

引体向上 难倒多少初中生？

近日,根据教育部最近印发的《国家学生体质健康标准(2014年修订)》(以下简称标准)新学期开始普通高中、中等职业学校和普通高等学校学生毕业时,体育测试达不到50分,将拿不到毕业证,也没有资格参加评优和评奖。值得一提的是《标准》中有一个必测项目引来了外界的众多关注——初中以上男生必须测引体向上。近日,记者也通过对上海市黄浦区几所初中进行了调查发现,大部分尤其是体质偏胖的男生,完成这项测试的难度颇大。数量不少的学生甚至经过了两年的锻炼,依然无法“成功达标”。

本版撰文 青年报记者 杨羨之

20人最多七八位达标

根据规定,每个学校每学年要按照《国家学生体质健康标准》对本校所有学生进行一次体质健康测试,项目测试的单项与总分的评价等级分别为:优秀、良好、及格和不及格,分别记入每个学生的《国家学生体质健康标准登记卡》。全国各级各类学校每年均直接将本校各年级测试数据,经当地教育部门审核后报送至教育部“国家学生体质健康标准数据管理系统”。

其中,引体向上这项必测项目,中学生完成6个成绩为及格,能够完成10个及以上则是优秀。这个标准,对于学生来说又是否存在难度?相较于其他项目,引体向上的达标率是非常低的。“在接受采访时,黄浦区一所中学的王姓老师向记者透露,以一个初一班级大概20个男生来说,目前最多也就只有七八个能够达到合格。”当看到记者露出惊讶的表情时,这位王老师继续笑着说道,“这还算是比较好的,有些班级是几乎

没有人能够完成,其中连拉一两个的都很少。”

随后,记者在与该名老师“体验”了一堂体育课之后,事实也在证明了他的观点。这个属于本所学校体育成绩尚佳的班级中,18位初一男生仅有体育委员在老师的“帮助”下才完成了10个引体向上。其中,6名男生在老师抓扶后背可以借力的前提下,大概完成了2至3个,剩余的11名男生更是仅能完成1个“半个”乃至始终无法让身体“上升”。

与此同时,王老师还向记者介绍,初二、初三年级段经过了一两年的锻炼,以及身体发育程度加强,大约一半左右或者三分之二比例的男生能够达到6个“及格线”。“但是还有很多,依然是1个都不能完成。”王老师说,“总体来说,目前整个学校三个年级的总达标率,大概也就三分之一左右吧。”

胖子只能放弃分数

直至初三依然无法完成引体向上的测试,这样的学生在每一所中学,目前并不少见。其中,最大的“困难户”便属于那些体质偏胖的学生。“现在随着生活水平的提高,营养摄入已经不仅仅是充分,很多时候是过剩,这就导致了许许多多学生体质偏胖。”在记者的调查中,一位李姓老师透露了这样的消息,“你身高体重上去了,但是人体的基本生理规律还是摆在那里,你的力量很多时候并没有跟上,或者说正常情况下不可能跟上。这就导致了许许多多学生在做引体向上时,自身力量完全无法拉动自己的体重。”

记者在黄浦区另一所初中的初三班级,看到了这样的一幕。一位身高大约1米8的男生,无论是手臂臂围抑或整体外形,都已经接近正常成年人。只是在做引体向上时,哪怕小脸涨得通红,依然只能完成“1个半”。而他身旁的老师也告诉记者,这个男生已经“苦练”了大概半年多,可是效果还是很不理想。而且这个年纪,你不可能也不允许上大分量的力量训练,不然会影响他的身体发育。这也就导致了,正常的练习下,

瘦小的学生比偏胖尤其是肥胖的学生,进步空间大得多。”

随即,这位老师还指着不远处另一位身高大约1米7的学生,“你看他就是,一开始也只能靠着蹦上去去做1个,可一年下来现在轻松做六七个。”这位老师还向记者透露,一般学生能够独立完成2个的时候,基本上后面正常练习最终都能成绩达标,可是最麻烦也是前两个,当你1个都拉不起来时,那就怎么练都没戏了。”

正因为如此,许多体育老师在接受采访时,对此也是颇为无奈地表示,“胖子很多时候只能放弃这项测试,因为练了也没有太大作用。”只是,按照规定,每一年每所学校都需要把学生的“成绩”最终报送至教育部“国家学生体质健康标准数据管理系统”。放弃“引体向上”,是否会最终影响这些学生拿到毕业证?对此,记者也是从诸多体育老师处获悉,“胖子们”只能在其他项目上多下苦功。“最终看的是你的一个平均成绩,这项真的要完不成,那就只能在一千米、单杠、篮球、足球、排球等项目上多拿点分数,努力去弥补掉这项缺陷。”



鼓励并激励学生运动,对全民体质的增强、全面性发展非常有利。



看看蛮简单的引体向上对于初中生来说并不容易。



某中学体育场,女学生们在进行仰卧起坐训练。

大批连锁酒店接入微信系统,解决传统行业痛点

智慧酒店怎么玩?随着街町酒店、布丁酒店先后上线微信“智慧酒店”系统,这一行业内炙手可热的解决方案终于揭开面纱。据了解,该方案的要点包括:酒店服务移动互联网化(自助化)、会员体系及客户沉淀数据化、客户服务个性化等,将有效解决酒店行业面临的四大痛点,即体验同质化、高成本、渠道依赖过重和客户难以沉淀。

此外,据可靠消息,维也纳精品连锁酒店、开元酒店、7天连锁酒店、华住酒店、桔子酒店等酒店行业知名品牌,都在计划陆续接入微信“智慧酒店”解决方案。

“智慧酒店”解决方案 破解酒店业四大痛点

本报体验后发现,“智慧酒店”的方案解决了酒店行业在移动互联网场景下的许多重要节点,如位置、社交、服务、支付等,有助于酒店业重构服务模式。

痛点:体验同质化+高成本。

解决方案: 微信“智慧酒店”自助系统。省去前台,直通客房,让用户从查询到开门进房、退房全部微信完成。

示例: 街町作为首家启用微信“智慧酒店”自助系统的酒店,其杭州西湖湖上线微信“智慧酒店”自助系统以来,订房比例已超过10%,预计在一年内,订房率将超过30%。

痛点:渠道依赖过重+客户难以沉淀。

解决方案: 离店触达,意见反馈体系+更精准的CRM体系。微信一对一社交沟通能力让酒店在住客离店后,仍可触达用户,并记录住客入住习惯信息,提升入住体验。

示例: 7天连锁酒店现有200万会员,日均微信订房超过5000单,其中,“公众号+微信支付”的模式有效解决了大量的问题;桔子酒店也正在整合集团400万会员资源,建立微信泛会员体系。

三大能力让酒店行业智慧升级

酒店行业正从规范化、规模化向智慧化阶段过渡。微信具备的移动互联网化、社交化和数据化3大智慧能力,迎合了酒店行业互联网化过程中的“刚需”。

据悉,未来,酒店行业还将通过微信挖掘更多好玩的体验。桔子酒店就在微信上率先推出酒店房间内“试购物”体验,未来还将实现“房间内所有东西都可买走”的住店体验;华侨城洲际酒店等一些以高端商务会议为主的酒店,正在尝试利用微信平台打造微信会议系统,如微信会议签到、微信提醒会议行程、会议票务(餐券、会议证)等。

随着各大酒店纷纷启用微信“智慧酒店”解决方案,利用微信实现智慧升级,酒店行业也将为人们带来更多想象空间。

(王霞)