



# “9选5”！ 今年兰州体育中考有调整

本报讯(奔流新闻·兰州晨报记者武永明)记者2月13日从兰州市教育局了解到,2023年兰州市体育中考有调整:取消必考项目,考生可在规定的9个项目内自选5个项目参加考试,体育科目总分值仍为50分。

根据上级教育行政部门有关要求,全省各市(州)2023年高中阶段学校招生体育考试采取在规定项目内自选的方式进行。2023年兰州市体育中考,考生在9个项目内自选5项,总分值定为50分,评分标准、考试时间与往年一致,以考生各项目实际得分之和计入中考总成绩。患有疾病或不适合参加现场体育考试的学生可以按照要求申请进行理论考试,分值同为50分。

往年兰州市体育中考考试项目分必考项目和选考项目,其中必考为三项,选考项目(六选二)由考生自行选定,每个项目为10分。男生必考项目为1000米跑、足球、引体向上;女生必考项目为800米跑、足球、仰卧起坐。选考项目为立定跳远、50米跑、掷实心球、跳绳、篮球运球、排球垫球。

项目	男生	女生	分值
项目 1	1000米跑	800米跑	10分
项目 2	足球 (30米运球绕杆)	足球 (30米运球绕杆)	10分
项目 3	引体向上	一分钟仰卧起坐	10分
项目 4	立定跳远	立定跳远	10分
项目 5	50米跑	50米跑	10分
项目 6	掷实心球	掷实心球	10分
项目 7	跳绳(一分钟 原地正摇双脚)	跳绳(一分钟 原地正摇双脚)	10分
项目 8	篮球运球	篮球运球	10分
项目 9	排球垫球	排球垫球	10分

高中阶段学校招生体育  
2023年兰州市  
考试项目及分值

## 新闻链接

开学啦!  
昨日,回到校  
园的兰州八中  
学生在操场上  
尽情玩耍。  
奔流新闻·  
兰州晨报记者  
裴强 摄



## 兰州中学生开启新学期 小学、幼儿园、特教学校明日正式开学

本报讯(奔流新闻·兰州晨报记者武永明)随着2月13日初、高中非毕业年级学生到校上课,兰州市所有中学全部开学,正式开启新学期的学习生活。

今春开学第一天,面对降雪天气,兰州九中全体教师早早到校,在校门口迎接和疏导学生安全到校上课。在前期对校园全面消毒的基础上,师生佩戴口罩通过体温检测入校,同学们按时返校校并以饱满热情投入新学期学习中。经历了一个寒假,学校及时提醒学生调整作息时间,保证充足睡眠,这样才能有旺盛的精力学习。同

时,做好学生心理调适,克服部分学生焦虑等情绪,适当参加适宜的体育活动,适应校园生活。严格落实“双减”和“五项管理”规定,规范学生仪容仪表,手机未经过允许不得带进校园。

兰州市外国语学校总体到校良好,没有无故不到校的学生,学校教育正常开展,所有学生线下上课。受天气影响,开学典礼改在教室内进行,通过网络方式让各班学生在教室内参加开学典礼。九年级学生已于2月6日到校开学,本周正常上课;七、八年级所有学科老师与同学们交流疫情期间的上

课情况,了解学生的学习状态,为今后线上线下平稳过渡做好全方位准备。体育锻炼方面,该校要求学生从慢跑和广播操做起,恢复体育锻炼,缓慢加大体育运动量,让学生德智体美劳全面发展。校长张润娥则围绕“疫后心态建设”“生命教育”“线上线下教育衔接”等对全校师生开启了今春开学第一课。

2023年春季学期开学第一天,兰州市各校教育教学井然有序。

兰州市中小学2023年春季继续采取“错峰”开学,全市幼儿园、小学、特教学校将于2月15日正式开学。

## 开学第一天, 雪的世界让孩子们更快乐!

记者手记

雪,是老天装饰大地的礼物。从12日晚上开始,晶莹的雪花以曼妙的舞姿在空中纵情,交织密集着,一直持续到13日下午。

清晨6时30分,就读于兰州三十四中的初二学生常兴起起床后拉开窗帘,哇!窗外一片白茫茫。小区院里,地上、车上、值班室屋顶都被白雪覆盖了,一夜之间这个城市成了一个粉妆玉砌的世界。

