

2026副中心中考

8628名初三考生书写青春答卷

花开正好，愿孩子心情花样美好

本报讯(记者 张嘉辉)高考的余温尚未散去，中考的号角已然吹响。昨日清晨，通州区8628名初三学子怀揣梦想，奔赴分布在全区各地的20个考点、306个考场，书写属于自己的青春答卷。

早上七时许，记者在育才学校通州分校考点看到，通往考点的颐瑞中路与群芳中二街交叉口沿线，疏花菊和金光菊还有香雪球已竞相绽放，大片花海在晨光中摇曳是欢迎考生们的到来，引得家长和学生们拍照打卡。考生们或与家长并肩骑行，或乘坐私家车陆续抵达。一位送考家长感慨道：“这片花开得正好，希望他们的心情也能像花一样灿烂。”有的孩子与家长有说有笑，神情放松；有的则利用最后一点时间，拿着试卷或错题本默默订正。一位考生一边翻看笔记一边对身旁的同学说：“我再翻一眼古诗默写，进考场就安心了。”

在玉桥中学考点门口，一座用对联装饰的“祈福门”格外醒目。考生们穿过大门，踏上红毯，步入考场。往前是一排红色遮阳棚搭成的长廊，既防晒又有“鸿运当头”的好寓意。家长李女士指着长廊对记者说：“这红色长廊不光能遮阳，学校特意布置成这样，就是个吉利，希望孩子在考场上顺利。”考点外，交警和志愿者们分工明确——交警负责拦住过往车辆，志愿者则在路口引导学生安全通行。一位执勤交警告诉记者：“我们早上六点半就到岗了，周边路段已经提前疏导，确保每个孩子都能平安准时进场。”

送考老师们身着红衣，站在红毯两侧为同学们加油鼓劲。一位初三班主任一边与考生击掌一边大声叮嘱：“放平心态，你一定行！”“不必慌张，大胆落笔，平时怎么练的就怎么答！”另一位老师则反复喊着“加油！”“必胜！”每一次击掌都带着力量。叮咛声里，是拍拍肩膀的温暖掌心，是前行前的紧紧拥抱。一位老师看着学生的背影，动情地说：“三年了，看着他们从稚嫩到成熟，今天就像送自己的孩子上战场，心里既紧张又骄傲。”

考点外，陪考的家长们纷纷举起手机，记录孩子走进考场的瞬间。不少家长相互交流，分享带娃的不易与心得。一位母亲笑着说：“昨晚孩子还在背作文素材，今早我特意做了他爱吃的三明治，就希望他别饿着肚子上考场。”另一位父亲接过话头：“这三年我们做家长的也跟着熬，但今天看到孩子昂首挺胸走进考场，就觉得一切都值了。”第一天上午首考语文，家长们聊得最多的就是作文题，一位家长担心地问身边人：“也不知道今年作文好不好写。”但随即又自我安慰道：“反正考完了就不想了，稳住更重要。”



送考老师们身着红衣，为同学们加油鼓劲。

通州区教委提醒考生，通州区第四中学已更名为首都师范大学附属中学通州实验学校，今年新增运河中学、北京五中通州校区两个考点，考生务必仔细核对考点信息。

为保障考试顺利进行，通州交通管理支队针对全区20个考点逐一制定交通疏导方案，每个考点均配备专职交警。支队对考点周边交通设施全面排查，在有条件路段开辟送考车辆临时停车区域。应急护送机制同步保持热备状态，铁骑交警随时待命。通州区气象台也发布了中考专项天气预报，为考生、家长及考务工作提供气象保障。

中考作文题二选一 语言的滋味 攀登是幸福的

融合时代特征与北京特色 树立文化自信

本报讯(记者 李祺瑞 牛伟坤)昨天，2026年初中业水平考试语文科目落下帷幕。作文题目为二选一，考生既可书写“语言的滋味”，用心分享语言的魅力；也可以“攀登是幸福的”为题，讲述一次“攀登”的经历。北京教育考试院专家表示，语文试卷融合时代特征与北京特色，从语言运用、思维品质、审美创造各维度进行综合考查，引领考生在作答过程中树立文化自信。

