

2023年市区中考学生体质测试时间确定

呼和浩特晚报讯(记者 杨志伟)4月25日,呼和浩特晚报记者从呼和浩特市教育招生考试中心获悉,2023年市区中考学生体质测试定于5月8日至25日在中央民大附属中学呼和浩特分校进行。

根据《2023年呼和浩特市市区中考学生体质测试组织工作安排通知》(呼招考字〔2023〕5号)安排,现场测试项目为:男女生同项的立定跳远和一分钟跳绳。立定跳远测试过程均采用智能仪器测试,仪器将自动提醒考生踩线等犯规动作,自动判定并公告测试成绩。每人连续测试三次,以最好成绩作为最终成绩,三次犯规无有效成绩者,最终成绩为零;一分钟跳绳,学生将绳的长短调整到适宜的长度,双手紧握跳绳手柄中后部。听到开始口令后,开始跳绳,每跳跃一次且摇绳一回环记为一次。测试满一分钟,听到外设“滴”声后停止运动,测试结束。每

个考生只测试一次。

按照通知要求,体测当日,学校须自行安排车辆,按照测试日程安排,统一组织学生从本校出发到达测试现场,学生不得自行前往。如遇特殊情况需要调整测试时间,以市教育招生考试中心正式通知为准。

各学校要提前做好宣传工作,将《致考生和家长的一封信》及时发给每一位考生和家长。班主任、体育教师和校医要准确了解每位考生的健康状况,严格按照相关程序做好测前筛查工作,对患有不适宜参加体质测试疾病的考生,按政策办理免试手续,严禁考生隐瞒病情参加测试。

申请免试和缓试的考生务必于本校测试的当日,随同本校考生按时到达测试现场,按照规定程序,接受测试医务组审核人员的现场查验,否则按缺考处理。各学校要对缓试考生的资格

提前进行审核,严格控制缓试人数。

各区教育招生考试中心负责通知零散考生的准确测试时间,并向零散考生发放《测试证》《致考生和家长的一封信》,提供《免试申请表》、《缓试申请表》,并将零散考生的《致考生和家的一封信》回执收回,审核后存档备查。

提醒考生,妥善保管《测试证》,不得丢失、污损、折叠、涂改《测试证》,以免影响检录和测试。为防止《测试证》丢失,建议各学校要求考生核实信息后交由班主任统一保管,参加测试时再发放给考生。

测试成绩当场公布,考生对成绩及得分如有疑问,可向现场考务人员及时提出,取得最终裁定后须在成绩单上签字确认。如学生未完成测试无故离场或测后未签字离场,均视为弃考,考试成绩为零分。如发现他人违纪违规行为,考生可以直接向现场纪检人员举报。

热心的哥捡到手机及时归还

呼和浩特晚报讯(记者 李娟)“多亏遇到了彭师傅这样的热心司机,发现我的手机遗落在出租车后座后妥善保管。在我和他取得联系后,第一时间把手机送到了我手中,为彭师傅拾金不昧的精神点赞。”4月24日,市民杨先生激动地对呼和浩特晚报记者说道。

原来,4月22日上午,杨先生从中山路打车去新城区办理业务,途中接了个电话后,随手把手机放在了后座上,等到办理业务时却发现手机不见了。这时,他才想到自己的手机落在了出租车上。

随后杨先生用朋友的电话拨通了自己的手机号,得知出租车司机彭师傅发现了他的手机,正准备交给出租车公司。杨先生喜出望外,急忙赶到与彭师傅约定的见面地点。看到失而复得的手机,杨先生连声道谢,还拿出现金酬谢彭师傅,但被彭师傅婉言谢绝。

呼和浩特晚报记者通过电话联系到了出租车司机彭师傅。“我是一名有着15年驾龄的出租车司机,在开车过程中,经常会有乘客把物品遗落到车上,每次都会及时归还失主。其实,每个青城的哥遇到这样的事都会这样做。”彭师傅说道。

为啥近几日气温适宜却倍感寒冷?原来是“风寒效应”在“作怪”

呼和浩特晚报讯(记者 李蒙)近几日,呼和浩特市最高气温基本维持在15℃至18℃之间,不少市民反映,这样的气温按常理来讲应该还是比较舒适的,但为什么却感觉十分寒冷,好像穿上羽绒服才能保暖。

对此,呼和浩特市气象局工作人员李丽霞用专业知识给出答案:春天的风,并不一定总是和煦春风,也常常是西伯利亚过来的可制冷和可致沙尘的冷风。近几日,虽然气温不算很低,但风却很大,这就引起了“风寒效应”。

