

2021 年某某小学学生

体质健康测试分析报告

广州鹰雄体育用品有限公司

深圳羽文科技有限公司

2023年 12 月 26 日

1. 前 言

中国教育科学研究院发布的《我国青少年体质健康发展报告》（2012 年 3 月）指出，我国学生体质健康问题仍然突出，超重和肥胖现象严重、近视发生率继续增加、速度、力量素质增长趋于停滞、耐力素质低谷徘徊、柔韧素质成绩向好、血压调节机能不良比较普遍等现状，我国青少年体质健康水平亟待提高。

国家层面相继出来多项政策，旨在提高我国青少年体质健康水平。2007 年，中共中央国务院发布《关于加强青少年体育增强青少年体质的意见》，2012 年 10 月，国办转发《关于进一步加强学校体育工作的若干意见》，2014 年 4 月，教育部发布《学生体质健康监测评价办法》、《中小学校体育工作评估办法》、《学校体育工作年度报告办法》三个文件，进一步落实和推进我国青少年体质健康监测体系，提升青少年体质健康水平。

为进一步贯彻党的十八届三中全会提出的“强化体育课和课外锻炼，促进青少年身心健康、体魄强健”的精神，推进我国青少年体质健康监测体系，提升青少年体质健康水平，深圳市深圳教育局认真落实“健康第一”的指导思想，对仙桐实验学校的一年级、二年级、三年级共 3 个年级段的学生展开了体质健康测试。本次测试旨在掌握学生体质健康现状及动态变化规律，为教育部门制定增强青少年体质相关决策及青少年锻炼计划的有效实施提供科学依据，有利于提升各学校对体育教育的重视程度，鼓励和督促学校开展学生体质健康监测和提升工作，促进各地区建立健全青少年体质健康体系。

2. 测评项目与评价标准

2014 年修订的《国家学生体质健康标准》适用于全日制普通小学、初中、普通高中、普通高等学校的学生，将学生按照年级划分为不同组别，从学生的身体形态，身体机能，身体素质及运动能力方面进行综合评价，总分满分为 100 分。根据学生总分评定等级：90.0 分及以上为优秀，80.0 至 89.9 分为良好，60.0 至 79.9 分为及格，59.9 分及以下为不及格。

2.1 测评项目

根据 2014 年修订的《国家学生体质健康标准》规定，该标准将适用对象划分为以下组别：小学、初中、高中按每个年级为一组，其中小学为 6 组、初中为 3 组、高中为 3 组。分别通过测试不同的项目来反映中小学生的体质健康状况。其中，身体形态类中的身高、体重，身体机能类中的肺活量，以及身体素质类中的 50 米跑、坐位体前屈为各年级学生共性指标。

小学一、二年级测试项目有：体重指数（BMI）、肺活量、50 米跑、坐位体前屈、一分钟跳绳。

小学三、四年级测试项目有：体重指数（BMI）、肺活量、50 米跑、坐位体前屈、一分钟跳绳、一分钟仰卧起坐。

小学五、六年级测试项目有：体重指数（BMI）、肺活量、50 米跑、坐位体前屈、一分钟跳绳、一分钟仰卧起坐、50 米×8 往返跑。

初中、高中各年级测试项目有：体重指数（BMI）、肺活量、50 米跑、坐位体前屈、立定跳远、引体向上（男）/一分钟仰卧起坐（女）、1000 米跑（男）/800 米跑（女）。

2.2 测评指标及权重

体重指数（BMI）是用来评价身体形态的；肺活量是用来评价身体机能的；50 米跑、坐位体前屈、一分钟跳绳、一分钟仰卧起坐、立定跳远、引体向上、50 米×8 往返跑、800 米跑、1000 米跑这些测试项目则是用来反映身体素质的，其中具体评价指标和权重见下表。

《国家学生体质健康标准（2014 年修订）》规定评价指标与权重		
测试对象	单项指标	权重（%）
小学一年级至大学四年级	体重指数（BMI）	15
	肺活量	15
小学一、二年级	50 米跑	20
	坐位体前屈	30
	1 分钟跳绳	20
小学三、四年级	50 米跑	20
	坐位体前屈	20
	1 分钟跳绳	20
	1 分钟仰卧起坐	10
小学五、六年级	50 米跑	20
	坐位体前屈	10
	1 分钟跳绳	10
	1 分钟仰卧起坐	20
	50 米×8 往返跑	10
初中、高中、大学各年级	50 米跑	20
	坐位体前屈	10
	立定跳远	10
	引体向上（男）/1 分钟仰卧起坐	10
	1000 米跑（男）/800 米跑（女）	20

注：体重指数（BMI）=体重（千克）/身高 2（米 2）

3 数据处理与分析

3.1 数据统计：数理统计法

将所有参测学生的体质测试数据，通过我公司的《学生体质健康测试软件》进行统计分析，统计项目包括：全校、各年级、男女的测试人数、测试成绩、得分、等级 等等。

3.2 数据分析：比较分析法

在分类统计的基础上，进一步制作相应的表格和图表，使用平均数、百分比等数学手段，对各群体学生的体质健康状况进行描述，按国家教育部制订的《标准》，用优秀、良好、及格和不及格率，优良率、合格率等参数，对参测学生的体质健康状况进行综合评定、比较分析。

4. 测试结论

本次测试，通过统计分析，归纳出结论如下：

4.1 参测人数情况：

某某小学参加本次测试的学生共 1872 人。其中，男生 1016 人，女生 856 人；一年级 312 人，二年级 175 人，三年级 263 人，四年级 366 人，五年级 399 人，六年级 357 人。具体参测人数及比例情况，见如下表 1 及相关图表。

4.2 全校总体情况：

标准平均分：某某小学的总体标准平均分为 82.05，属于良好水平。其中年级平均分，六年级 83.75 $\geq$ 五年级 82.97 $\geq$ 二年级 82.20 $\geq$ 四年级 81.67 $\geq$ 一年级 81.17 $\geq$ 三年级 79.85，由此可知，某某小学学生的体质健康状况六年级最好；男女生标准平均分，女生 82.58 $>$ 男生 81.60，说明在整体的体质健康水平方面，女生优于男生。

优良率：总体优良率为 61.81%，优良率达到较高水平，体质健康水平高的人数较多，希望在今后的体质健康工作中继续保持这种良好势头。其中，各年级优良率，六年级 72.27% $\geq$ 五年级 71.93% $\geq$ 二年级 60.00% $\geq$ 四年级 58.47% $\geq$ 一年级 55.77% $\geq$ 三年级 45.25%，六年级在本次测试中优良率最高。三年级为本次测试中优良率最低的年级，需引起着重关注；男女生优良率，女生 66.59% $>$ 男生 57.78%，女生优于男生。