语文学科考试结束后，作文题目依旧是考生热议的话题。记者在考点外随机采访了20余位考生，选择两道题目的考生数量基本持平，大多数人表示题目“挺顺手”，熟悉的素材让人倍感亲切。

“生活中有很多瞬间让我感受到语言的滋味。”在三帆中学考点，一位考生回忆，自己把和亲朋好友的对话当作日常生活中的“调味料”，“妈妈的唠叨是咸的，平时对此习以为常，直到自己遇到困难才回味起其中的珍贵。朋友的鼓励是甜的，老师的教导是辣的，这些滋味不可或缺，是生活最基础的温暖。”

也有考生选择写“攀登是幸福的”。“幸福是在不断‘攀登’的过程中，发现自己比想象中更强。”一位考生说，他写了自己学习自由泳的心路历程，“起初觉得自由泳太难了，就像登山时看着高耸的山顶感

到绝望，中途训练想放弃。但咬牙坚持下来后，我忽然明白，‘攀登’的意义不在于征服高山，而在于征服了内心的软弱。”

数字经济战略、科技创新实践、首都精神文明建设……试题选材紧扣城市发展变化。考试院专家举例，非连续性文本阅读通过材料呈现，引导考生关注北京科技创新成就，了解其在全球发展中的枢纽地位。“试题设计将城市发展置于国家战略的宏观视野，促使考生打开认知格局，立足国家、面向世界，树立作为首都市民的责任担当。”

语文试卷以文化自信为驱动，

考生作答的过程也是增进民族文化认同的过程。例如，基础运用板块关注红色文化、公益科普与城市文明建设，以情境化任务设计引导考生在语言实践中感知文化的传承。

语文试卷还强调考查学科基本素养，回应AI(人工智能)时代对情感价值、语言运用等造成的诸多挑战。例如，议论文针对AI在文字工作中的广泛应用，明确提出坚持原创的重要性，引导考生立足情感体验、追求创新表达；作文题目以“语言”为写作对象，启发考生从日常沟通、情感表达、文学鉴赏等方面品味语言，激发他们对汉字汉语的热爱，实现规范、文明用语的正向引导。

中考数学卷创设多元情境 “人形机器人”等热点入题

社会发展、科学技术进步，创设生活与科学情境，实现知识考查与价值引领的融合。例如，第6题以“十五五”时期美丽北京建设的重大工程——再生水利用提升工程的真实情境为载体，引导考生关注首都日新月异的变化与美好前景；第22题源于在北京举办的人形机器人马拉松比赛，考查考生根据情境中的数量关系建立数学模型解决问题的能力，也引领考生关注新质生产力的发展，增强民族自豪感。

试卷关注考生解决真实问题的能力，引导教学关注数学与现实的联系。例如，第16题以校车乘车时间优化为背景，引导考生用数学的眼光观察现实生活，通过对步行时间与校车行驶时间的量化研究、建立数学模型，将生活问题变为数学问题；第25题以化学学科中溶解度概念为背景，考查考生用数学概念和方法解决跨学科问题的能力，引导教学关注建立学科联系。

考试院专家认为，数学试卷整体

结构稳定，严格遵循课程标准要求，合理配置基础性、应用性、探究性和综合性试题的比例，既确保数学课程目标的评价效度，又体现了数学学科的育人价值。“数学情境的创设有的侧重考查基础认知，有的指向关键能力，有的则考查综合素养。”专家举例，第28题通过定义一个新的概念作为数学探索情境，设置了多个由浅入深的问题，考查了考生建立新概念与已有知识的联系、运用新概念解决问题的自主探索能力与创新意识。

本报社会观察

一近视就着急 疯狂带娃户外活动 入手五花八门“神器” 防范“小眼镜” 家长有些用力过猛

本报记者 牛伟坤



如今，儿童青少年近视问题越来越受到大家的关注。孩子的视力表，是家长们最关心的“成绩单”。家长们不遗余力地打着孩子视力保卫战，甚至有些家长开始为此焦虑不已。到底应该如何打好视力保卫战？专家表示，近视由遗传与环境因素共同导致。因此，家长们首先要做好日常防控措施，在此基础上要放平心态，没有必要一提到近视就感到恐慌，更应提高的是对高度近视防控的认识。

