

# 哈市今有雷阵雨

局地中到大雨 注意防暑

生活报讯 (记者李威兵) 记者从省气象部门了解到,哈市6月30日~7月2日多降雨,降雨同时易出现短时强降水、雷雨大风、雷电、冰雹等对流性天气,人员、车辆、船只遇到强对流天气时应及时躲避,注意防范雷击事故。近期气温有所下降,但白天仍然偏高,尤其是在非降雨时段,会感觉有些闷热,广大市民应注意防暑降温。

**全省天气预报**  
6月30日白天:大兴安岭、黑龙江北部多云,其他地区多云有阵雨或雷阵雨。6月30日夜间到7月1日白天:齐齐哈尔、绥化、大庆、哈尔滨、佳木斯、双鸭山、七台河、鸡西、牡丹江多云有阵雨或雷阵雨,其他地区多云。7月1日夜间到2日白天:大兴安岭、黑河、伊春、齐齐哈尔北部、绥化北部、鹤岗、

佳木斯阴有中雨,其他地区阴有小雨。6月30日白天最高气温:大兴安岭25~27℃,其他地区28~30℃。近期我省多局地短时强降水、雷暴大风等强对流天气,请实时关注天气变化,注意防范。  
**哈市天气预报**  
6月30日白天:全市多云有雷阵雨,局地雨量中到大雨;西南风2~3

级;最低气温20~22℃,最高气温27~28℃。6月30日夜间至7月1日白天:全市多云有雷阵雨,东部中雨;西南风2~3级;最低气温20~21℃,最高气温28~29℃。7月1日夜间至2日白天:1日夜间全市大部中雨,2日白天多云有雷阵雨;西南风3~4级;最低气温21~22℃,最高气温28~30℃。

商圈 景区 医院 学校……

## 冰城交警严查重点区域违停

生活报讯 (记者何兴丽) 哈市公安局交警部门近期集中开展文明停车静态交通专项整治,精准打击商圈、景区、医院、学校等重点区域违停乱象,全力打造文明、有序、畅通的交通环境。

据悉,交警部门推行“一点一策”治理方案,按照“头齐、顺向、入位、车头一致朝外”的管理标准,对重点区域实施全方位、不间断巡查;借助移动警车抓拍、电子眼摄录等手段,严格规范全市静态停车秩序;同时集中清理挡车设施,废弃汽车,进一步提高公共停车资源利用率。

29日12时许,在周末商圈车流高峰来临前,交警太平大队在先鋒路、红旗大街、淮河路等严管街沿线开展违停治理专项行动。巡逻过程中,黑AK036\*、黑E265J\*等违停车辆被交警逐一取缔,并粘贴违停告知单,驾驶人将被处以罚款100元。15时20分许,交警太平大队一中队在第一专科医院周边整治违停时,发现黑A1JR0\*号轿车违停斑马线,致使道路拥堵,行人通行受阻。交警利用智



能识别系统迅速完成取证、粘贴告知单、通知等执法流程,快速恢复道路畅通。当天下午,执勤交警在卫星路巡逻时发现,黑AK2U7\*号白色小货车停在某小区消防通道门前,交警对其粘贴了违法告知单,并联系车主要求其尽快驶离,车主将面临罚款100元的处罚。

生活报讯 (记者栾德谦) 29日,哈尔滨交通集团公共交通有限公司(以下简称公交公司)第一运营分公司112车队首末站正式迁移至黑龙江省第三医院院内,并举行发车仪式,标志着城市公共交通与医疗服务深度融合迈出了崭新一步。

记者从公交公司了解到,此前有部分乘坐112路公交车前往黑龙江省第三医院就诊的乘客反映,从公交站点到医院入口存在步行距离长、换乘不便等问题。为有效改善这一情况,公交公司与黑龙江省第三医院经深度调研对接,将112车队首末站迁移至省三医院内。此次调整是公交公司聚焦市民就医出行痛点、精准优化服务的重要举措,旨在为市民提供更加便捷、高效的就医出行体验。

发车仪式上,公交公司总经理石宏刚表示,公交公司将持续根据市民



出行需求,科学调整112路发车时间与班次间隔,切实缩短乘客候车时间,让市民就医出行更加省时、省心。同时,该公司将持续强化驾驶员服务培训,严格以文明驾驶、热情服务的标准要求每一位驾驶员,让乘客在乘车过程中感受家一般的温暖。

哈市物企参加消防安全培训

## 加强日常巡查 防患未“燃”

生活报讯 (记者仲亮) “小区内的电动车不仅要严防‘飞线’充电,还要在电梯内安装智能阻止系统,进行技术防范……”日前,哈市住建局与市消防救援局联合召开“全市住宅小区物业服务企业消防安全警示教育暨专项培训会议”,深刻吸取居民住宅小区火灾事故教训,进一步提高物业企业消防安全管理标准化、规范化水平,确保广大居民的生命财产安全。