合格率：总体合格率为 98.77%，说明某某小学学生整体的体质健康处于较高水平，达标人数较多，希望在今后的体质健康工作中继续保持这种优良势头。其中，各年级合格率，六年级 99.72% $\geq$ 一年级 99.04% $\geq$ 四年级 98.63% $\geq$ 五年级 98.50% $\geq$ 二年级 98.29% $\geq$ 三年级 98.10%，说明某某小学学生的体质健康合格状况六年级最好，三年级为本次测试中合格率最低的年级，需引起着重关注；男女生合格率，女生 99.53% $>$ 男生 98.13%，女生优于男生。

4.3 各个项目指标情况：

标准平均分：一分钟仰卧起坐 82.29 $\geq$ 肺活量 81.02 $\geq$ 坐位体前屈 80.83 $\geq$ 50 米跑 77.56 $\geq$ 一分钟跳绳 77.47 $\geq$ 50 米 $\times$ 8 往返跑 77.23。一分钟仰卧起坐得分最高，达到 82.29 分，属于优秀水平，希望继续保持这种良好势头；50 米 $\times$ 8 往返跑得分最低，为 77.23 分，属于良好水平，需要引起重视。

优良率：一分钟仰卧起坐 61.73% $\geq$ 肺活量 56.30% $\geq$ 坐位体前屈 51.34% $\geq$ 50 米 $\times$ 8 往返跑 36.64% $\geq$ 一分钟跳绳 36.11% $\geq$ 50 米跑 35.95%。优良率最高的项目是一分钟仰卧起坐 61.73%，希望再接再厉；最低是 50 米跑 35.95%，应引起足够重视。

合格率：肺活量 99.95%≧坐位体前屈 99.52%≧一分钟仰卧起坐 99.13%≧一分钟跳绳 97.97%≧50 米×8 往返跑 97.22%≧50 米跑 94.28%。合格率最高的项目是肺活量 99.95%，希望再接再厉；最低是 50 米跑 94.28%，应引起足够重视。

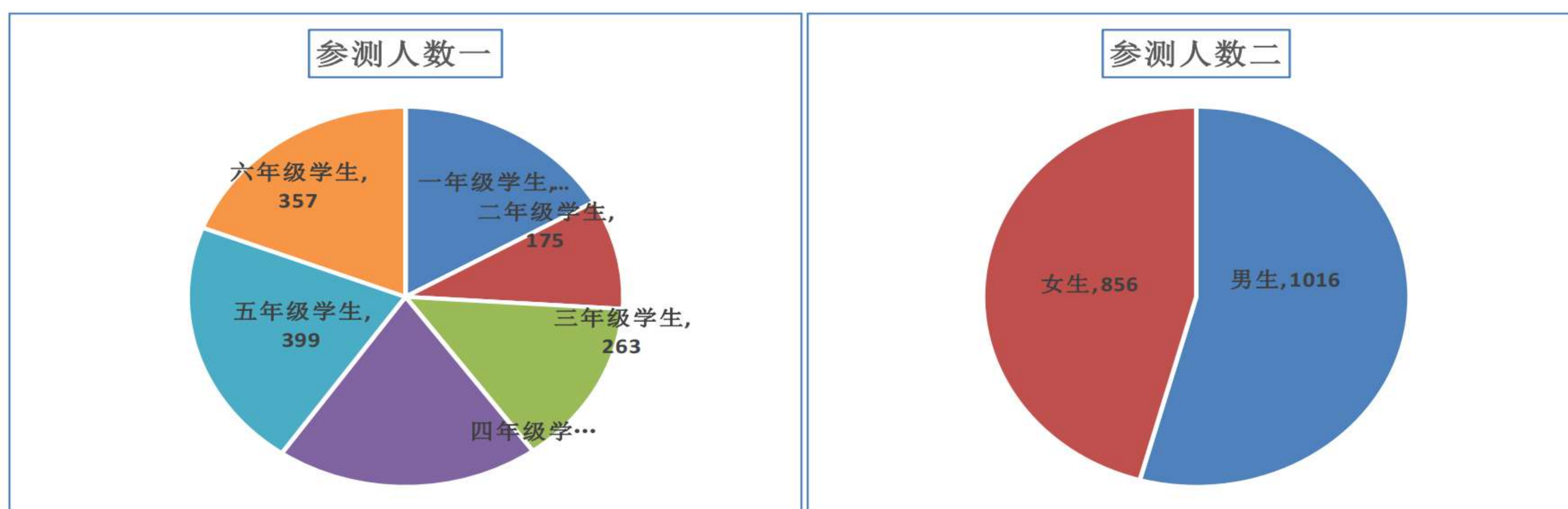
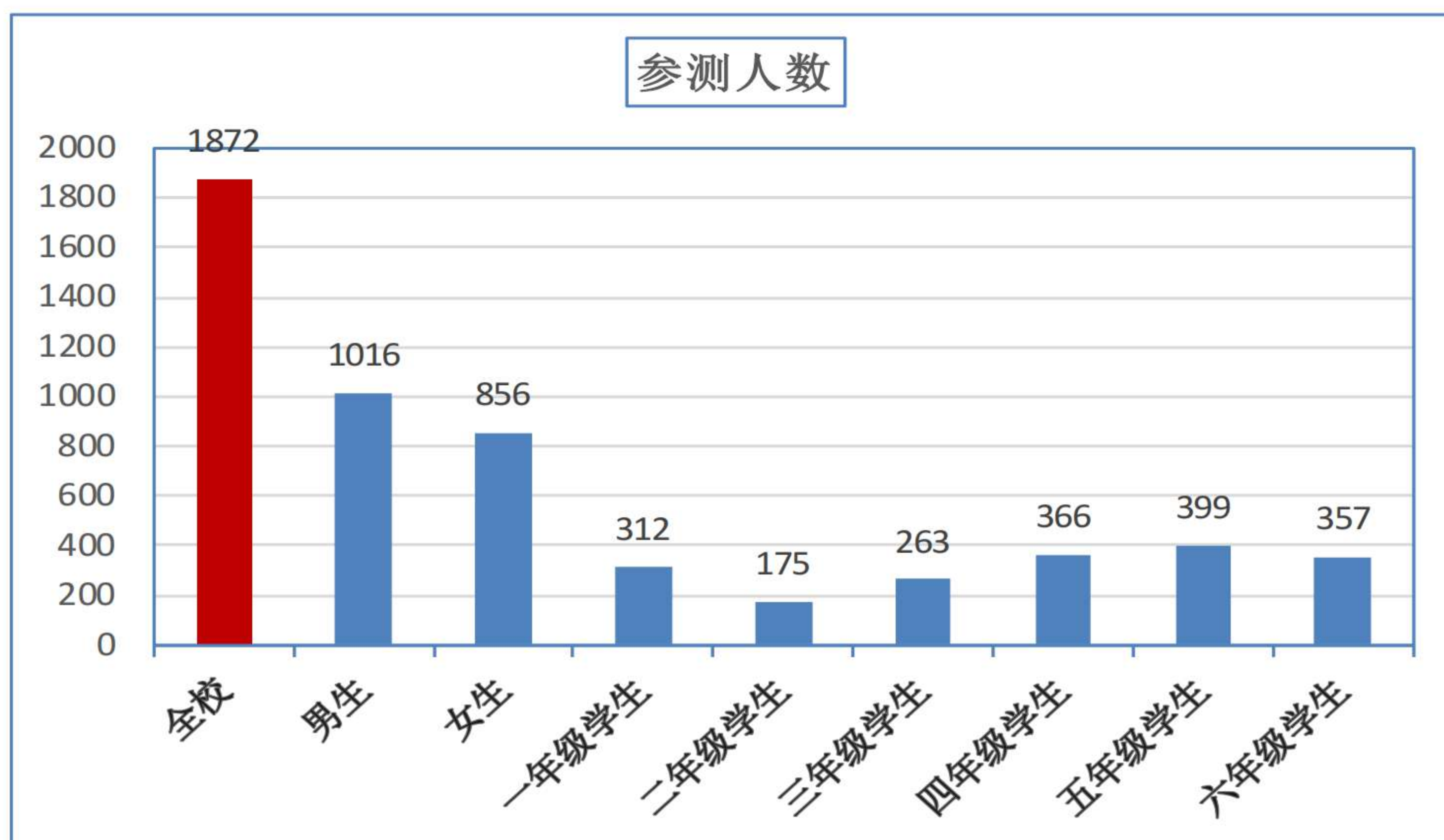
全校、各年级、男女在各个项目指标的具体情况，详见如下第 5 节。

