

体育学考穿增高鞋判零分

今年初中体育学考本周三开考,满分仍为60分

14日,记者从济南市教育局获悉,今年的体育学考将于本周三正式开考,考试内容和计分方法没有变化,仍为60分。今年体育学考对指标生学校的考试要求更严,考生以作弊方式增高、增重的将被判为零分,替考将被取消升学资格。

本报记者 王光营



一年一度的体育学考即将开考,图为2013年济南体育学考现场。(资料片) 本报记者 徐洁 摄

本周三正式开考 满分仍为60分

今年的济南市体育学考时间为4月16日-26日。测试项目有三项,身体形态包括身高、体重,身体素质为男生1000米、女生800米、掷实心球、立定跳远,运动技能则为篮球运球、足球运球、排球垫球任选其一。作为身体素质测试的耐久跑安排在4月28-30日进行。

根据计分规则,考生成绩由初中一、二年级和初三年级第一学期体育课成绩和本次测试项目分值组成。满分为60分,计入初中毕业、学业水平测试总成绩。其中初中阶段体育成绩占25分,身体形态5分,身体素质25分,运动技能5分。

初中阶段体育成绩为25分

是如何换算的呢?据介绍,这是由初中前五个学期体育课成绩(百分制)的总和 $\div 5 \times 25\%$ 。

体育学考对伤、病、残疾考生也有照顾办法。其中残疾考生免试计60分,长期和重症伤、病考生计45分,临时和轻症伤、病考生计35分,其初中阶段体育成绩不再计算。

测试点现场监控

指标生学校考试更严

今年的体育学考由市教育局统一组织,各县(市)区教育局负责实施。与往年不同的是,指标生学校的测试更加严格。

据介绍,在历下、市中、槐荫、天桥、高新和历城区享受市区高中学校指标生计划的初中学校,由市教育局组织选派测试人员,考生携带《2014年度济南市初中学生实验能力考查信

息技术及体育考试准考证》确认身份后,现场抽号编组,佩戴号牌入场,按项目参加测试,立定跳远等项目上实行电子仪器测试。

在测试场地上,体育学考必须设置学生抽号备考区,使用电子测试的项目集中在学校体育馆或室内场地进行,场地各测试点须安装电子监控设备进行现场监控。

穿增高鞋成绩零分

替考取消升学资格

记者了解到,在体育学考中,学生的身体形态也是一项重要内容,其中正常体重得5分,肥胖或营养不良的得3分。

为让孩子的身高体重符合标准,不少家长想尽了办法,孩子身高不够就穿增高鞋,体

重轻了随身带点东西,但今年这个办法行不通了。

根据规定,随身携带增重、增高设备的,扰乱考场秩序,擅自涂改考试成绩的,一经发现并核实,该项考试成绩判零分。对冒名顶替参加测试的,取消被顶替者当年的升学资格。违规携带手机等通讯工具进入测试场地,现场考试成绩要扣10分。

另外,初中学业水平体育考试成绩需现场确认,除主考和监考人员签名外,每名考生要在考试成绩表上核对签名确认。

为加强对初中体育学业水平考试工作的社会监督,济南市教育局公布了监督电话,教育热线:88023456,纪检监察室:66608040,中招办:66608024,体卫艺处:66608030、66608023,监督邮箱:xysptyks2013@163.com。

让灾区母亲 穿上漂亮鞋子

芦山地震一周年之际,
济南一小学为灾区母亲捐鞋

本报4月14日讯(记者 李飞
实习生 刘甲 王赛) 在雅安芦山“4·20”地震一周年到来之际,14日,济南市天成路小学启动“为灾区母亲捐一双鞋子”活动。活动现场,师生和家长共捐出51双女鞋,本周学校家委会及学生还将走进社区,走上街头,收集废品义卖来购买更多的新鞋,寄往芦山。

去年,四川雅安芦山地震发生后,济南市天成路小学发起了“六一节”圆梦活动,认领了芦山县芦阳小学和思延第一小学学生的大部分心愿,师生共捐款5402.5元,给两所学校的学生购买了各类学习、生活用品。

从此,天成路小学与芦山县的这两所小学结缘,师生一直保持着书信和电话联系。前不久,该校一名学生与思延一小的小伙伴通电话时得知,她的爸爸妈妈忙于灾后重建,非常辛苦。“我的心愿是能给妈妈买一双舒适漂亮的鞋子,而我却没有那么多钱。”思延一小的这名学生在电话录音中表示。

天成路小学大队辅导员耿双告诉记者,学校得知此事后,决定在庐山地震一周年到来之际,启动为灾区母亲捐鞋子的活动。

14日下午,在该校操场上,学校举行了启动仪式。经过前期的宣传,现场学校师生、家长共捐出51双新鞋。天桥区天东办事处、天桥区城管执法局女子中队、家委会也加入了献爱心队伍。

为了给更多灾区的母亲募捐爱心鞋,天成路小学的爱心行动将持续一周。学校家委会及雏鹰义工小队成员将走进社区,走上街头,在市民中宣传,以搜集更多的废品,利用卖废品的钱购买更多的新鞋子。“这些鞋子将在地震一周年之际,寄给思延一小,由学校转交给学生家长。”耿双说,希望家中有废品的,或者有全新闲置的女式鞋子,都可以在本周内送到学校。



