

# 怕娃体育中考“吃亏” 家长一口气买了6双运动鞋 老师：大可不必



为体育中考一次性购入多双鞋。  
受访者供图

## 1 妈妈一口气下单6双鞋 只为儿子体育中考“逆袭”

朱女士的儿子今年初三，马上就要迎战体育中考。孩子平时体育成绩不算理想，这也成了她的一块心病。

“1000米长跑满分是3分40秒，我儿子的成绩在4分左右，我想着努力一下，哪怕能提高5秒也好。”朱女士坦言，儿子不太喜欢运动，每次拉他出去跑步，总能找各种理由推脱，连完整跑完三圈都做不到。

为了帮孩子提分，朱女士特意找了体育家教，每周陪孩子训练一次、做针对性指导。

“家教说孩子平时穿的鞋太松垮，日常穿没事，但不适合长跑发力，想提分就得换合脚的专业跑鞋，还推荐了具体品牌款式。”朱女士无奈地说，“无能为力，只能助

力。我怕临时买的不合适，于是一次性多买了几双，方便他挑选。”

心里没底的朱女士，索性在网上一口气下单6双运动鞋，涉及不同品牌不同款式。“结果，有的款式不合孩子心意，来回折腾，最后退了2双。”朱女士说。

像朱女士这样在装备上格外上心的家长不在少数。“大家都穿专业跑鞋去考试，不穿反而心里不踏实。”一位家长直言。“最近孩子天天跟我念叨球鞋款式和品牌，说同学都穿新款，穿上跑步能更快。”初三家长陈女士无奈吐槽。看着孩子备考辛苦，她最终还是心软，给孩子买了一双碳板跑鞋。但陈女士也反复叮嘱孩子：“鞋子合脚就行，别总盯着款式攀比，要把心思放在训练和学习上。”

## 2 中考体育鞋热销刷屏 真有用还是白花钱？

记者打开淘宝、京东等购物APP，搜索“中考体育鞋”“中考体测专用”，各类商品立刻刷屏，不少知名品牌还打着体测专属的旗号进行推广。

这类鞋子价位跨度较大，根据材质不同，价格从三四百元到上千元不等。再加上“专用”两个字，正好戳中了家长“宁可信其有，不愿娃落后”的心态，很多人愿意为此买单。从销售数据来看，热门款式月销量能达到几百到几千双，整体销量十分可观。

在不少商品的评论区里，家长们纷纷留言提问：“跑800米穿这款合不合适？”“跳绳考试穿会不会轻便舒服？”类似的问题一条接一条，不少已经买过的家长也会热心

回复，分享自己的体验。

不过也有家长在给孩子试穿后直言，所谓的专用鞋，穿久了其实和普通运动鞋没多大区别。一位家长留言：“我花200多元买了品牌体测鞋，又花百来元买了双普通款，两双换着穿，孩子说脚感差不多，没觉得哪双更厉害。”

不止购物平台，各类家长论坛上，“中考体育鞋有没有必要买”的讨论帖也有不少，网友观点各不相同。有人觉得值得买，中考体育分值占比不低，花几百元买双舒适的鞋，也算给孩子多一份保障。也有人认为没必要，新鞋总要适应，刚上脚未必舒服，反而不如穿惯的旧鞋顺手，成绩好坏毕竟不是一双鞋能决定的。

专家点评

## 脚与鞋的磨合期 建议一个月以上

针对这股“装备热”，记者采访了多位体育老师，听听他们的建议。

“临时买新鞋，我们肯定不推荐，真的大可不必！这样的家长每年都有，一般初三开学之初我们会提醒。”宁波市第十五中学体育老师、海曙区体育名师郭建杰表示，脚和鞋的磨合期最好在一个月以上，这样鞋子才能穿得贴合脚型。“普通的跑鞋就够用，轻便一点自然更好。”郭建杰说，鞋子终究只是辅助，成绩提升更多还是靠日常训练和坚持。

