

2012年中高考体育考试方案出台

本报讯

市教委日前出台了《2012年上海市初中毕业升学体育考试工作实施方案》，体育考在今年的上海中考总分中占分仍为30分。市教委要求各区县在今年4月底前完成上海市初中毕业升学体育统一考试项目测试，每位考生的全部项目必须在当天内连续完成（游泳项目可另定）。

据了解，体育考试由统一考试和日常考核两个部分组成，其中统一考试为15分，日常考核为15分，计入升学考试的总分。

体育统一考试分设四类项目：

第一类项目满分为6分，第二类项目满分为3分，第三类项目满分为3分，第四类项目满分为3分。第一类项目：长跑（男生1000米，女生800米）、游泳（男、女生均为200米）；第二类项目：50米跑、立定跳远、实心球、跳绳、引体向上（男）、仰卧起坐（女）、游泳（25米）；第三类项目：垫上运动、单杠、双杠、横箱分腿腾越；第四类项目：篮球、排球、足球。每位考生应参加4类项目的考试。可在上述各类项目中各选择一个自己擅长的项目作为考试项目，项目一经选定后，不得更改。个别因

伤、因病等特殊情况确实不宜、不能参加第一类项目测试的学生，允许其申报后在另三类项目中选1个项目（不能与原选项目重复）替换第一类项目参加测试，其成绩以实测项目的成绩分值计。

日常考核由《体育与健身》学科考试成绩和《国家学生体质健康标准》综合评定结果两部分组成。其中《体育与健身》考试成绩满分为6分（九、八、七年级各为2分），《国家学生体质健康标准》综合评定结果满分为9分（九、八、七年级各为3分）。

快报

桃浦中学 专家为骨干教师做专题讲座

本报讯 记者 姜浩峰

近日，普陀区教育局局长助理、上海市历史特级教师周飞应邀来到桃浦中学，为桃浦地区教育联合体12个单位近200名骨干教师开设了一堂精彩的讲座——如何进行教学设计。讲座一开始，周飞老师就语重心长地告诫老师们：“作为教师，必须要清楚两个问题。为何教？如何教？”紧接着，他以分析“美剧如何吸引观众眼球”为导入，阐释了美剧带给我们的教学启示。接着，周飞老师又对老师们提出一个“关注课堂效果”的要求。最后，周飞老师用清朝张潮的一句话结束了整堂讲座：情必近于痴而始真，才必兼乎趣而始化。

扬子中学 开展禁毒专题教育活动

通讯员 石琴昌

为了进一步增强学生的自我保护意识，提高他们的防毒、拒毒能力，崇明县扬子中学在城桥镇禁毒办的支持下，在本学期开学初就开展了禁毒专题教育活动。通过观看“禁毒宣传KT板”、分发禁毒宣传资料、观看宣传片等形式，进一步加大了“珍爱生命、远离毒品”的宣传力度，给参加这一活动的500多名高中学生带来了启迪与思考。同学们纷纷表示，一定会珍爱自己的生命，沿着正确、健康的人生轨道前进。

康城学校 交通安全宣传进校园

为提高学生交通安全意识和自我保护能力，近日，康城学校德育处邀请浦交警大队的宣传科赵科长来校进行“交通安全知识”宣讲。宣讲中，赵科长首先通报了当前交通安全事故发生的现状，深入分析了事故发生的原因，详细介绍了康城学校在道路交通中的地理特点和大家应当如何保护自身的安全。赵科长建议同学们一定要牢记“安全第一”的原则，自觉遵守道路交通法律法规，不要抱有侥幸心理。紧接着由赵科长通过一些交通事故案例来分析交通安全问题，提醒同学们日常出行要遵守交通规则。

继光初级中学 收集“再生纸”

近日，继光初级中学环保社开展了“再生纸”环保宣传活动，鼓励大家把用完就要扔掉的废纸，如：用完的草稿纸、旧作业本等，收集起来，进行回收再利用。环保社的社员们还走进各个教室，将各班一周以来收集起来的废纸进行称重回收。回收之后的钱则作为各个班级爱心卖的捐款。家长和同学们都十分支持此次活动，还将本要家里回收的旧报纸、硬纸盒，也一起拿到学校进行回收。这次活动不仅为环保做了一份贡献，还能为贫困儿童们献上爱心，真是一举两得。

