球、游泳,是罗女士为儿子配置的“最佳体育运动组合”——网球锻炼协调性,可以消弭儿子的弱项;篮球是儿子喜欢的,可以帮助孩子长个子;游泳练耐力,冬天游泳还能预防感冒。

她告诉记者,目前初中生家长最青睐网球和羽毛球课,但能像自己一样腾出一天时间泡在运动场馆的人很少,“我是一个在学生阶段特别不喜欢体育、跑个800米都要哭出声的人。现在快40岁了,每天逼自己跑步、锻炼,累得不行。我想让孩子从小就锻炼起来,正好有体育中考改革,顺水推舟”。

记者注意到,从今年10月教育部发布“体育中考逐步占分达到100分”这一消息后,上海各大体育场馆开始陆续上马“中考体育”相关的培训,一些培训机

构打出了“运动兴趣+应试提分”的口号。有的机构还推出了“3个月中考体育提分计划”,为学生配备“中考顾问团队”和“具有丰富测评经验的专业教练团队”,收费不菲。

网球教练小叶告诉记者,今年10月以来,自己的私教预约量呈几何级上涨。忙的时候,一天从早上9点陪练到晚上7点,10个小时都顾不上吃饭。有的家长为了让孩子网球技术快速提高,一小时里聘请两名教练陪孩子练球——一人给孩子喂球,一人纠正孩子击球动作。

上海的网球场也出现了一票难求的状况——各大网球场不允许电话预约,要求消费者每周一早7时去现场排队预约场地并现场支付场地费。“黄牛”则伺机而动。上海黄浦区的一名“黄牛”告诉记者,自己每周日早上4点起床去体育中心排队,原价150元1小时的周末网球场,至少到200元才能出手,高的时候可以卖到280元。

## 幼儿园和小学家长未雨绸缪 1分或是千军万马

记者注意到,除了初中生家长,加码体育运动培训班更起劲的,当属小学生、幼儿园学生家长。

李先生的孩子正在读小学三年级。最近在孩子已有的校足球队基础上,李先生自行给孩子加码了网球项目——他

准备让孩子在寒假期间“天天打球”。李先生告诉记者,从今年10月开始,因为中考体育可能会有新政出台,小学生家长群开始“沸腾了”。“2021年中考的孩子,还是30分的分值;等到我们孩子中考,很有可能就是100分的分

值了。”

家长们的一个普遍判断是——体育30分的分值,对学生的要求可能只是“会打球”“能跑完”;而一旦体育分值达到100分,对学生的要求可能就是“0.1秒的差距等于1分”,为了拉开分值,势必会在技巧、完成程度、速度、质量等方面加码。

这种情况下,学校体育教育能否“跟得上趟”就成为焦点。“一个简单的立定跳远,都是有技巧的,多跳个0.5米可能分值就不同了。”一名体育中考培训机构负责人向记者介绍。

12月初“云南中考体育100分”正式方案的出台在全国范围都受到了广泛关注,这是全国第一个确定体育100分考什么、怎么考的省份。它的做法,也成为家长、老师一窥未来改革走向的一个风向标。

云南省教育厅办公室主任李光洪称,云南方案中的“体育100分”并不是为了考出区分度,“只要认真上课、坚持锻炼、积极参加竞赛活动,每一个学生都可以考出100分”。

但家长们的想法,似乎与教育行政主管部门的“所愿”不尽相同。李先生专门研究了云南体育100分方案的细则,他注意到,以1分钟跳绳为例,九年级男生跳110个只能得0.1分,而跳170个就能得2.0分,每0.1分之间的差距是3个,“真到了中考时,1分就是千军万马,家长不可能不争不抢,不可能不报培训班”。

