

# 长沙市中考体育项目调整,男生引体向上和投掷实心球二选一 小胖们,实心球你能投多远?

每年的长沙市中考体育项目中,都有一个难倒许多“小胖墩”的项目——引体向上。不过,9月23日,长沙市教育局下发通知,将调整2018年长沙市中考体育项目——力量类选项男女生均增加“原地正面双手头上投掷实心球”项目。多位体育名师认为,这项调整对体型较胖的孩子而言,绝对是一大利好消息。

■记者 黄京 实习生 陈舒仪

## 【变化】 力量类增加掷实心球选项

目前,长沙市体育中考测试项目包括耐力类(女生800米、男生1000米)、力量类(男生引体向上或女生仰卧起坐)、技能类(篮球运球、足球运球、排球垫球)三大类。此番调整后,耐力类和技能类项目不变,力量类项目由以前的男生引体向上和女生仰卧起坐,调整为男生在“引体向上和原地正面双手头上投掷实心球”中二选一,女生在“仰卧起坐和原地正面双手头上投掷实心球”中任选一项,分值16分。两个项目的分值、计分标准以及耐力类、技能

类项目分值均保持不变。原地正面双手头上投掷实心球计分标准正在测算中,将另行公布。事实上,投掷实心球在2013年以前一直是长沙中考体育项目之一。但从2013年起,长沙中考体育考试将投掷实心球改为引体向上(男)或仰卧起坐(女)。当时之所以进行调整,是因为实心球的练习场地有限,合乎标准的器材少,日常训练较难保证。相比之下,引体向上的开展更方便广泛,更重要的是,引体向上对减少学生群体肥胖有很好的导向作用。

## 【分析】 评价标准更客观,更人性化

对于中考体育项目微调,长沙市中雅培粹学校教育处主任王基韬认为,虽然整体来看变化不大,但也表明考试评价标准更为全面、公平和客观。“对于体重大的孩子来说,可能连一个引体向上都做不了只能得0分,但这并不代表他的上肢没有力量。”王基韬分析,采取二选一的方式满足了不同学生的需求。“不过,刚进入初中的孩子应该注重锻炼身体,全面提升自己的身体素质,所有的体育项目都可以去尝试。”

长沙市明德华兴中学体育教研组长舒季花老师也表示,对于较胖或高大体型的学生来说,这个项目很可能从保底分变成满分,对于女生来说微调后可能影响不大。长沙市教育局副局长缪雅琴表示,体育中考的目的是督促学生养成体育锻炼的习惯,掌握一两门体育技巧,增强体质。事实上,引体向上和原地正面双手头上投掷实心球这两个项目都是锻炼臂力,锻炼方向一致。



## 电动方程式赛车亮相

9月23日,中南大学师生自主研发制造的第三代电动方程式赛车首次公开试驾。“身材轻盈”是新车最吸睛之处,采用全套车身制作工艺、碳纤维横臂及电动横向稳定杆。相比上一代赛车,整车质量由231kg减至220kg,百公里加速时间也由3.3秒缩短至2.8秒。两小时即可充满电,最高时速可达140公里。据了解,该赛车研制时间长达十个月,总耗费近25万元。

实习生 陈舒仪 记者 黄京 摄影报道

## 支招

### 实心球如何掷出高分

面对调整,学生们该如何选择项目?怎么才能掷出高分?舒季花介绍,引体向上项目要求上肢力量较大,而实心球除上肢力量外,还需要一定的腰腹力量和投掷技巧。“学生应该根据自己的身体素质来选择项目。”舒季花说,实心球练习主要是掌握好出手的角度和速度,通过全身协调配合完成的一连贯动作,考验学生的手臂力量和爆发力。在王基韬看来,只要掌握了正确的技术,就会比较容易提高。“对于体重偏轻的学生来说,掷实心球的绝对力量不够,做引体向上有优势。相反,对于那些体重很大,绝对力量好的可以选择实心球。”

## “同心工程”温暖百名贫困学子

本报9月24日讯 昨日,湖南“一家一”助学就业·同心温暖工程“航院·同心(2)班”“航院·同心(3)班”授牌仪式在长沙航空职业技术学院举行。此次活动由省委统战部、省教育厅主办,湖南中华职业教育社、长沙航院承办。据悉,此次签约的2个“航院·同心班”共获助40万元,长