要不是上学,他好想冲出去打雪仗,堆雪人。

早餐后穿好棉衣,背上书包,下楼叫上同一单元的同班同学,小爷俩踏雪朝学校走去。每迈一步,脚下就会发出咯吱咯吱的声音。人行道路上一片银白,路边的车辆和树枝都穿上了白色的礼服,银装素裹。

路边行道树的树枝披上了银亮的轻纱,在雪姑娘的装扮下变得格外秀美,他深深地呼吸着大自然给予的清爽、滋润,顿感心旷神怡。

“平时这段路差不多20分钟就能到,今早路上积雪比较厚,怕滑倒不敢走太快,用了30分钟才到校。”常兴说。

校门口见到多日未曾谋面的老师,常兴和同学们一声声“老师好!”,让长时间隔着屏幕上网课的老师倍感亲切,一个调皮男生进校门才几步冒出一句“老师总算‘走出屏幕’了!”,让迎候的老师 and 入校的学生,瞬间笑成一团。

经历了漫长的线上教学,重新回到教室里,或许有些不适应,但今天一个不落地能坐在教室里,老师就给你们点赞,孩子们也期待在新学期能“卯”足干劲,大展宏“兔”。

“嘀铃铃”下课了,雪的世界让孩子们快乐!

大课间,天空依然飘着雪花,同学们纷纷下楼涌向操场,玩着“天女散花”“打雪仗”“堆雪人”游戏。

瞧!一个男生双手抓起一把雪,在手里捏了几下,瞄准不远处正在低头团雪的小伙伴掷了过去,嘿嘿,打中了……

一冬天没有见过的唯美场景,一个女生用雪团了一个雪球当毽子踢,可惜才踢了一下,雪球就散开了……

另一个女生情不自禁地伸出右手,一片雪精灵落到她的心,瞬间就化了……

校园广播提醒“要上课了”,操场上的雪被来来往往的孩子们踩实了,欢声笑语在校园里回荡着。

欢乐也能传递,校园一角一棵大树树枝上的积雪也落了下来。

开学了,学习紧张了,孩子们要加油才行!

奔流新闻·兰州晨报记者 武永明

## “好客山东·如意甘肃” 双向游系列活动正式开启

本报讯(奔流新闻·兰州晨报记者鲁学恩 记者玄丝雨)2月13日,记者从甘肃省文旅厅获悉,为进一步提升行业信心、激发市场活力,“好客山东·如意甘肃”双向游系列活动将于2月14日正式开启。

今年甘肃省委、省政府高度重视文旅产业高质量发展和文旅市场复苏工作,明确提出“今年要打好翻身仗,实现全年旅游

人数达到3亿人次以上、旅游综合收入达到2000亿元,旅游市场恢复到疫情前正常水平”的年度目标任务。

实施精准营销市场拓展行动,是全省文旅系统20项专项行动中的重要内容之一。省文旅厅相关负责人表示:“把春节后跨省宣传推介的第一站与落实东西部协作战略紧密结合,放在对口帮扶甘肃的山东,通过策

划开展‘好客山东·如意甘肃’双向游系列活动,采取组团‘走出去、请进来’的方式加大文旅宣传推广力度,让‘山东人陇上游’‘甘肃人齐鲁游’引领跨省旅游全面恢复,不断形成‘近者悦远者来’的‘引客入甘’浓厚氛围。”



于2月14日-17日深入济南、青岛开展“双向游”系列活动,以此搭建鲁甘两省文化交流互鉴和旅游客源互送的桥梁纽带。

“好客山东·如意甘肃”双向游系列活动,主要包括甘肃文旅推介会、鲁甘文旅协作和“引客入甘”合作签约、如意甘肃旅游优惠政策发布、陇原文艺展演展示、鲁甘文旅企业对接洽谈、甘肃文旅产品市集和非遗技艺、文旅图片展示等,将通过丰富多彩、富有成效的宣传推广和交流合作措施,联合打造黄河上下游“好客山东·如意甘肃”文旅协作品牌,合力谱写“鲁甘山海情”文旅协作新篇章。

据了解,省文旅厅组织全省各市州和兰州新区文旅部门、文旅企业、非遗传承人、新闻媒体等代表组成甘肃文旅推介团,将