

“小眼镜”“小胖墩”少了吗？ ——体育中考改革观察

新华社记者 李春宇 岳冉冉 赵旭

近年来,各地体育中考改革持续推进,牵动万千考生和家长的心。

这项旨在扭转青少年体质困境的改革,到底成效如何?“小眼镜”“小胖墩”“小豆芽”“小焦虑”等“四小”问题缓解了吗?

首个“中考体育100分”啥效果?

2020年11月,《云南省初中学生体育考试方案》将中考体育总分由原来的50分提高至100分。云南成为全国首个把中考体育分值提高到100分的省份。

根据方案,云南体育中考由“三年一考”变为“一年两考”,每学期均采用“随时考”和“定时考”相结合的方式。学生最终成绩由初中六个学期考试总成绩和年度参加各级体育竞赛加分综合确定。

谈及五年来的变化,云南省教育厅体卫艺处处长龙微感慨:“以前体育课被挤占的情况常见,现在不仅学校重视,家长也陪着孩子一起运动。改革的目的,就是引导学生日常自主锻炼,充分发挥体育的育人功能。”

教育部基础教育质量监测中心

公布的数据显示,2024年,云南省每天安排大课间活动的学校比例为93.2%,较2021年增加18.6个百分点。

龙微介绍,配合中考体育改革,云南还推行中小学壮苗行动计划,孩子们“身上有汗、手脚有力、眼里有光、脸上有笑”正成为校园日常。

体育中考自20世纪80年代中期开始探索,起初分值较低,但如今云南、河南、深圳等地已经陆续提升至100分,各地中考分值中体育占比普遍提升。

云南大学体育学院院长王宗平说:“体育中考改革是落实德智体美劳全面发展教育方针的重要举措,有助于扭转长期以来弱化体育的教育倾向,发挥好校园作为育人‘主阵地’的作用。”

“四小”问题缓解了吗?

在率先推出中考体育100分的云南省,儿童青少年总体近视率低于全国平均水平,还出现不少“零近视”小学。

红河哈尼族彝族自治州屏边苗族自治县的湾塘小学以“零近视”成为全国典型,全校500多名学生视力均为5.0或以上,其秘诀已广为人知:每天三小时户外运动、在校不用电子产品……校长孙付标表示,习惯的养成,让这些孩子上中学后近视的也很少。

云南“零近视”小学还包括孟连县勐马镇腊福小学和公信乡戈的小学等。

在江西南昌,体育中考改革充分调动了学生体育锻炼的积极性,学校也乘势而上,通过进一步丰富项目、开展联赛,营造全员参与的体

育文化。2024年,该市西湖区学生近视率同比下降0.5%,肥胖率降低0.17%。

2021年底,北京市教委发布《北京市义务教育体育与健康考核评价方案》,要求在四、六、八年级开展体质健康考核,计入中考体育成绩,落实以测促练。2024年又实现全市义务教育学校“课间一刻钟”全覆盖,青少年近视率下降1个百分点。

在北京市延庆区,香营学校自2021年起组建“减肥超越班”,覆盖三至八年级。学校针对减重学生建立“一生一档”,制定降低肥胖率工作方案,科学饮食及体育锻炼计划。

“‘减肥超越班’每日进行90分钟定制训练,每月监测体脂率,利用成长曲线图进行心理赋能。”校长金岩介绍,“小胖墩”们瘦下来后,迎接中考的状态更好、更有信心,而全校学生体质健康优秀率也从2022年的22.7%跃升至2024年的51.1%。

“小眼镜”“小胖墩”少了,“小焦虑”也少了。江西省鹰潭市余江区第四中学家长高淑云不担心孩子成绩,却担忧心理,“现在通过体育锻炼,孩子精神状态完全不一样,笑容多了,干什么都有劲儿。”

“指挥棒”指挥了什么?