争做有志少年， 传承伟人精神



本报讯 记者 王钰倩

在周恩来总理诞辰纪念日前夕，格致初级中学迎来了一位特殊的客人——周恩来的侄子周尔鏊老先生，周老先生不仅为同学们带来了一场精彩的演讲，还为学校的志愿者服务队授旗。

活动当天，在格致初中九楼报告厅，同学们济济一堂，聆听周尔鏊老先生精彩的报告。周老先生以“周恩来总理对中

华青年学子的期望”为题目用一张张史料照片向同学们讲述了他青少年时期在周总理身边生活时的小故事，从生活点滴小事中体现了周总理的伟大与人格魅力。随后，周尔鏊老先生向学校“翔宇”志愿者服务队授旗。当周老先生得知志愿服务队的名字——“翔宇”是以周总理的字为名，代表着“大鸾翔宇，志在千里”时，周老先生颇感欣慰。志愿队队长还道出

了服务队同学们的心声：作为新世纪的少先队员，我们将学习鸾鸟展翅翱翔，学习伟人精神，从小树立远大志向。据悉，在今后的日子里，“翔宇”志愿者队的队员将走进周公馆开展志愿服务，引领格初学子践行伟人精神。

午餐过后，周老先生又与校“小小讲师团”的同学们进行了一次座谈交流。同学们向周老先生提了许多问题，从“周总理对周老先生的教诲”到“与周总理间记忆最深的一件事”，从“周总理对周老先生的影响”到“怎样传承周总理的品质”，周老先生将自己与周总理的故事娓娓道来。周老先生说，周总理事事严于律己，对小辈也是寓情于严，希望青少年学生从小学习周总理精神，要做一个有原则的人，也要做个有精神的人。最后，周老先生留下了墨宝，激励格初学子学习“翔宇”精神，长大后做对国家有用的人才。

飞利浦将节能照明 推向学校

近日，北京市发改委与北京市节能环保中心联合飞利浦照明，来到北京市石景山区实验小学、八角北路小学等36所学校，向52000位同学赠送节能灯，并推广普及节能知识。此次活动是为了贯彻北京市关于《北京市淘汰普通白炽灯照明行动计划》工作的深入开展，通过让孩子们自己动手替换家里的白炽灯，培养他们的节能观念。伴随着一盏盏节能灯在家长与孩子们手中共同点亮，京城五万户学生家庭也在节能之光中迎来“绿色”的龙年。

对于这次活动，不少学生家长反映，此举不但能让孩子们亲身体会书本中节能与环保的关系，而且以全家协作的方式替换白炽灯更能让孩子们记住这些道理。飞利浦照明中国高级市场总监余泳涛表示：“2012年，飞利浦将进一步配合政府部门的工作安排，加大节能照明和低碳生活的传播和普及力度。让每一个家庭都成为环境保护的宣传者、实践者和受益者。”

此次活动也是飞利浦2011年“我行动，我绿动”节能推广活动的继续深化，并拉开了2012年主题活动的序幕。作为全球绿色照明的领导者和倡导者，飞利浦照明一直积极推动将节能照明推向基层、推向社区、推向百姓的生活。

长镜头



前不久，上海市南洋中学的同学们在老师的带领下来到了松江大学城的冰壶场，第一次亲密接触了冰壶这项新鲜有趣的运动。

冰壶的魅力

微博·互动 学生导报微博 <http://weibo.com/xueshengdaobao>

新学期的《学生导报》又和大家见面了。今天恰逢“3月5日学雷锋”纪念日，我们推出了《“学雷锋”专辑》。在里面，同学们不仅能看到雷锋的动人小故事，了解各个时代雷锋精神的内涵，还将感受活跃在我们身边的“小雷锋”们的风采。而在之后我们也将在校“校园版”上推出“学雷锋”小专栏，寻找身边更多的小雷锋，探讨新时代的雷锋精神。欢迎同学们通过微博、邮件等形式参与我们的讨论，推荐你身边的“雷锋”。