14日,天成路小学的学生们展示募捐到的爱心鞋。

本报记者 李飞 摄

体育学考临近,学生突击训练 体育老师:关键要找准“节奏”

本报记者 王光营

“孩子要考试了,我每天都陪孩子在小区跑上几圈。”14日,市民于先生告诉记者,他的孩子马上就要参加高考,为了能顺利过关,他每天都陪孩子

一起训练。虽然运动量不小,可效果并不明显。

对此,龙奥学校体育老师袁超烈表示,初三体育学考前,各初中学校一般都会安排相应的训练,提高学生的身体素质,放学后家长也会督促孩子参加

锻炼。

袁超烈表示,虽然临近考试,但家长和学生都不要心急,平时在家中练习前一定要做热身运动,做好防护,千万不要在考试前身体受伤,影响正常发挥。

“运动量不一定大,但一定

要找准考试节奏。”袁超烈表示,在考试前,学校都会组织学生参加模拟考试,从一月一次到一周一次,让学生熟悉考试规则。在考试前几天,考生可按照考试的规范进行练习,找找考试的感觉。

皮肤病为何总是治不好?

很多皮肤病患者都有这种经历,那就是反复治疗反反复发。“为什么皮肤病总是治不好呢?”在济南北大皮肤病医院诊疗中心,不少患者不止一次的向皮肤病专家顾洪伟主任。

“皮肤病发病率因复杂,外伤、感染、遗传、食物过敏等都可能导致复发。”顾主任介绍,皮肤病之所以反复最大的原因就是没有确定病因,治疗不对症。尤其是很多由于食物过敏导致皮肤病的患者,并不认为食物是主因,对忌口的事情也不在意,就导致皮肤病反复发作。

“生物渗透疗法” 终结银屑病梦魇

“我们曾接触过这样的患者,患病五年一直反反复复,直到在我院治疗确定是由于治疗过敏才忌口,康复后再也沒有复发。”顾主任说,发现病因确定之后,最重要的就是选择合适的治疗方式。济南北大皮肤病医院独创的“生物渗透疗法”配合对症分型的“国家中药保护配方”治疗,疗效迅速,绿色安全。药物直接作用于病变部位,扩张毛细血管,改善皮肤外周血液循环,快速改善银屑病局部炎症。

“济南北大皮肤病医院治疗效果就是好!再也不用担心复发了!”众多康复出院的皮肤病患者对济南北大皮肤病医院的“生物渗透疗法”赞不绝口。

专家解析:银屑病患者日常饮食注意事项

北京皮肤病治疗专家、济南北大皮肤病医院会诊专家葛蒙梁教授称饮食是治疗银屑病的关键因素,建议患者控制饮食,注意饮食细节。

他指出银屑病患者在饮食或食用海鲜以及辛辣食物时,若出现过敏现象,应忌食此类食物。饮食以谷类食物为主,多食蔬菜,忌多吃一些粗粮、杂粮等。多食含维生素A丰富的食物如蛋黄、牛奶、牛乳、绿叶蔬菜、玉米等。以及含胡萝卜素较多的食物如胡萝卜、红薯、青豆、西红柿等。含维生素E较丰富的食物如花生、鸡蛋、瘦肉、牛油、绿色蔬菜等。同时,还要禁食豆类或其制品及奶类制品,有利于补充植物蛋白而不能吸收的不足。

最后,葛蒙梁提醒,银屑病患者饮食固然重要,但是,治疗银屑病最根本的方式是及早发现及早到专业的专科医院进行科学系统的治疗,切勿拖延,加重病情。



葛蒙梁主任医师
北京医院皮肤科主任
北京大学皮肤病学系教授
卫生部中央保健委员会会诊专家

济南北大皮肤病医院

0531-8833 6666

网址: www.jnbd120.com

皮肤病治疗者饮食忌一须谨循

济南北大皮肤病医院专家提醒,合理的饮食习惯是皮肤病康复的重要辅助方式

本报记者 王光营

“孩子要考试了,我每天都陪孩子在小区跑上几圈。”14日,市民于先生告诉记者,他的孩子马上就要参加高考,为了能顺利过关,他每天都陪孩子

一起训练。虽然运动量不小,可效果并不明显。

对此,龙奥学校体育老师袁超烈表示,初三体育学考前,各初中学校一般都会安排相应的训练,提高学生的身体素质,放学后家长也会督促孩子参加

锻炼。

袁超烈表示,虽然临近考试,但家长和学生都不要心急,平时在家中练习前一定要做热身运动,做好防护,千万不要在考试前身体受伤,影响正常发挥。

“运动量不一定大,但一定

要找准考试节奏。”袁超烈表示,在考试前,学校都会组织学生参加模拟考试,从一月一次到一周一次,让学生熟悉考试规则。在考试前几天,考生可按照考试的规范进行练习,找找考试的感觉。

14日,天成路小学的学生们展示募捐到的爱心鞋。

本报记者 李飞 摄