故事1 “听到孩子近视我的天都塌了”

“孩子回来上课有点看不清黑板，我的天都塌了。”最近，女儿正在上5年级的任女士压力倍增。过去几年，她在孩子的近视防控方面下了功夫，没想到还是没有让孩子逃过在小学戴眼镜的命运。

任女士的近视防控真的是“从娃娃抓起”。孩子不到两岁的时候，她就叮嘱家里的老人每天带孩子到户外活动至少两个小时，每天下班回家询问“今天去户外了吗”成了她的例行公事。“孩子小的时候，老人的积极性总是不高，要么嫌带孩子出去一趟太麻烦，需要准备的東西太多；要么是担心孩子在外面磕磕碰碰。”因为这件事，她没少跟家里的老人生闷气。

等孩子稍微长大点儿了，任女士更是将近视防控贯彻到生活的方方面面：中班之前，不让孩子看任何电子产品，有时候远在老家的亲戚跟孩子视频聊天时间长了，她也忧心忡忡；本来给孩子报了下棋课外班，听说可能影响眼睛，她立马就把课停了，哪怕孩子对下棋表现出了浓厚的兴趣；听说睡前看书容易让孩子的眼睛带着疲劳入睡，她把每天晚上的亲子故事时间也停了……

任女士现在回想，之前的自己在防近视这事儿上太紧张了。如今孩子真戴上眼镜了，她悬了几年的心反而释然了。“之前天天盯着孩子的用眼习惯，搞得孩子也很紧张，我的焦虑对她的影响可能比近视本身还要大。”任女士说，经过医生的开导，她的焦虑缓解了不少，“我们该做的都做了，结果也不是完全由我们决定的。我和孩子爸爸都戴眼镜，孩子戴眼镜可能是早晚的事儿。在继续做好日常防控的前提下，孩子戴着眼镜上学上学，该运动运动，生活也没有受到太大的影响。”

故事2 户外活动时间充满焦虑和不安

家长陈女士也走过了一条自我折磨的近视防控之路。很长一段时间以来，他们一家人的周末几乎都是在户外度过的。天气好的时候每周都要爬山，哪怕有时候孩子和其他家人明确

表达过“身体不舒服”“不想出门”，但陈女士对此却固执地坚持着。“听说爬山对近视防控特别有效。我们不确定孩子每天在幼儿园里是不是真的能在户外活动两个小时，只能在周末突击一下。”但她慢慢发现，在她一再强迫下，本来应该是一家人增进感情的户外时间，却充满了各种焦虑和不安，还夹杂着不断的小冲突。户外时间是达标了，可家庭关系却变得紧绷起来。

平板电脑每次只能看15分钟，睡前1小时内不疲劳用眼，每日零食控制在一定范围内……自从得知孩子的远视储备不足后，家长刘女士就变成了一个“精打细算”的人，在仔细学习了近视防控的相关知识后，她开始了与孩子的极限拉扯。有一次，孩子正在看的动画片只有两分钟结束，她也强硬地关上了平板电脑，结果孩子大闹了一场。她在陷入深深地自责的同时，也有点困惑，不知道这场视力保卫战该如何继续下去。

乱象 卖货广告披上“科普文章”外衣

多位受访家长事后反思，自己的焦虑或许让近视防控这件事成了家庭关系紧张的导火索。“我不想让孩子的视力输在起跑线上，最后发现是自己执念太深。”任女士说。陈女士也反思自己的焦虑还源自他人的评价。“让孩子早早戴上眼镜，会让人觉得我没有照顾好孩子。”

记者采访发现，家长们的焦虑还成就了新的商机。家长赵先生分享了最近踩过的“坑”，赵先生说，他平时比较关注孩子的视力健康，有关近视防控的科普文章都会点进去看看，结果他发现，文章最后经常是带货广告。“看到女儿近视报告的那一刻，我有点吃惊……每天两小时户外活动雷打不动，为啥还是这个结果……那段时间我反复复盘，终于把目光锁定在每天陪伴孩子的那盏灯上……”赵先生向记者展示了最近刷到的一则消息，“本以为是经验分享，没想到是卖灯的。”