5. 各项测试情况与分析

5.1 测试对象

某某小学参加本次测试的学生共 1872 人。其中， 男生 1016 人，女生 856 人；一年级 312 人，二年级 175 人，三年级 263 人，四年级 366 人，五年级 399 人，六年级 357 人。具体参测人数及比例情况，见如下表 1 及相关图表。

表 1 某某小学学生体质测试参测人数情况			
人员分类	学生总数	参测人数	免测人数
全校	1872	1872	0
男生	1016	1016	0
女生	856	856	0
一年级学生	312	312	0
二年级学生	175	175	0
三年级学生	263	263	0
四年级学生	366	366	0
五年级学生	399	399	0
六年级学生	357	357	0



5.1.1 体质健康测试总体结果与分析

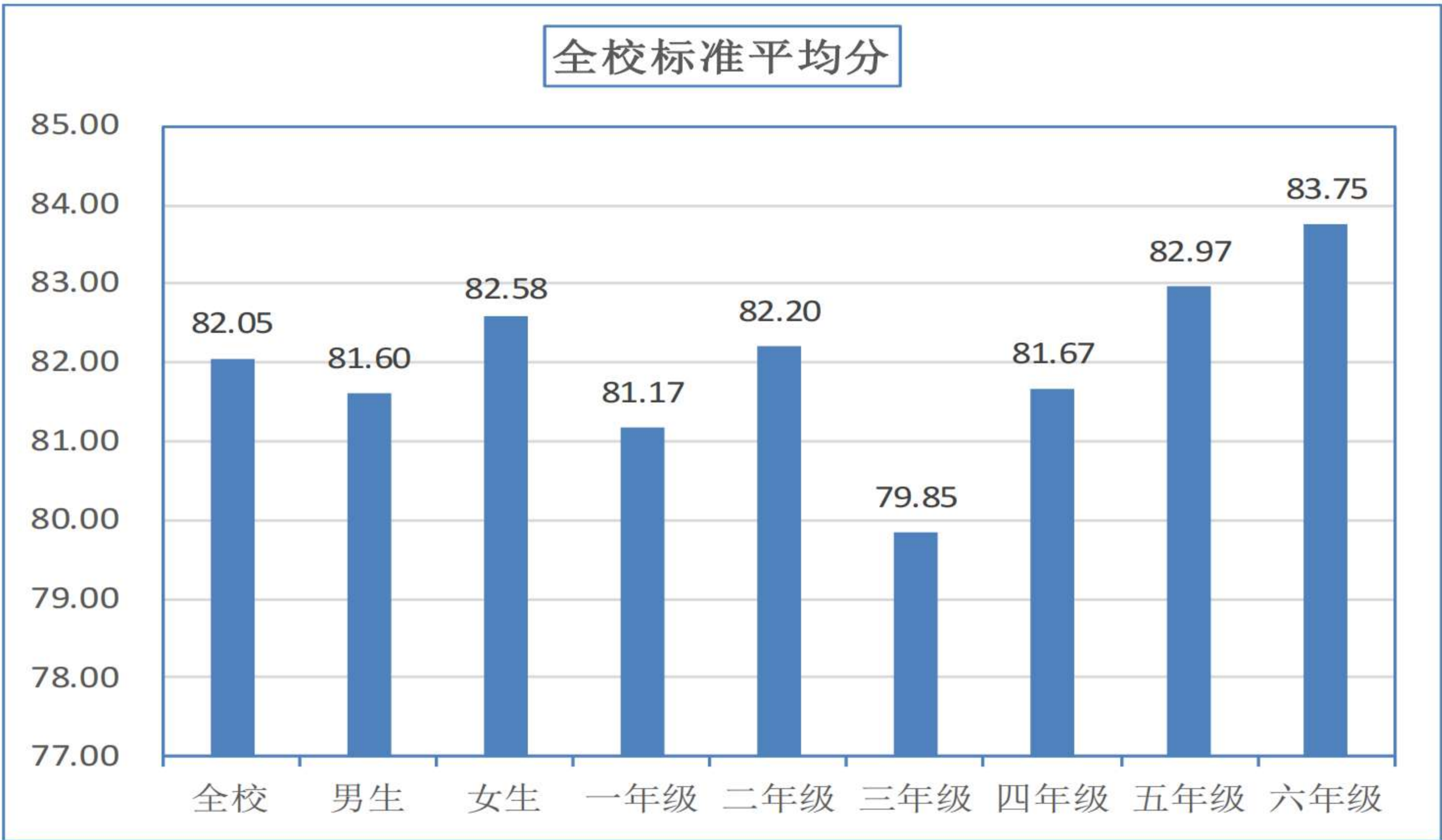
根据《国家学生体质健康标准》（2014 修订），全校标准平均分及等级评定情况，由表 2 及相关图表可见：