北仑区新碶中学体育老师陶佳哲表示，家长不妨把新鞋留作奖励，等孩子体育中考拿到满分，再当作荣誉礼物兑现，既减压又能正向激励。

奉化区教研室体育教研员周宏达也给出了类似的看法。从事体育训练多年的他表示，不同运动项目确实需要不同功能的鞋子。从专业角度看，按项目选鞋本就是正常需求。家长希望孩子在体育中考中穿上合适的鞋子，发挥更稳定，出发点是好的，一双合脚的鞋也确实能起到事半功倍的效果。但他同时提醒，一些家长过度追捧所谓的“中考专用鞋”，甚至非高端、专业款不买，背后其实是对体育考试的认知偏差，也反映出应试焦虑和攀比心态，应当引起重视。体育中考成绩，是学生耐力、力量、协调性等综合体能的真实体现，关键在于长期坚持和科学训练，装备顶多起到辅助作用，绝不可能决定最终成绩。

他还特别指出，青少年足部和下肢尚在发育阶段，过于强调回弹、竞速效果的专业鞋款，并不符合孩子的运动生物学特点。长期穿着可能改变正常发力习惯，反而增加运动损伤的风险。

“临近考试，与其纠结穿什么鞋，不如把身体和心态调整到最佳状态。保证饮食均衡、训练适度，让孩子以轻松的心态应考最重要。”周宏达表示，选鞋不必追求昂贵，也不必强求“专用”，只要舒适、合脚、防滑就完全够用。

“体育中考的初衷是让孩子爱上运动、养成终身锻炼的习惯。不要被一双鞋、几分成绩绑架，让孩子在运动中真正收获健康与快乐，这才是最长远的收获。”周宏达说。 记者 万建刚 樊莹

## 宁波银行专栏

# 宁波银行牵头无锡首笔民企科创债落地 以金融之力赋能实体经济高质量发展

近日，由宁波银行牵头承销，浙商银行、上海银行、南京银行、招商银行联席承销的“江苏利通电子股份有限公司2026年度第一期科技创新债券”成功缴款起息。本期债券发行金额2亿元，期限3年，票面利率2.5%，是无锡市首笔民营企业科技创新债券，实现了无锡优质民企在科创债领域的首次亮相，为区域民营科创企业登陆债市“科技板”树立了标杆。

科技创新债券是金融支持实体经济创新发展的重要举措。2025年5月，央行、证监会联合发布《关于支持发行科技创新债券有关事宜的公告》，交易商协会同步推出《关于推出科技创新债券构建债市“科技板”的通知》，通过打造债市“科技板”引导金融资源向科技创新领域倾斜，重点支持“投早、投小、投长期、投硬科技”，为优质民营科创企业拓宽长期低成本融资渠道。

本次发行科创债的江苏利通电子股份有限公司，是无锡市本土优质民营科创企业，凭借在精密制造、AI算力等领域的核心技术突破、持续高比例研发投入及头部客户产业化落地成果，拥有硬核且突出的科技创新属性。在交易商协会及各级监管部门的大力支持下，宁波银行率先助力企业获批5亿元科创债注册通知书，随后联合联席承销商高效推进发行工作，最终实现本期债券顺利落地。据悉，本期债券募集资金将专项投入人工智能领域，用于采购算力设备及备件，助力利通电子发展算力业务、提升核心竞争力。

本次无锡市首笔民企科创债的成功发行，是宁波银行深耕地方经济、服务实体经济创新发展的重要成果，更是在科技创新、产业金融领域服务能力的再度升级。宁波银行始终将科技金融、普惠金融置于全行发展战略的突出位置，以陪伴者的姿态、赋能者的角色、共建者的视野，与万千

企业并肩前行。

在服务企业的实践中，宁波银行不仅提供精准高效的信贷支持，还通过财富管家、外汇管家等数字化解决方案，全方位赋能企业经营管理，帮助企业降本增效提质，在市场竞争中占得先机；同时，依托“波波知了”平台，整合高校人才、技术、专利等资源，为有产业转型需求的企业匹配科研力量，助力技术升级。

未来，宁波银行将持续贯彻落实中央金融工作会议精神，聚焦主责主业，紧扣科技创新发展需求，不断提升综合化金融服务能力，畅通金融资源向科创领域的传导渠道，为更多企业转型升级、并购成长注入金融活水，扎实写好金融赋能区域实体经济高质量发展。