“体育进中考,不是要通过考分把孩子划分三六九等,不是选拔运动员,而是以此让家长、孩子意识到健康和运动的重要性。”首都师范大学教育学院院长张爽说。

王宗平认为,其核心目标是“引导全社会重视体育,重塑‘健康第一’的育人观”,因此“理念的转变最重要”。

体育中考就像“指挥棒”,正在撬动教育理念的转变。过去因文化课压力,流行“体育老师总生病”的经典段子;如今,体育老师不够用,安徽蚌埠等多地出现“我的体育是数学老师教的”惊喜反转。

随着各地体育中考越来越强调过程性考核,校园体育也迈入多元发展新阶段。北京今年春季学期发布“体育八条”,明确中小学体育课要“量质齐升”;安徽合肥中小学“阳光体育运动”涵盖24个项目,足球实现班、校、区、市四级联赛贯通机制……

“指挥棒”的引领和溢出效应明显。不只是校园,家校社协同发力的体育生态正在形成。

重庆各中小学推出“体育家庭作业”,明确家长履行监督记录等职责,要求“大手拉小手”培养运动习惯;内蒙古自治区包头市九原区还联合社区、体育俱乐部等拓展校外体育活动时间。

引导孩子于义务教育阶段掌握一至两项运动技能也成为改革方向。

2022年起,北京将中考体育现场考试项目从“8选3”调整为“22选4”,评分标准设计为“达到良好即满分”,进一步满足个性需求,弱化考试压力。北京市教委表示,改革思路是要突破传统体能考核局限,形成多维评价体系,突出运动技能和身心健康的实际获得。

同北京相似,不少省市体育中考都涵盖技能考核,以“三大球”等球类项目选考一项最为典型。

“过去可能孩子上了快十年体育课,都只是枯燥的‘跑跳投’。现在通过中考,能引导孩子学会至少一项运动技能,找到伴随终生的爱好。”龙微说。(新华社北京6月29日电)

足球世俱杯：拜仁慕尼黑晋级八强

6月29日,在美国佛罗里达州迈阿密进行的2025年国际足联俱乐部世界杯(世俱杯)八分之一决赛中,德国拜仁慕尼黑队4比2战胜巴西弗拉门戈队,晋级八强。

图为当日,拜仁慕尼黑队球员在比赛中庆祝进球。

新华社记者 许畅摄



我的下半场是孩子们的上半场

福建退役运动员转型学校教练员观察

新华社记者 刘旸

“哪位是足球运动员,可以到我这里面谈……”

“我是田径运动员,有需要的学校么……”

……

6月25日,在中国举重福建马江基地综合训练馆的广播里,时不时传来这样的声音。一场退役运动员转型做学校教练员的供需见面会进行得热火朝天。82名退役运动员和70多家用人单位彼此询问,交流信息。

23岁的福建柘荣人叶乃强成为当天第一位成功签约意向书的退役运动员。他曾随队参加2020年全国U19男排锦标赛并获得第五名,签约的学校是福建平潭流水镇中心小学。

“在运动员时期,我就有当教练员的想法。之前对这所学校的校长有所耳闻,知道他非常重视体育,尤其是篮球、排球,所以今天直奔目标而来。”叶乃强说。

平潭流水镇中心小学2021年成立了排球队,组建排球社团,现在是福建省排球特色校。

校长陈国武介绍说,平潭综合实验区青少年排球队曾在该校训练,球队教练帮助指导该校学生练习排球。“现在希望引入新生力量,加强排球教学,并能带队打小排球比赛。”

“专项运动员出身的教练员在科学训练方面有一套方法,发现孩子的潜力,有计划培养人才,让乡镇小学的孩子有更多选择和出路。”陈国武说。

“运动员时期相对简单一些,只要做好自己就可以了。当教练员要考虑的事情更全面,要关注到每个学生。”叶乃强说,“我已经做好职业转型的准备,对每个孩子负责。我职业生涯的下半场,是孩子们的上半场。”

供需见面会只是福建为退役运动员转型提供的服务之一,由福建省体育局、福建省教育厅联合举办的2025年退役运动员转任学校教练员培训班正在进行中。

据福建教育学院体育教研室主任缪澄澄介绍,转型培训班包括多方面课程,例如职业认知与角色转变、心肺复苏等急救方法与实践、数字技术在体育教学和竞赛中的应用、科学体能训练原理与实践方法、运动功能筛查、专项运动技能教学方案与策略等等。

“我们结合退役运动员特点和用人单位需求设计课程。”缪澄澄说,“专项运动员个人运动能力出众,但如果想适应时代发展,成功转型为学校体育教练员,在运动科学理论、教学组织与管理方法、团队建设、数字化技术应用等方面需要补课。”

