

中考生3月两项关注

中考体检中旬开始 往届生留心报名时间

本报讯(记者 徐凡)中考体检和部分区县往届生、外省市回京考生的报名将在3月进行,考生要提前做好这两项事宜相关准备。

据了解,部分区县往届生和外省市回京考生要留心别错过报名时间。各区县已针对这两类考生出台了报名办法。如西城区要求考生在3月1日至31日带上相关材料办理报名资格审核手续。外省市就读考生要带上户口本、就读学校开具的

应届毕业生证明及1张近期2寸证件照。应届毕业生证明要注明考生姓名、入学时间等信息,并加盖公章。往届生要带上户口本或初中毕业证及1张近期2寸证件照。审验合格后,相关工作人员会现场为考生进行网上报名。此外,大多数区县的外省市回京考生和往届生的报名都安排在3月中下旬,但房山、顺义、密云、燕山等少数区县的报名时间较早,考生要留意。

另外,北京市中招体检工作将在3月15日至4月

30日进行。全市符合中考报名、报考条件的应届初三生以及往届生均要参加体检。没有参加体检的考生不能被学校录取。考生可根据学校的安排在指定的时间内,到区县中小学卫生保健所进行体检。参加体检前,考生要仔细参考有关注意事项。

北京市体检中心主任孙力光提醒,考生体检时要带相关证件和体检表。考生体检前3天不要做剧烈运动,保证饮食清淡;体检当

天最好不要饮水,穿着便于穿脱的服装,不要佩戴饰物,不要化妆。另外,考生如服用保健品和补品,在体检前半个月要停止服用,以免影响体检结果。考生如确实需要服药,要提前咨询医生所服药物对体检是否有影响,并在体检时告知医生。

今年体检结束后,各中小学卫生保健所将为每位考生下发完整的个人体检表。考生要根据个人体检情况填报中考志愿。



在中关村图书大厦,家长正跟孩子选购图书。

本报记者 徐凡 摄

陈经纶中学

与小天使行动基金达成合作意向

本报讯(记者 安京京)中国青少年发展基金会小天使行动基金项目负责人近日来到北京市陈经纶中学,邀请学校加入该基金会“青年行动——种子领袖计划”,双方已达成合作意向。

学校有关负责人说,在详细了解了该项目的运行背景及预期目标后,双方已达成了合作意向。学校团委

将先期派教师参加培训,并在此基础上选派10名学生参加该计划的培训活动,通过培训引领经纶志愿者提升服务水平,开辟新的公益路径。

据了解,该计划旨在通过重建真实自我、建立品格和素质、成为服务性领袖的进程,把青年人培养成为有社会责任的未来领袖。

北京九中

启动“践行北京精神”系列活动

本报讯(通讯员 张今邵莹莹)近日,北京九中团委、学生会升旗仪式上面向全体师生发出“践行北京精神”的倡议,作为本学期“践行北京精神”系列活动的启动仪式。

倡议书说,一个国家要强大,就需要拥有自己的民族精神,一个城市要进步,也同样需要有自己的城市精神。“爱国、创新、包容、厚德”的北京精神,就是这样的一种城市精神。它概括了北京这座城市深刻厚重的

民族情怀和积极进取的精神状态,体现了其兼容并蓄的文化传统和容载万物的人文精神。作为北京城市的一员,我们全体师生要行动起来,以身作则,弘扬“爱国、创新、包容、厚德”的北京精神,为建设繁荣、文明、和谐、宜居的北京,贡献自己的力量。