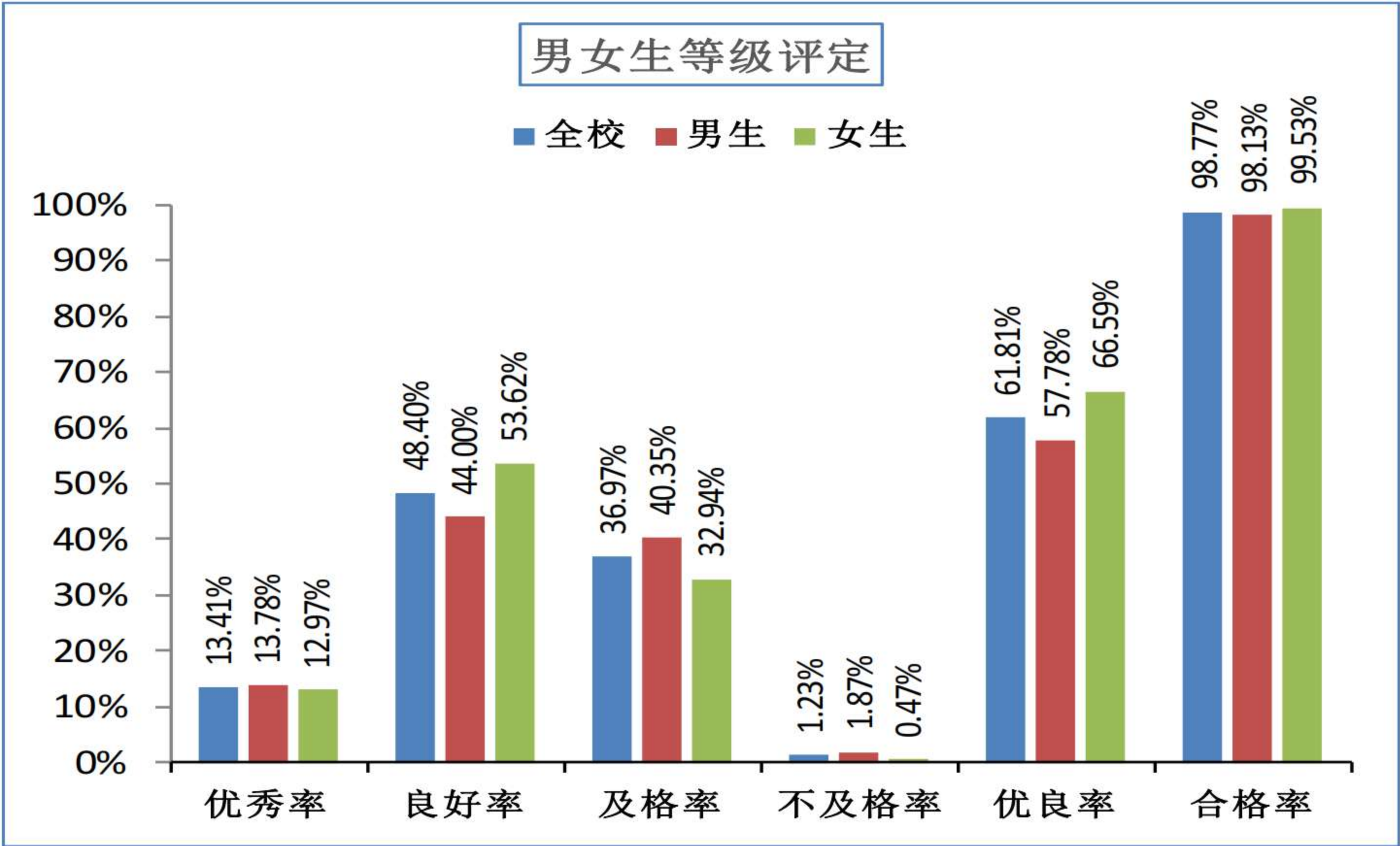
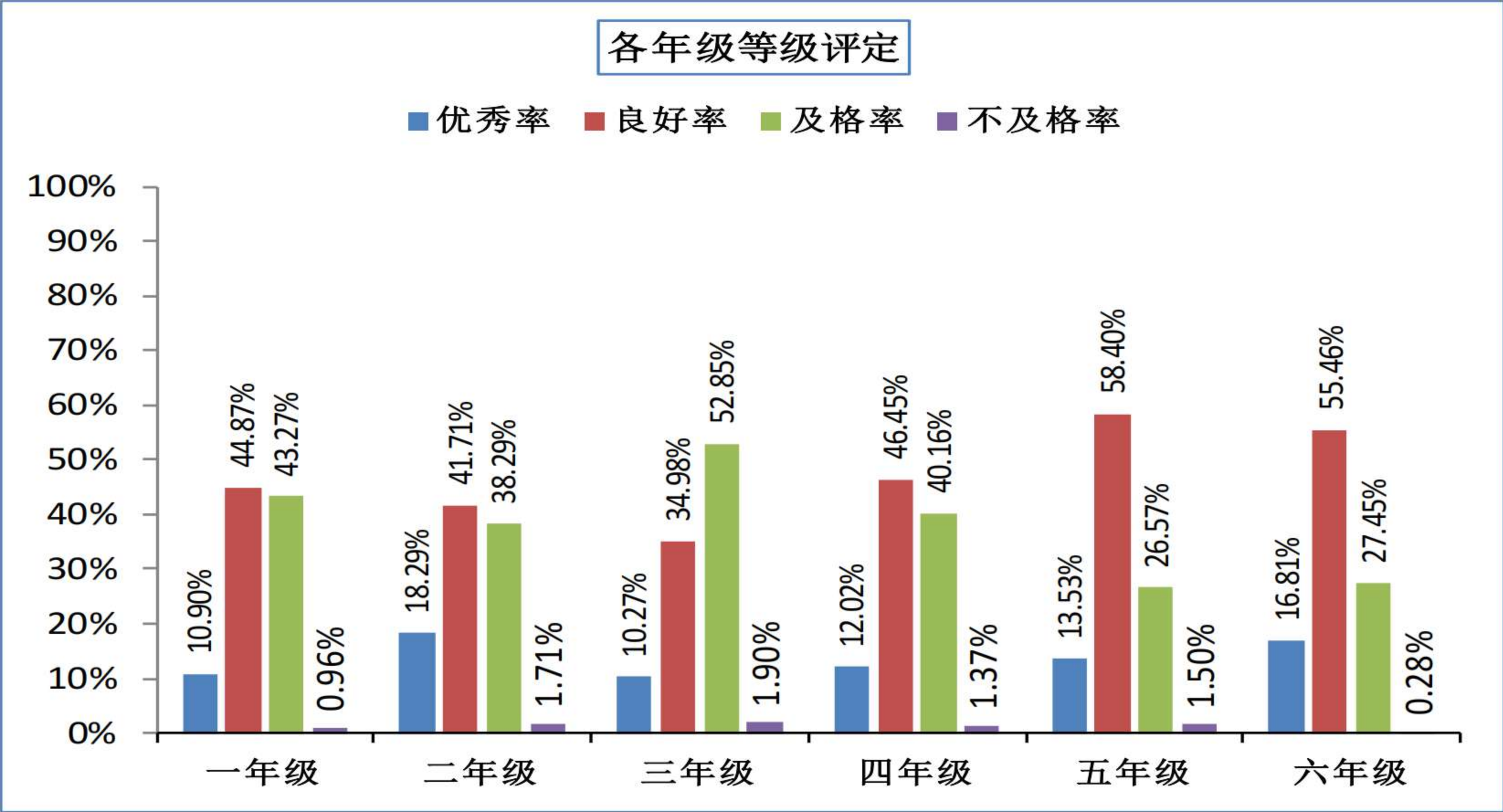
标准平均分：某某小学的总体标准平均分为 82.05，属于良好水平。其中年级平均分，六年级 83.75 $\geq$ 五年级 82.97 $\geq$ 二年级 82.20 $\geq$ 四年级 81.67 $\geq$ 一年级 81.17 $\geq$ 三年级 79.85，由此可知，某某小学学生的体质健康状况六年级最好；男女生标准平均分，女生 82.58 $>$ 男生 81.60，说明在整体的体质健康水平方面，女生优于男生。