李丽霞说:“在介绍风寒效应之前,我们要先了解一下衣物保暖的原理。实际上,起保温作用的并非衣物本身,而是衣物纤维间的空气。保暖性好的衣物会锁住空气,减缓纤维间的热空气和外界的冷空气间的对流,避免因此而带走热量。热绝缘性是衣物保暖效果的一个重要指标。风寒效应是一种因风引起的体感温度比实际气温低的现象。用最简单的例子来说,当你静止或走路时,穿着衣服感觉冷暖刚好,但如果乘车时打开窗户,马上就会感觉身体较冷。也就是说,同样是10℃,刮风的时候比不刮风的时候使人体感

温度降低。”

据了解,人的体温一般为36℃至37℃,在多数情况下会高于周围环境气温,在无风或微风情况下,人体自身的热量会悄悄地传递给周围的空气,人体周围的空气分子交换很弱,这就在人体和大自然空气之间形成了一个比较稳定的过渡层,人身边就有一层贴身的、薄薄的、被加热的空气静静地包裹着。一旦有风吹过,这层热空气就会马上被吹走,换成新一波温度低的空气,你又需要用自身热量去“加热”它。风吹得越大、越频繁,人体散失的热量也就会越多。这就是在气温相同的条件下,刮风天比无风或微风时使人感到更寒冷的原因。当气温在0℃以上时,风力每增加2级,人的寒冷感觉会下降到3℃至5℃;气温在0℃以下时,风力每增加2级,人的寒冷感觉会下降6℃至8℃。不过,风寒效应只发生在暴露在衣物之外的皮肤上,所以只要挑选合适的衣物,尽量减少裸露在外的皮肤,就能将风寒效应降到最低。春季正处于大气环流调整期,冷暖空气活动频繁,除了气温变化幅度大之外,多大风天气也是另一特点。

山坳坳里的通信“快速路”

——武川县昌太隆村:信号终于满格了!

“感谢村委会为民解忧,感谢移动公司为民办实事!我们昌太隆村的手机信号终于满格了!”“真的感谢移动公司,想方设法地为我们开通了网络,为村民低保证、就医看病解决了燃眉之急”。昌太隆村村委马支书和几位村民满脸笑容地将绣着“搭建网络促发展 助力乡村稳增长”“情系百姓解民忧 发展通信创未来”的锦旗赠予中国移动呼和浩特分公司。

武川县是首府呼和浩特市唯一的国家级扶贫开发重点县,锁钥阴山,北控朔漠,山地多,耕地少,气候寒冷干旱,自然资源匮乏。武川县哈拉合少乡昌太隆、中坝、前独坝三个相邻村是县里的贫困村,距离县城100公里,四面环山,地势复杂,道路崎岖。由于村落建在山腰盆地上,村民的手机信号只能通过仅有的一个2G直放站进行覆盖,网络信号弱,覆盖不稳定,如遇极端天气或直放站停电,村子就会成为名副其实的“信号盲区”,村支书每个月都要骑着小三轮把村里的低保户接到5里外的村委会进行低保证,更别提村民时常处于“失联

状态”,打个电话要“满山找信号”,村民的生活、安全令人忧心。

俗话说,要想富先修路。想让乡村振兴跟上数字化脚步,通信这条快速路就必须要先通到山坳坳里的家家户户。

群众所盼即是工作所向。中国移动呼和浩特分公司武川县分公司网络经理在日常走访中注意到了昌太隆村的信号问题,立即联系市公司网络优化人员,誓要打通偏远山区通信信号“最后一公里”。由于该区域地势复杂,光缆铺设难度大,微波传输又不够稳定,工作人员经过多次实地勘测,因地制宜制定网络覆盖方案,最终决定用建设光纤拉远站的方式进行网络信号覆盖。光纤拉远站就是把基站的一根天线通过光纤拉到离基站较远的地方,通过结合现网资源配置情况,以小成本解决大问题。呼市移动公司采取拆闲补忙的办法在现网拆出硬件,并利用原铁杆废弃的旧杆路敷设光缆,最大程度提升施工效率。抢时间、抓进度,克服春寒料峭、地区偏远、山



路陡峭,历时一周,昌太隆村拉远站建设完成,4G信号成功覆盖,手机测试RSRP值达到61.75。“手机信号满格啦!”村民们用最质朴的语言表达激动的心情。

乡村振兴,网络先行,未来,呼和浩特移动公司将不断积极探索,打造基于5G的乡村振兴新模式、新做法,让每一个山坳坳都能搭上移动“5G”快车,利用科技赋能推动乡村振兴不断向前发展,让乡村治理“智”起来,让乡村振兴“跑”起来。(乌兰 边嘉琪 周扬)