

2024年广州市中考体育考试(以下简称“体育中考”)即将拉开帷幕,目前,考生正在密锣紧鼓地进行着考前的准备。3月28日,广州市招考办发布了考试问答以及考前温馨提示,建议考生科学备考,了解考场秩序,注意避免犯规动作。与往年不同的是,今年是“三小球”以及平行梯悬垂攀移(女)、引体向上(男)等新项目进入体育中考的首年,记者从多所初中学校了解到,这些新项目并未受到考生青睐,足球、跳绳、立定跳远等“传统项目”依然是选考热门。

■采写:新快报记者 邓善雯
实习生 庄斯梵



■足球等“传统项目”依然是选考热门。
(资料图)

广州中考体育考试4月9日开启

“三小球”等新项目热度不高

“三小球”项目可自带球拍考试

1 广州中考2024年—2026年实施新周期体育考试方案。今年体育中考保持70分不变,由统一考试(50分)和体育素质综合评价(20分)组成。2024年起,广州实施新周期体育考试方案,明确统一考试模式为一类项目“二选一”+二类项目“六选一”+三类项目“六选一”。

记者了解到,今年中考体育考试主要有三项变化。一是增加羽毛球、乒乓球、网球、引体向上(男)和平行梯悬垂攀移(女)等五个项目。二是排球和篮球项目满分标准在原标准上各增加4秒,即排球项目男生27秒满分、女生29.5秒满分;篮球项目男生30.5秒满分、女生32.5秒满分。三是特殊类听障考生50米项目满分

标准调整至《国家学生体质健康标准(2014年版)》标准。

2024年—2026年期间,体育中考中长跑和跳绳项目的评分标准继续执行2021年标准,不再逐年提高,即女生800米满分标准为3分22秒,男生1000米满分标准为3分37秒;一分钟跳绳满分标准为182次。

广州市招考办明确,考生无需携带身份证赴考,建议考生带好体育考试准考证提前半小时到达考点,通过“刷脸”核验身份后即可进入。考生严禁携带各种通信工具(如手机、无线接收、传送设备等)、具有电子存储记忆录放拍摄功能的设备进入考点。羽毛球、乒乓球、网球“三小球”项目可自带球拍。

“考生每次考完,须关注显示屏公示的成绩;若对项目成绩有疑问,须当场向仲裁审议处提出,由考点主考、裁判长和纪检员核实有关情况后做出处理。考生须在考点成绩查询打印处或考点出口处打印个人项目原始成绩单,凭已完成当天项目考试并确认无误的原始成绩单离开考点。”广州市招考办提醒道。



▲今年中考体育考试篮球项目满分标准在原标准上增加4秒,男生30.5秒满分、女生32.5秒满分。
(资料图)

相练习,互相帮忙抛球。该老师还指出,小球类运动容易受到外部因素的干扰,平时练习和考场状态可能不一样,因此考生和家长都不太愿意选择。

“三小球”为何遇冷?

2 “我和同学都很喜欢打羽毛球和乒乓球,午休和放学的时候我们会去抢球桌打乒乓球,学校还有一年一度的羽毛球班级赛。”初中生小轩告诉记者。可见,在学生群体中,羽毛球和乒乓球是广受欢迎的运动,那么,是哪些原因导致“三小球”在体育中考不受考生青睐?

记者查阅广州市教育局发布的《2024—2026年广州市初中学业水平考试体育与健康科目统一考试项目考试规则、评分标准和特殊考生医务审核指南的通知》,发现“三小球”项目在考试时都需要配备相应的发

球机,而学校如果没有发球机,将不利于考生展开备考。在走访中,不少学校向记者坦言并不具备所需的器械,有的学校甚至没有合适的训练场地。

“考生不是不愿意(选择),而是学校没有练习场地。羽毛球、乒乓球都要求室内场,学校哪有那么多室内球场?”一名海珠区公办中学体育教师无奈道。据了解,该校只有两三名学生选择了“三小球”,均为从小就开始培养特长且打法比较专业的学生,但由于学校没有配备发球机,同学们在体育课上只能互

校方将推进“三小球”课堂改革

3 “‘三小球’是今年才开始实施的新政策,但是很多同学都是从初一就开始准备足球项目,如果不是有特长的同学,一般不会在这一学年就改项去选‘三小球’。”广东实验中学初三级体育备课长苏芳告诉新快报记者。据了解,该校有1人选择了网球、4人选择了乒乓球、11人选择了羽毛球,校内已经配备有发球机供学生练习,但目前尚未有网球场,因此选择了网球的考生需要在校外练习。

在备考方面,苏芳老师提到,由于选考“三小球”的考生本身有一定基础,校内老师主要是帮助考生加强对考试线路的熟悉以及提升控球的稳定性,部分项目还会针对考生存在的弱点进行加强,目前备考在有序进行中。除此之外,要求考生拥有较好上肢力量的平行梯悬垂攀移(女)、引体向上(男)项目有10

余位考生选择,“这两个项目还是有难度的,特别是对于女生来说。”苏芳说。

谈及最多考生选择的项目,苏芳透露,男生倾向于选择“足球+三级蛙跳”,女生则是“足球+跳绳/立定跳远”,这些都是比较简单考生容易拿分的项目,而且疫情后中长跑以及跳绳项目满分标准有所降低,更成为考生首选。

但同时苏芳也观察到,在实施首年过去后,初一、初二可能有更多学生倾向于选择羽毛球以及其他小球选项,对此,学校也做好了相应的准备工作。“我们会根据选择的人数在课堂设置中增加‘三小球’项目的统筹,思考学生如何进行科学有效的练习。同时也会考虑在初一、初二体育课程上进行一些改革,比如走班、分项教学等。”同时,苏芳提到,接下来将加强教师对“三小球”的教学培训,以应对考试中更细分的标准和要求。

备考建议

避免大强度训练 防止受伤

体育中考即将正式开考,苏芳为考生们带来了考前建议。“此前考生经历了一段时间大强度的备考,现阶段最重要的是保证自己不要受伤,防伤防病。日常要保持技能与体能的常规训练,但是建议不能再上大强度了。”

广州市招考办则表示,建议考生注意休息,保证睡眠时间,以良好状态参加体育考试。注意个人健康状况,保持勤洗手、常通风、咳嗽礼仪、清洁消毒等良好卫生习惯,做好针对流感、诺如病毒感染性腹泻、水痘、流行性腮腺炎等校园常见传染病的防范。考前如出现身体不适或临时伤病,不要勉强、不能隐瞒,要及时主动向领队教师或监考人员报告。考生在考试现场如要办理择考、项目更改或缓考,可向考点申请并填写《广州市中考体育考试临场情况登记表》。