优良率：总体优良率为 61.81%，优良率达到较高水平，体质健康水平高的人数较多，希望在今后的体质健康工作中继续保持这种良好势头。其中，各年级优良率，六年级 72.27% $\geq$ 五年级 71.93% $\geq$ 二年级 60.00% $\geq$ 四年级 58.47% $\geq$ 一年级 55.77% $\geq$ 三年级 45.25%，六年级在本次测试中优良率最高。三年级为本次测试中优良率最低的年级，需引起着重关注；男女生优良率，女生 66.59% $>$ 男生 57.78%，女生优于男生。

合格率：总体合格率为 98.77%，说明某某小学学生整体的体质健康处于较高水平，达标人数较多，希望在今后的体质健康工作中继续保持这种优良势头。其中，各年级合格率，六年级 99.72% $\geq$ 一年级 99.04% $\geq$ 四年级 98.63% $\geq$ 五年级 98.50% $\geq$ 二年级 98.29% $\geq$ 三年级 98.10%，说明某某小学学生的体质健康合格状况六年级最好，三年级为本次测试中合格率最低的年级，需引起着重关注；男女生合格率，女生 99.53% $>$ 男生 98.13%，女生优于男生。

表 2 综合评定情况								
类别	参测人数	标准平 均分	优秀率	良好率	及格率	不及格率	优良率	合格率
全校	1872	82.05	13.41%	48.40%	36.97%	1.23%	61.81%	98.77%
男生	1016	81.60	13.78%	44.00%	40.35%	1.87%	57.78%	98.13%
女生	856	82.58	12.97%	53.62%	32.94%	0.47%	66.59%	99.53%
一年级	312	81.17	10.90%	44.87%	43.27%	0.96%	55.77%	99.04%
二年级	175	82.20	18.29%	41.71%	38.29%	1.71%	60.00%	98.29%
三年级	263	79.85	10.27%	34.98%	52.85%	1.90%	45.25%	98.10%
四年级	366	81.67	12.02%	46.45%	40.16%	1.37%	58.47%	98.63%
五年级	399	82.97	13.53%	58.40%	26.57%	1.50%	71.93%	98.50%
六年级	357	83.75	16.81%	55.46%	27.45%	0.28%	72.27%	99.72%





