

专题 21-5-4：中考体育应该咋备考？

大家好！两办文件明确提出中考体育需要优化，对于学校和学生来讲，应如何为中考体育做准备呢？

消除“唯分数”现象。中考的目的不能仅仅盯在分数上，唯分数会急功近利，忽略初中体育的育体、育心综合育人。重视中考体育，不能忽略综合育人价值，要消除单纯“唯分数”现象。

体能“全面性”提高。中考体育离不开体能基础效应，需要速度、力量、耐力、柔韧、灵敏、协调、平衡等全面提高，既有助于学生发展，又能为中考体育奠定基础，不能考什么就练什么。

技能“系统性”学练。中考体育专项技能测评尽管选择某单个或组合技能，但教会学生的目标应定位在能“理解、掌握和会用”，对某项运动有完整概念，系统学练，更能达到理想中考。

好了，就到这里，下期再见！