沙航院出资20万、省温暖工程基金会和长沙市任重餐饮管理有限公司各出资10万元,资助该院2017级100名来自湖南武陵山区、罗霄山区及有关扶贫工作重点县的品学兼优、家庭贫困的学生完成大学学业,每生每年资助2000元,连续资助2年。 ■记者 黄京 通讯员 王婧妮 徐姝 王永波

## 我省成立老年医学学会

本报9月24日讯 今天,湖南省老年医学学会在中南大学湘雅二医院成立,是我省老年病学领域首个省级学会。学会将围绕老年医学和健康维护等主题,开展老年医学研

究、学术交流、人才培养、健康教育、慢病防控以及相关标准制定和医养结合模式创新等工作,促进我省老年医学和健康服务事业科学发展。 ■记者 李琪 通讯员 沙丽娜

## 交通银行湖南省分行 多措并举保障国庆期间优质服务

为方便广大市民国庆期间办理业务,交通银行湖南省分行结合实际情况对长沙市内营业网点进行了值班安排,精心筹备保障优质服务。“结合网点的地理位置及日常客流情况,我们选择了如潇湘支行、星沙支行等日常接待客户人数较多的网点,以及像银盆南路支行、万家丽路支行等靠近大型商场、市场的网点假期期间正常营业。”交通银行湖南省分行相关人士介绍,为确保国庆期间各项金融服务安全有序运行,该行将通过设置弹性窗口、实行错峰上班、调整休假安排等措施确保优质高效服务。同时,将加强自助设备等电子渠道的维护

和管理,一方面在节前对所有智能设备进行全面检查和预防性维护,另一方面安排专人在假期24小时巡视及查看监控系统,实时掌握智能设备运行情况,及时检修故障机具,确保电子服务渠道畅通无阻。据了解,长假期间,该行营业网点的营业时间为9:00至17:00,所有ATM、自助银行等电子设备正常运行,手机银行、网上银行正常服务。10月5日起,所有网点恢复营业。交通银行湖南省分行将提前对外公告网点值班安排,市民可提前了解,合理安排长假期间的银行业务办理。 ■潘显璇 蒋浩 易月 经济信息

## 相关新闻

### 校本课程百花齐放

本报9月24日讯 秀厨艺、抖空竹、行进间低手上篮……昨日,由长沙市教育科学研究院主办,芙蓉区教育局承办的2017年长沙市中小学校本课程观摩活动在育才学校举行,现场展出长沙市20所获得省级优秀校本课程奖的学校成果。

据了解,从去年6月开始,长沙市启动中小学优秀校本课程评选活动,共评选出31项市级优秀校本课程,涵盖动手实践、学科拓展、传统文化、艺术素养、体育健康等主题。随着新课改的不断深入,目前,长沙市各中小学校的校本课程开发建设已呈现出“百花齐放”的态势。

■实习生 陈舒仪 记者 黄京

**交通银行 长沙分行** 买理财,到湘淘!

102天预期年化收益率  
5.10%

产品类型	期限(天)	起售金额(万元)	预期收益率(年)	以起售金额计算预期收益(元)
高净值理财	103	100	5.10%	14392
净值型理财	102	5	5.10%	713
	85	5	4.88%	568
稳健型理财	47	5	4.82%	310
	1	1000	4.40%	1205
开放式理财	1	100	4.25%	116
	1	5	4.15%	6

交通银行于2017年9月24日起在湘淘平台上线102天预期年化收益率5.10%理财产品,该理财产品为封闭式理财产品,起售金额为100万元,还有更多产品供您选择。  
 注:1.开放日提前申购,申购时间为工作日18:00-19:30,逾期后实时认购。

湖南地区各网点:

河西支行: 0731-88731111	桐梓坡路社区支行: 0731-88609909
分行营业部: 0731-88738888	湘江世纪城社区支行: 0731-88845888
芙蓉路支行: 0731-08736399	香园社区支行: 0731-88845888
常德分行: 0736-2966666	迎新路社区支行: 0731-88609889
株洲支行: 0731-22970000	友谊路社区支行: 0731-88609889
湘潭支行: 0731-52812222	