5.1.2 各个测试项目指标统计情况

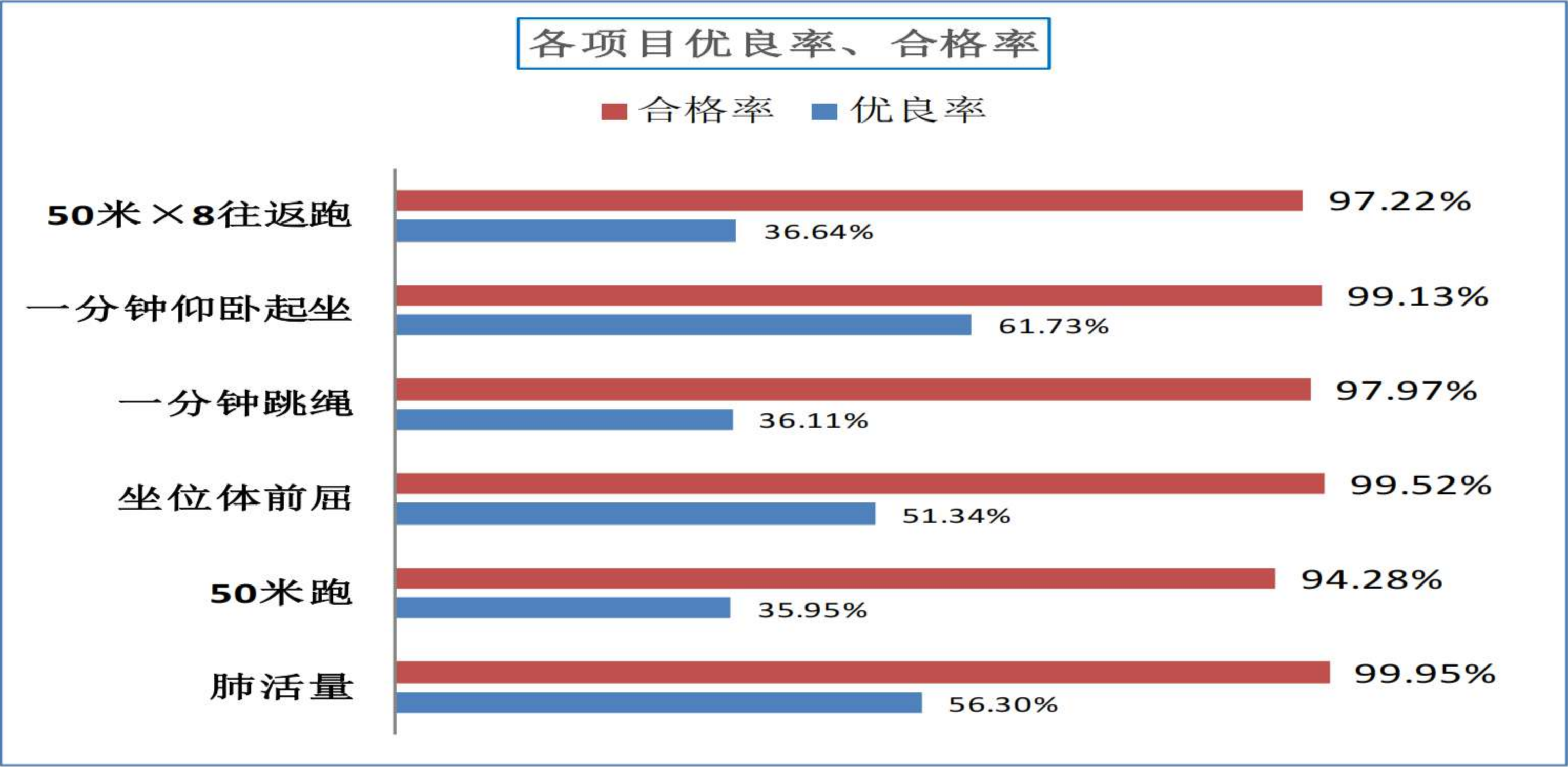
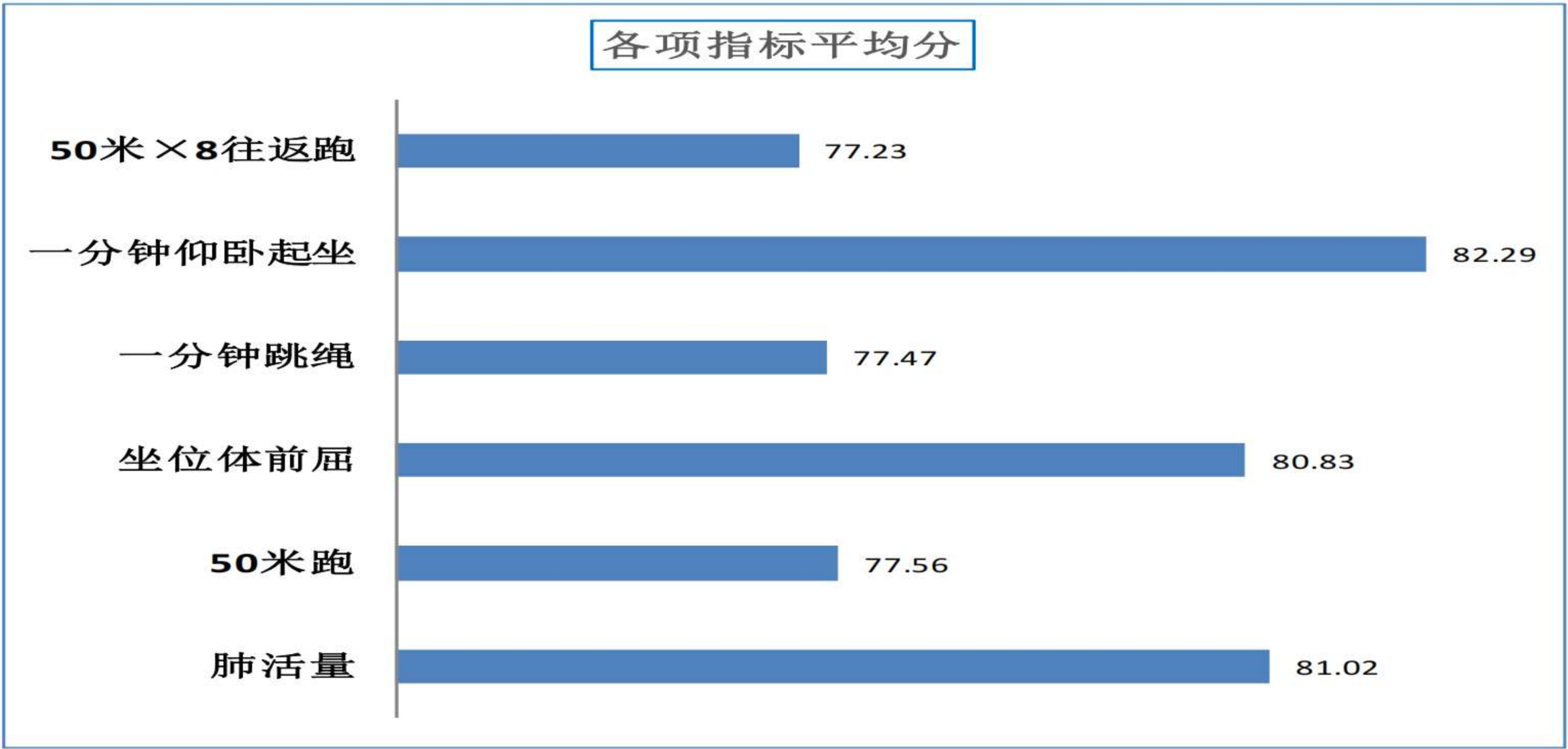
由表 3 及相关图表可见，各个项目的测试统计分析情况：

标准平均分：一分钟仰卧起坐 82.29 $\geq$ 肺活量 81.02 $\geq$ 坐位体前屈 80.83 $\geq$ 50 米跑 77.56 $\geq$ 一分钟跳绳 77.47 $\geq$ 50 米 $\times$ 8 往返跑 77.23。一分钟仰卧起坐得分最高，达到 82.29 分，属于优秀水平，希望继续保持这种良好势头；50 米 $\times$ 8 往返跑得分最低，为 77.23 分，属于良好水平，需要引起重视。

优良率：一分钟仰卧起坐 61.73% $\geq$ 肺活量 56.30% $\geq$ 坐位体前屈 51.34% $\geq$ 50 米 $\times$ 8 往返跑 36.64% $\geq$ 一分钟跳绳 36.11% $\geq$ 50 米跑 35.95%。优良率最高的项目是一分钟仰卧起坐 61.73%，希望再接再厉；最低是 50 米跑 35.95%，应引起足够重视。

