



八年级体质健康测试统测开始

成绩计入升学成绩

本期导读

北京全面推行教师大面积
交流轮岗

让孩子“遇见”
更多好老师

4—5版 特别策划

门头沟区

7所学校签约首师大
毕业生优质就业基地

2版 综合新闻

5招练就韧性的
“大心脏”

3版 家校课堂



《北京考试报》
视频号



微信扫一扫
订阅《北京考试报》
(北京邮政官方服务号)

本报讯(记者 宋迪) 体质健康测试统测今年首次在全市各区陆续开始。此次测试与八年级第二学期的体育与健康知识测试共同组成中考生的体育过程性考核成绩,共20分,计入初中升学总成绩。

据悉,此次八年级国家学生体质健康测试分值为10分,内容为目前运行多年的《国家学生体质健康标准(2014年修订)》。八年级测试项目包括:体重指数(BMI)、肺活量、50米跑、坐位体前屈、立定跳远、引

体向上(男)/1分钟仰卧起坐(女)、1000米跑(男)/800米跑(女)。市教委相关负责人表示,国家学生体质健康测试由各区负责统测,考核的内容都是学校日常体育锻炼中经常练习的项目,不同学段有具体的单项指标和权重,体现循序渐进的过程。

评分标准按照《国家学生体质健康标准(2014年修订)》执行。学年总分由标准分与附加分之和构成,满分为120分。标准分由各单项指标得分与权重乘积之和组成,满分为100分;附加分根

据实测成绩确定,即对成绩超过100分的加分指标进行加分,满分为20分。八年级的加分指标为男生引体向上和1000米跑,女生1分钟仰卧起坐和800米跑,各指标加分幅度均为10分。

例如,某学生7个测试项目折算后标准分为90分,其中引体向上做了18个,按照满分14个的标准,超出的4个可以额外加4分,他的学年总分就是94分,根据赋分等级应为良好及以上(80分及以上),他的八年级体质健康测试就能得到10分。

体育课教学、课外体育

活动、体育比赛、体育家庭作业、国家学生体质健康测试的普测、抽测和现场考试,以及学生运动负荷监测等环节,都是过程性考核的基础和延伸。密云区第三中学校长王立敏介绍,新方案公布后,学校严格落实“两操一课”,保证体育课时;广泛开展以班级、年级为单元的竞赛活动。学校还启动了青少年健康管理项目,从饮食、锻炼、睡眠等多方面对学生

进行干预和指导。新方案发布后,西城区从初一即早动手,结合教材教法对考试内容进行研究,

在学科教研中以课例研究为载体,从学生学习角度着手,找准课堂中“真”问题,进行教学设计,形成问题导向,调动学生学习的主动性,提升课堂教学质量。西城区教育研修学院体育教研员李刚表示,如今,八年级学生面临体质健康测试,该测试有国家统一的标准和要求,考试内容很多。因此,学生要在日常课程和活动中重视相关训练,重视老师在教学内容中对相关项目技能及核心素养的融合,重视老师设置的每一项训练要求。



10月28日,丰台职业教育中心学校师生京绣作品《江山千里绣》在北京市工艺美术博物馆首次亮相。图为非遗专业“京绣工坊”学生完成绣品。(详细报道见第2版)

学校供图

学生小卫士迎接宪法日

本报讯(记者 宋迪) 12月4日,我国将迎来第9个国家宪法日和第5个宪法宣传周。全市将组织学生参加第七届全国学生“学宪法 讲宪法”网上学习和“宪法卫士”行动计划,举办“宪法晨读”活动,组织宪法进校园主题活动

等,弘扬宪法精神,维护宪法权威。

北京教育系统“12·4”国家宪法日暨宪法宣传周系列宣传活动将于12月4日至10日举行。今年是我国现行宪法颁布施行40周年,也是党的二十大胜利召开之年。全市将重点学

习宣传习近平法治思想,特别是习近平总书记关于宪法的重要论述;学习宣传党的二十大精神;学习宣传中华人民共和国宪法;学习宣传中华人民共和国民法典,学习宣传未成年人保护、职业教育等相关法律法规。

青少年学生要增强宪法意识、国家意识、规则意识。12月2日上午,教育部将组织全国学生宪法学习现场会。届时,在校师生可登录普法网,同步参与“宪法晨读”系列活动。在宪法宣传周期间,各校还

将组织开展宪法诵读、知识竞赛、主题板报、专题讲座、法律沙龙、升旗仪式、主题班会等宪法宣传活动,并在宣传栏、电子栏等校园显著位置张贴由普法网、市司法局等发布的宪法宣传海报,或邀请法治副校长深入学校开展宪法

宣讲活动。

据悉,各区校将提升学生参与度,将实施“宪法卫士”2022年行动计划与学生日常学习、综合实践活动课程、课外活动等相结合,确保各区各校35%以上学生参与教育部全国青少年普法网在线学习、练习与综合评价。

责编/蔡文玲 版式/王慧