培训会上,哈市消防救援局首先组织与会物企负责人观看《火灾警示教

育片》和《全市物业服务企业消防安全标准化管理示范片》,并结合典型案例分析,让各物业服务企业知晓火灾发生的原因及可采取的预防措施,同时针对物业小区存在的消防隐患问题提出相关整改要求。

会议要求,要加强小区消防安全宣传教育,提高业主的消防安全意识;要定期检查维护消防设施设备,确保灭火器和消防栓等设备处于良好状态,随时可用;要规范电动自行车管理,禁止电动自行车进入户和“飞线”充电,禁止

电动自行车停放在地下室或架空层;要制定应急预案并定期组织安全演练,确保在紧急情况下业主和工作人员能够迅速反应、安全有序疏散和自救;要加强日常巡查,及时发现并消除火灾隐患,确保消防通道和安全出口畅通无阻。

会议还提出,各物业服务企业要重视消防安全工作,进一步把消防安全工作做好、做实,把各种安全隐患消除在萌芽状态,采取有效措施杜绝一切火灾事故的发生,真正做到防患未“燃”。



**福彩中奖号码**

**福彩双色球**  
第25073期  
02 07 10 27 30 33+11

**福彩3D**  
第25170期  
475

**福彩p62**  
第25170期  
317635+0

**福彩22选5**  
第25170期  
02 06 08 17 20

## 老年公寓 华泽养老院

招自理、半自理、卧床老人,吃的好、住的好、玩的好,对半自理和卧床老人提供专业护理。交通便利,配套齐全、药店、洗衣房、食堂、专业医护队伍、老年大学、琴棋书画特色班、24小时热水、冰箱、互动电视、无线网络等。哈西红星城3号楼

电话:0451-51025111,18545866229  
乘坐57.58.236公交车直达

## 茶脉新语

徽茶始祖一松萝茶 新茶到店 欢迎品鉴



品茶电话  
18645049997  
地址:哈市南岗区南直路信恒茶城富一层B5茗缘茶行(勐库成氏专卖店)

**生活报申建广告**

受理地址:哈尔滨道里区段街1号生活报一楼103室

刊登 84681180

15004697804

13613600156

# 中考体测为啥改? 改了啥?

——体育中考改革观察

据新华社电 又是六月考试季,随着各地中考陆续落幕,中考体育成绩也成为社会关注话题。近五年来,体育中考改革步伐加快,分值提升、形式革新。这项关系千家万户的考试,因何而变,又都改了什么?

## 以考“破题” 倒逼孩子“动起来”

4月16日一早,安徽省合肥市中考体育考点、第七中学南门外聚集了不少考生,在领队老师指导下有序热身,外圈围着送考家长,盛况几不亚于文化课考试。每年在体育中考集中的四至五月,这样的场景都会在各地上演。体育曾是被忽略的“副科”,如今却牵动着每一位家长的心。这种变化,与改革“动真格的”、中考体育分值不断攀升直接相关。近年来,青少年“小眼镜”“小胖墩”“小豆芽”“小焦虑”等四小问题凸显。连续几年数据显示,我国6至17岁青少年约五分之一面临超重和肥胖;儿童青少年近视率超50%;约有500万中小学生学习出现脊柱健康问题……

2020年,《深化新时代教育评价改革总体方案》《关于全面加强和改进新时代学校体育工作的意见》等文件连续发布,要求改进中考体育测试内容、方式和计分办法,科学确定并逐步提高分值。“考考考,老师的法宝;分分分,学生的命根。”云南大学体育学院院长王宗平认为,为扭转青少年体质困境,体育中考是行之有效的“破题点”,用“指挥棒”效应倒逼家校重视,让孩子们切实“动起来”。

云南省教育厅体卫艺处副处长李华海说,云南中考满分700分,体育占的100分举足轻重,各方重视程度自然提升。随着改革推进,学校体育工作日益落到实处。江西芦溪县的一名家长曾德喜说,孩子过去常生病,如今体质变好了。

从今年情况看,合肥市共有4.28万名学生参加体育中考,45.57%的考生获得满分60分,平均达到57.42分;北京延庆区香营学校平均分达到49.3分(满分50分),自2022年以来,该校学生体质健康优秀率从22.7%跃升至51.1%。小学也提前“备战”,北京第二实验小学学生的体测优秀率在六年间提升了约15%。



以考“破题” 新华社发 徐暖 作

## 提分扩容 体育中考改了啥

随着相关文件政策不断出台,各地切实“动了起来”,主要改革趋势如下:——分值权重跃升,体育渐成“主科”

2020年,云南率先将中考体育从50分提高到100分,分值上与语数外持平,体现了体育“主科”地位,也符合国家文件中“体育与语数外同等重要”的导向。其他地区积极跟进。河南自去年起将体育分值由70分提升至100分;北京近年来将体育由30分逐步提至50分,并发文明确在2029年达到70分;江西则从2015年的10分逐步提升到60分并延续至今。