合格率：肺活量 99.95% $\geq$ 坐位体前屈 99.52% $\geq$ 一分钟仰卧起坐 99.13% $\geq$ 一分钟跳绳 97.97% $\geq$ 50 米 $\times$ 8 往返跑 97.22% $\geq$ 50 米跑 94.28%。合格率最高的项目是肺活量 99.95%，希望再接再厉；最低是 50 米跑 94.28%，应引起足够重视。

表 3 各项指标评定情况								
测试目标	平均分	标准差	优秀率	良好率	及格率	不及格率	优良率	合格率
肺活量	81.02	8.74	20.99%	35.31%	43.64%	0.05%	56.30%	99.95%
50 米跑	77.56	17.86	22.22%	13.73%	58.33%	5.72%	35.95%	94.28%
坐位体前屈	80.83	10.70	24.31%	27.03%	48.18%	0.48%	51.34%	99.52%
一分钟跳绳	77.47	13.28	19.55%	16.56%	61.86%	2.03%	36.11%	97.97%
一分钟仰卧起坐	82.29	11.35	28.66%	33.07%	37.40%	0.87%	61.73%	99.13%
50 米×8 往返跑	77.23	12.21	16.67%	19.97%	60.58%	2.78%	36.64%	97.22%



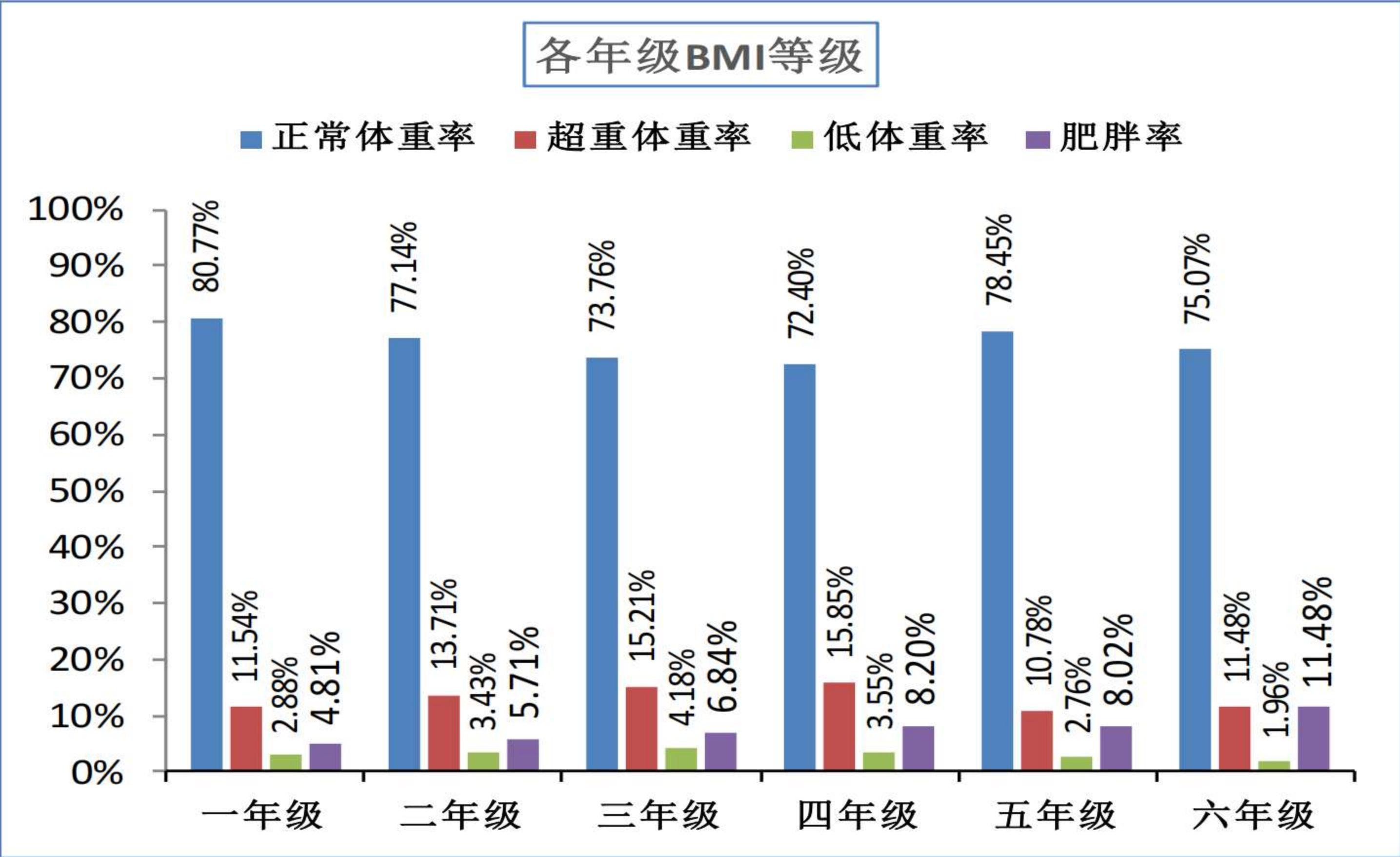
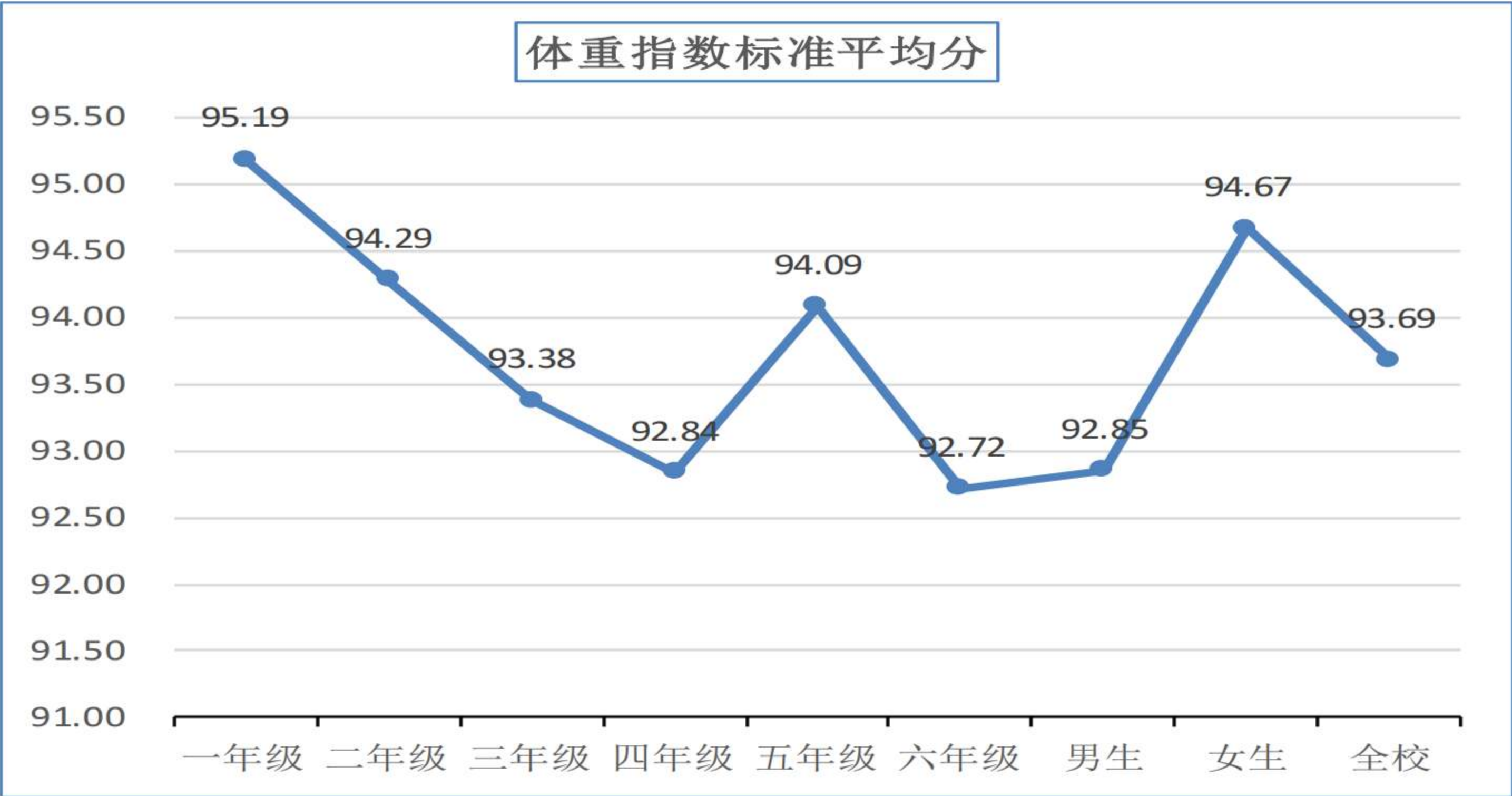
5.1.3 体重指数 BMI

