

## 8500 元买跑鞋，中考体测不是“装备”竞赛

2024 年 08 月 05 日 10:35 来源：新京报



还有两个月，北京的四、六、八年级学生将迎来中考体测。据报道，为了能让孩子得高分，各种家长群开始热议助跑装备。有商家看到商机，开始推销起高端跑鞋，甚至推出价格高达 8500 元的知名跑鞋代购。

跑鞋对提高成绩的作用有多大？

对此，业内人士认为，中考体育过程性考核不是“竞速赛”，没必要购买上千元的高科技“碳板跑鞋”。对于面临中考体育过程性测试的同学们来说，装备并不是决定性因素，日常的科学训练和坚持才是提高成绩的关键。

昂贵的跑鞋不能成为孩子提高体育成绩的“救命稻草”，中考体育测试也不是一场单纯的速度竞赛，而是对学生体能和日常体育锻炼成果的综合评估。如果将提高成绩寄托于价格不菲的跑鞋上，可谓舍本逐末。

虽然高科技跑鞋在设计和材料上确实有助于提升跑步效果，但专业人士也坦言，其更适合经过相对长时间训练的跑步者穿着，对未经过训练的人士，尤其是普通孩子并不合适，甚至可能会造成脚部受伤。

家长花费重金为孩子购置高端跑鞋，其实还是出于对教育竞争的焦虑，这也让其忽略了体育教育的本质，即培养学生的身体素质和运动习惯。

与其花钱买装备，家长不如通过科学合理的训练计划，帮助学生在体能上取得实质性的提升。这样，无论面对什么样的测试，学生都能以最佳状态去迎接挑战，而不是寄希望于一双“神奇的鞋子”。

事实上，高端跑鞋或许能给孩子带来一时的心理安慰，但真正能够让孩子在体育测试中脱颖而出的，终究还是科学的训练方法、持之以恒的锻炼，以及对体育精神的深刻理解。

教育的目的不是为了应对一次考试，而是为了培养孩子全面发展的能力。只有这样，才能真正培养出既健康又有竞争力的新一代。

单词:	tǐcè 体测	zhùpǎo 助跑	tuīxiāo 推销	zhuāngbèi 装备
	ángguì 昂贵	quèshí 确实	tíshēng 提升	shěběnzhú mò 舍本逐末
	gāoduān 高端	ānwèi 安慰	hūlüè 忽略	tuōyǐngérchū 脱颖而出

- 讨论: 1. 你认为高科技跑鞋在中考体测中真的能起到决定性作用吗?  
2. 中国家长普遍存在教育焦虑的现象, 对此, 你怎么看?

源新闻: <https://www.chinanews.com.cn/sh/2024/08-05/10263573.shtml>

音声 URL : <http://ttn.co.jp/sound/text/files202408091723192179.m4a>