——完善考核结构,优化评价体系  
不少地区摒弃了传统的“一考定终身”,转为过程性评价与终结性评价结合。北京要求学生运动。改革的目的,就是引导学生日常自主锻炼,充分发挥体育的育人功能。

一些地区对评分方式进行了创新。疫情后,云南一度将中长跑项目由“计时”改为“计次”,学期内跑够次数即合格,保障安全也培养运动习惯;此外,可将竞赛成绩折算入中考分数。

科技手段应用日益广泛。合肥包河区教育体育局副局长张艳说,当地正在探索将AI等智能设备应用于过程性评价,“比人工更准确,也防止争议。”——丰富项目设置,满足个性需求  
王宗平认为,体育中考改革应优化项目设置,体能与技能并重。

北京近年来将项目由“8选3”扩充为“22选4”,兼顾素质项目与个人兴趣;江西鹰潭将中长跑作为唯一必考项,其余项目“6选2”,涵盖篮球运球、排球垫球等,鼓励学生掌握1至2项运动技能;在广西,民族体育项目成为一大亮点,南宁将抛绣球纳入中考,侧重“玩有所得”。

## 一考永逸? 配套改革不能少

体育中考改革成效初显,但深入探讨仍在继续。张艳认为:“没有完美的考试。目前的体育中考满足了绝大多数人的需求,数年实践下来运转流畅,家长、老师和学生普遍接受。”她觉得,第一步还是重在倒逼“动起来”,改善青少年体质;未来可在此基础上持续优化。

学校体育并非一“考”永逸。针对一些“考什么练什么”的体育应试倾向,合肥市教育局副局长陈雪梅说:“学校体育需要各项工作的积累,在此基础上,体育中考才能真正发挥其促进青少年健康成长的牵引作用。”

配套改革正同步深化。今年以来,各地教育部门要求落实每天“一节

体育课”“体育活动两小时”,对保障运动时长、丰富体育活动提出刚性要求。北京第二实验小学开展“体育是第一学科”改革,学生可以在体育课上自主选择项目;江西芦溪镇第三中心学校的课后服务提供多种体育“菜单”,学生参与率高达99.1%……

“要让‘运动成为一种生活方式’的理念浸润校园。”北京第二实验小学校长芦咏莉说,体育塑造完全人格、培养核心素养的作用不可忽视。除了中考之外,还应“持续进行体育教育改革,构建育人新生态。”

考试只是手段,不是目的。“目的如今年政府工作报告所说,是让青少年在运动中强意志、健身心。”陈雪梅说。

## 首个“中考体育100分”啥效果?

2020年11月,《云南省初中学生体育考试方案》将中考体育总分由原来的50分提高至100分。云南成为全国首个把中考体育分值提高到100分的省份。

根据方案,云南体育中考由“三年一考”变为“一年两考”,每学期均采用“随时考”和“定时考”相结合的方式。学生最终成绩由初中六个学期考试总成绩和年度参加各级体育竞赛加分综合确定。

谈及五年来的变化,云南省教育厅体卫艺处处长龙微感慨:“以前体育课被挤占的情况常见,现在不仅学校重视,家长也陪着孩子一起运动。改革的目的,就是引导学生日常自主锻炼,充分发挥体育的育人功能。”

教育部基础教育质量监测中心公布的布的数据显示,2024年,云南省每天安排大课间活动的学校比例为93.2%,较2021年增加18.6个百分点。

龙微介绍,配合中考体育改革,云南还推行中小学壮苗行动计划,孩子们“身上有汗、手脚有力、眼里有光、脸上有笑”正成为校园日常。

王宗平说:“体育中考改革是落实德智体美劳全面发展教育方针的重要举措,有助于扭转长期以来弱化体育的教育倾向,发挥好校园作为育人‘主阵地’的作用。”

## “四小”问题缓解了吗?

在率先推出中考体育100分的云南省,儿童青少年总体近视率低于全国平均水平,还出现不少“零近视”小学。

红河哈尼族彝族自治州屏边苗族自治县的湾塘小学以“零近视”成为全国典型,全校500多名学生视力均为5.0或以上,其秘诀已广为人知:每天三小时户外运动、在校不用电子产品……校长孙付标表示,习惯的培养,让这些孩子上中学后近视的也很少。

云南“零近视”小学还包括孟连县马山镇腊福小学和公信乡支的小学等。

在江西南昌,体育中考改革充分调动了学生体育锻炼的积极性,学校也顺势而上,通过进一步丰富项目、开展联赛,营造全员参与的体育文化。2024年,该市西湖区学生近视率同比下降0.5%,肥胖率降低0.17%。

2021年底,北京市教委发布《北京市义务教育体育与健康考核评价方