

中考体检注意 6 件事

本报记者 安京京

各区中考体检已于本周开始。针对体检中考生容易出现各种状况,东城区中小学保健所有关负责人提醒考生有6件事要格外留意。

第1件:着装要简便

考生体检前要洗澡更衣,体检当天穿宽松的衣服,便于穿脱,为测量身高体重作准备。考生尽量不带饰物,不穿带金属钩的胸罩和带金属扣、亮片、金属拉链的衣服,也不要带手机等贵重物品。

考生要尽量提前到达体检医院,稍作休息,调整心态,切忌匆忙赶到医院而

使情绪紧张、血压偏高。体检前,考生要避免剧烈运动,以免影响体检结果。如有剧烈运动者,要向体检医生说明。

第2件:遵守纪律不替检

受检考生按学校安排,在规定时间内到达所在区中小学卫生保健所体检。考生要服从调度人员安排,遵守纪律,并保持体检场所清洁、安静。不得让他人冒名顶替参加体检,一旦被发且核实,后果自负。

第3件:别戴隐形眼镜和助听器

体检时,考生最好不要

戴隐形眼镜,以免摘取困难或损坏。平时戴普通眼镜的考生,体检时要携带眼镜和验光单,供矫正视力用。戴义眼者要向医生讲明。考生不要临时点滴眼药水,以免影响裸眼视力检查。若有戴助听器者,也要在体检前向医生说明,以免影响听力检测结果。

第4件:体检期间莫问结果

考生要如实反映既往病史,不能隐瞒。如需修改既往病史,要到主检室填写“病史修改授权书”。不得擅自修改、更换或遗失体检表,以免出现涂改影响录

取。

第5件:体检前注意饮食

上午参加体检的考生,当天不要食用早餐,可少量饮水;下午参加体检的考生,可以吃早饭,9时前可少清谈饮食,但不要吃饭。体检前也不要吃零食。考生前一天晚饭要吃些清淡食物,以免影响肝功能检验结果。

第6件:确认全部查完再离开

体检未结束,考生不得离开现场。体检结束后,考生要确定无漏项或漏检后再离开,以免因遗漏检查项目而影响体检结果。



北京大学附属中学初三学生进行合作学习,小组讨论。 刘丹 摄



3月11日,北京市第十八中学教育集团举办校园义卖活动,吸引周边小区居民前来购买。义卖所得将通过中国儿童少年基金会捐给需要帮助的女童。

陆文喜 摄

首套中小学校园冰雪运动丛书今秋进校园

本报讯(记者 安京京)记者日前从人民教育出版社了解到,《中小学校园冰雪运动》丛书2017年秋季正式进入全国中小校园,同时将在全国建立冰雪运动合作示范区、校。

为配合2022年冬奥会的举办,培养扩大冰雪运动人口,推进百万青少年参与冰雪运动,在广泛调研与论证基础上,课程教材研究所体育课程教材研究开发中心和人民教育出版社研发、编写了这套适合中小学开展冰雪运动教

学和训练的《中小学校园冰雪运动》丛书,并拟在冰雪运动合作示范区、校进行课堂教学和教材建设研究。

据了解,本套丛书邀请国际奥委会委员、冬奥会冠军杨扬作为编写顾问,聘请了国内冰雪运动权威专家、学者和教练员参与编写和研制工作。丛书包含8册学生用书和3册教师用书,系统地规划、设计、编写小学、初中和高中各学段的速度滑冰、花样滑冰、冰球、高山滑雪和单板滑雪等主要冰雪运

动的教材内容。

人教社有关负责人介绍,教材简要介绍了冬季奥林匹克运动文化和比赛项目知识,采用生动、直观的教材内容呈现方式和版式设计,使用真人照片展示具体的动作技术细节,使用二维码技术链接展示完整的视频录像示范,构建3D立体场地和卡通人物来详细说明学练方法和技战术要点,并结合移动互联网技术将教材延伸到数字学习终端,给学生提供生动、丰富

的音视频学习内容等教学资源。

为更好地在一线教学中检验和完善该套冰雪运动丛书,人教社在全国范围内遴选了北京延庆区、石景山区、河北省张家口市、黑龙江省哈尔滨市等6个示范区,选择了中关村第二小学、怀柔区第一中学、张家口市第二十一中学等18所示范校。示范区校建立后,人民教育出版社和课程教材研究所将在时期培训、教学资源等方面给予持续支持。

本市首座社区“电力爱心教室”启用

本报讯(记者 安京京)记者从北京市教委获悉,本市首座实体化社区“电力爱心教室”在丰台社区学院正式启用。这是北京市教委与国网北京市电力公司、北京青少年基金会共同捐建的第三座实体化“电力爱心教室”。

据悉,此前已投运的两

座“电力爱心教室”,分别位于海淀区少年宫和西城区青少年科技馆。与前两座实体化教室相比,丰台社区学院“电力爱心教室”不仅针对在校中小学生授课,还将课程扩展到不同年龄段的社区居民、企业职工等群体。课程设置根据不同听课对象,有针对性地讲授电力安全、节电

常识等知识。

国网北京丰台供电公司相关负责人表示,下一阶段将依托国家电网首都电力共产党员服务队,深化“电力爱心教室”活动和暑期“安全课堂”科普讲解内容,为周边学校定期开展电力知识科普宣传,为社区提供涉电延伸服务,包括为百姓

讲解“掌上电力”等便捷购电使用方法、家庭节约用电知识等,更好地服务地区经济社会发展。

下一步,本市将持续深化“电力爱心教室”公益品牌建设,在扩大全市“电力爱心教室”挂牌服务范围基础上,将实体化教室捐建由城近郊向远郊区拓展。

北京理工大学附属中学

“在我的青春种下成长的种子”

——理工大讲堂第三讲开讲

本报讯(记者 徐凡)北京理工大学附属中学“在我的青春种下成长的种子”——理工大讲堂第三讲近日在学校礼堂开讲。讲座内容为中华传统文化中的中国传统礼仪礼节,由央视7套主持人、北京电视台民俗顾问完颜思允担任主讲嘉宾。

完颜思允不仅

向学生介绍了中国汉朝和清朝的传统礼仪,还细致解读了背后深厚的文化底蕴,并和助教老师一起进行了具体演示。学生积极响应老师,参与互动,上台体验不同的行礼方式,在模仿和学习中亲身感受传统礼仪的魅力,加深了对传统文化的理解。

北京市劲松职业高级中学

中华传统文化知识与语文

职业应用技能大赛预赛举办

本报讯(记者 徐凡)记者从北京市劲松职业高级中学了解到,3月10日,中华传统文化知识与语文职业应用技能大赛预赛在劲松职高双龙校区举办。

据了解,本次预选赛分为两个赛项,一是传统文化知识与职业应用能力测试,主要考查学生对传统文化知识的了解、职场应用文写作能力和汉字硬笔书法临写;二是古典诗词诵读,要求选手在规定的时间内完成规定的诗词的诵读准备,并进行现场诵读,主要考查学生运用声情并茂的诵读

技巧和准确诠释诗词内容与情感的能力。传统文化知识测试、职场应用文写作按标准答案阅卷评分,汉字书写能力测试按照书写效果评分,古典诗词诵读由裁判现场打分,成绩优异者将由学校推荐参加市级比赛。

学校举办这次活动的目的在于贯彻落实教育部《完善中华优秀传统文化教育指导纲要》精神,增强学生对中华民族传统文化的认同感及民族自信心,提升学生传承民族传统文化的使命感、荣誉感,提高学生语文核心素养。

校园信息