社交平台上，这样的例子屡见不鲜。随手一搜，各种与预防近视相关的广告层出不穷。比如，一名家长晒出了自己孩子的“冻轴”经验，一本正经的科普文章结尾，是软管支架材料包，用来打造写作业防低头“神器”。

建议

重点要做的是防控高度近视

业内人士表示，虽然近视防控很重要，但是家长更应该防控的是高度近视。“我们通常认为，高度近视是需要重点防控的，如果孩子只是低度、中度近视，发展速度不快且没有发展成高度近视的危险，那么，家长其实不必过于焦虑。”高颖说，长期佩戴眼镜虽然给生活带来不便，但成年后出于美观等因素影响，近视患者可通过手术摘镜。“我们平时重点要做的是高度近视的防控，因为高度近视是有并发症的。”

专家表示，高度近视带来的不仅是视物模糊、频繁更换眼镜的麻烦，更严重的是导致视网膜病变及视神经不可逆性病变风险。除了患有青光眼的风险加大，高度近视人群的视网膜脱离风险也显著增加，黄斑变性、视网膜裂孔等

发生率飙升，视功能中重度永久性丧失甚至失明的概率大大提高。如果患者是在青少年时期发展为高度近视，其终生的视力质量、学习能力、职业选择及生活质量都将受到极大影响。“所以，防控的一大目标是尽量别发展成高度近视，如果已经到了这种程度，那么应尽量避免致盲等并发症的发生。”高颖表示。

面对家长们为了预防近视给孩子直接穿戴电子产品等极端做法，高颖也给出了自己的建议。她表示，任何近视防控方案都不会禁止孩子使用电子产品，关键是掌握好方法、合理使用。比如，室内照明要使用全光谱光源；遵循20-20-20法则，即每近距离用眼20分钟，远眺20英尺(约6米)外景物20秒；可选用一定的辅助设备缓解近距离用眼疲劳。

北京东北方 飘来一团“棉花糖”

昨天下午北京上空飘来一朵“超级大云”，松软可爱仿佛一块巨大的棉花糖。

这种云团是什么云？气象专家介绍，有的是“浓积云”，有的可以称之为“积雨云”。“浓积云”通常是由中积云发展而形成的，有这样云出现的区域可能会出现阵雨；“积雨云”是积雨云的初始阶段，是发展较强烈的对流云，它的云顶高度相对较高，如果再继续发展就会变成“暴雨云”，这样的云出现，在云团范围内可能出现雷阵雨或其他强对流天气。

本报记者 骆倩雯/文 本报特约摄影 阎建庆/图



2025年度个税汇算30日截止

本报讯(记者 陈雪柠)昨天，记者从国家税务总局获悉，2025年度个人所得税综合所得汇算将于6月30日截止。纳税人可通过个人所得税APP或自然人电子税务局网站进行办理，避免逾期产生税务风险。

年度个税汇算指的是年度终了后，纳税人将全年取得的工资薪金、劳务报酬、稿酬、特许权使用费等四项综合所得合并计算，得出应纳税额，向税务机关申报并办理退税或补税的过程。2025年度个税汇算已于3月1日开始，持续4个月。

依法申请退税是纳税人的权利。在纳税人办理汇算申报后，如果平时预缴的税额大于年度汇算的应纳税额，就可以申请退税。税务部门表示，对汇算

可退税的纳税人，建议主动申报、扣除、已缴税额等内容确认后，尽快提交退税申请，及时办理，避免错过退税红利。

依法如实补税是纳税人的义务。需要补税的纳税人应当在6月30日前补缴税款。汇算清缴结束后，对未申报补税或不足额补税的纳税人，税务机关将依法追缴其不缴或少缴的税款、加收滞纳金，并在其个人所得税记录中予以标注。情节严重的，税务机关将予以曝光。

税务部门提醒，如果在办理过程中有疑问，纳税人可拨打12366热线或到办税服务厅咨询，切勿相信网上所谓“退税攻略”，不要向陌生人提供自己的个人所得税APP账号、密码、银行卡等信息，防范财产损失和税务风险。