北京九中将在本学期开展“北京精神”课本剧大赛、“北京精神”征文比赛、“解读名胜古迹,践行‘北京精神’”等系列活动。

京源学校

举行社团启动会

本报讯(通讯员 徐继伟)北京市京源学校近日举行了社团启动会,全体初一、初二年级师生参加。

据相关负责人介绍,为丰富学生的学习生活,本学期学校开设了丰富多彩的社团课程,如与语文相关的“阅读团”、“书法社”,与生物相关的“开心

园艺”、“绿之芽”,与体育相关的“足球”、“乒乓球”,更有“电影社”、“十字绣”、“戏剧表演”等,与以往不同的是,这次学生可以同时填报两个志愿,以备调剂。这些社团极大地开阔了学生的视野,同时也调动了学生参加社团活动的积极性。

爱揉眼睛容易导致散光

眼睛不舒服时用手揉揉是很多人的习惯,可是经常揉眼睛可能引起散光,导致视力模糊。

散光,也是眼睛的一种屈光不正常状况,与角膜的弧度有关。造成散光的原因,就是由于角膜薄厚或弯曲度不均匀而让各子午线的屈折率不一致,使得经过这些子午线的光线不能聚集于同一焦点。这样,光线便不能准确地聚焦在视网膜上形成清晰地物像,这种情况称为散光。

人们都知道,患有近视眼的人大多伴有散光。这是由于角膜弧度改变引起的,但人们却不知道揉眼睛也是导致散光的重要原因。一些人眼睛不舒服、患过敏症感到眼痒时,会用力揉搓,“揉眼睛时通常会闭上双眼,这时眼球会向上移,揉时的压力便会聚在眼球下

方,造成角膜下方的弧度发生变化。角膜弧度不均,便会出现散光。”散光也与眼内的晶体有关。如果它的弧度不均匀,或者晶体老化以致改变了光线进入眼内的折射率,也会造成散光。因此经常揉眼睛会提高患散光的危险。

严重的散光虽然令人视物不清,但度数不深的散光也有一定作用,75度以下的散光有助于看清远处,超过此度数,看远处便模糊了。因此,若散光度数在75度以下,配镜时一般不需要在镜片上加散光矫正功能。

(西城区中小学保健所副所长 殷汉军)



问：患有色弱、色盲的考生不宜选报哪些专业(工种)?

答：

色弱的考生不宜选报下列专业或工种：

①《普通中等专业学校招生体检标准》中的地质类、矿业类、冶金类、动力类的动力设备专业,电气类的船舶与港口电气化专业,电子类的医用仪器专业,通信类,化工类,纺织类的染整工艺、针织工艺专业,交通运输类的铁路运输及各运输驾驶专业,土建类的建筑装饰专业,测绘类,气象类,水利类的水文水资源专业,饲养类的畜牧兽医、检疫、检测专业,营林类的园林专业,医疗保健类的护理、医

学等专业,医学技术类的检验专业。

②《技工学校招生体检标准及执行细则》中的地质、采矿、冶金、化工、铁路行车、运输驾驶、自动控制、轮机、彩色印刷、工艺美术等工种专业。

③《北京市技工学校部分专业(工种)试行的体检标准》的炼钢、炼铁、轧钢、连铸、焦化、烧结、调车工、钞票印刷、运输作业(铁路)、车辆检车员、制冷与空调(铁路)、自动控制(数控技术)。

患有色盲的考生不宜选报的专业或工种除同色

弱外,还包括:

①《普通中等专业学校招生体检标准》中机械类的金属热加工专业,电子类的电子技术应用、电子产品,化学工艺专业,制药类的制药专业,测绘类的地图制图专业,粮食、食品类,饲养类,种植类,水产类。

②《技工学校招生体检标准及执行细则》中的烹饪、彩色电视机修理调试、食品加工、制冷、纺织化纤、无线电技术、热加工(锻、铸、焊)、轧钢、炼铁、焦化、锅炉、精密仪器等工种专业。

③《北京市技工学校部分专业(工种)试行的体检标准》中的多媒体系列(监视器)、微电子技术、电子技术应用、维修电工、电工、制冷与空调、机电一体化。

(注:2012年体检相关政策尚未出台,请以最新公布为准。)

本栏主持 徐凡