曾经的射箭运动员胡小婷退役后,考得中学体育教师资格,目前是福建惠安嘉惠中学的射箭项目教练员。与很多退役运动员不同的是,她既可以承担体育老师的教学活动,也可作为教练员带队进行专业训练。作为已经入校任教的退役运动员,胡小婷今年仍然“回炉”进行培训。

“目前各专项运动员在一起培训,将来也许会推出针对某些专项的个性化培训,深化培训知识体系。”缪澄澄说。

福建省体育基金管理中心主任陈跃表示,中心除了为运动员提供伤残保险、关怀基金、发放退役金等服务外,现在还加强运动员文化学习教育督导,帮助退役运动员实现职业转型。

福建省体育局副局长唐佑明介绍说,近两年来,福建接连举办退役运动员转任学校教练员培训,近200名退役运动员参加。前两年的供需见面会上,现场签约近30个就业意向。

6月25日当天,7名退役运动员与用人单位签约意向书。除叶乃强外,还有一些田径、拳击、体操专项的运动员找到“归宿”。据统计,2023年以来,福建各类学校共招收185名退役运动员进校任教教练员。

唐佑明表示,退役运动员转型学校教练员,使优秀运动员引得来、留得住、干得好,既解决学校体育师资力量不足、专项运动技能不够等问题;同时带动学生参与锻炼,掌握运动技能,提升青少年体质健康水平,防范竞技后备人才后继无人;运动员由此开辟新赛道,实现人生新阶段的新价值,可谓双向奔赴,一举三得。(新华社福州6月27日电)

中国男足公布东亚杯名单

新华社北京6月30日电(记者岳东兴)在无缘晋级2026美加墨世界杯后,中国国家男子足球队在代理主教练久尔杰维奇的带领下开始了新周期的赛程,新一期的国足集训名单也在6月30日公布。

中国足球协会在6月30日发布的集训通知中表示,为做好2025年东亚足联E-1足球锦标赛(东亚杯)的备战和参赛工作,经国家队教练组研究、协会批准,中国国家男子足球队定于7月2日至16日赴辽宁省大连市、韩国水原市及龙仁市组织集训并参赛。

在这份26人的名单中,有一半球员是“00后”,这反映出久尔杰维奇正在推进国家队的年轻化进程。

其中,2006年出生的副纪闻、刘诚宇、王钰栋,都参加了今年上半年举行的U20亚洲杯,而当时的U20国青队主帅正是久尔杰维奇,他率队打进了八强。

此外,参加了世预赛亚洲区18强赛的主力球员,如后防中坚朱辰杰和蒋圣龙,中前场的谢文能、曹永竞、张玉宁等也都悉数入选。塞尔吉尼奥则是唯一入选的归化球员。

中国足协在此前发布声明表示,美加墨世界杯预选赛亚洲区18强赛已结束,由于中国男足未能晋级附加赛阶段比赛,主教练伊万科维奇及教练团队的执教合同已根据约定自动终止。协会研究决定由久尔杰维奇担任中国男足国家队代理主教练,并将同步开启新周期主教练选聘工作。

公益福彩 情暖高原

中国福利彩票3D游戏 开奖公告

第2025171期				开奖日期:2025年6月30日			
本期销售总额:				1,024,578元			
中奖号码:				1	1	3	
奖等	中奖注数	单注奖金(元)	中奖金额(元)				
单选	277	1,040	—				
组选3	147	346	—				
组选6	0	173	—				

西藏自治区福利彩票发行中心
2025年6月30日

本栏目由
西藏福彩中心
拉萨日报

主办

中国福利彩票“七乐彩”开奖公告

第2025073期

一、本期投注总额为: 2,926,490元
二、中奖号码:

基本号码							特别号码
05	12	15	17	20	22	27	29

三、中奖结果:

奖等	全国中奖注数	西藏中奖注数	每注金额(元)
一等奖	1	0	692,576
二等奖	2	0	49,469
三等奖	112	0	1,766
四等奖	270	1	200
五等奖	3,292	4	50
六等奖	5,039	5	10
七等奖	35,119	51	5

四、奖池资金累计金额: 0.00元

西藏自治区福利彩票发行中心
2025年6月30日



中国福利彩票



西藏福彩中心在此提醒广大彩民朋友:量力而行,理智投注,未成年人,不得购彩!

如果以上开奖数字有误请以福彩中心的原始开奖数据为准,本数据仅限参考,其中中奖号码以中国福利彩票发行管理中心正式公告为准