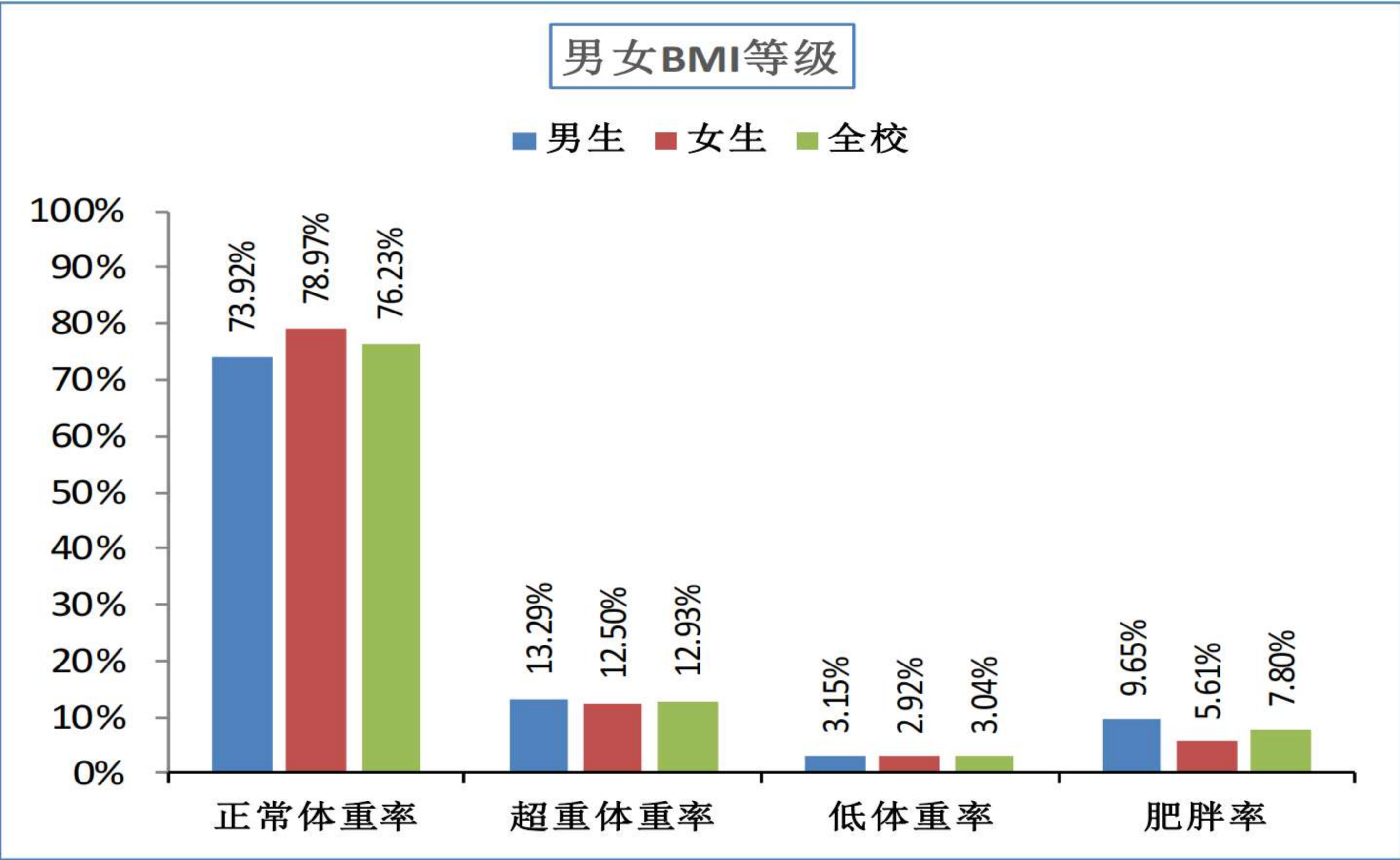
由表 4 及相关图表可见，BMI 指数的统计分析情况：

BMI 标准平均分：全校总体标准平均分为 93.69，根据《国家学生体质健康标准》，学生身体形态整体处于优秀水平。各年级标准平均分，一年级 95.19 $\geq$ 二年级 94.29 $\geq$ 五年级 94.09 $\geq$ 三年级 93.38 $\geq$ 四年级 92.84 $\geq$ 六年级 92.72；一年级得分最高，说明一年级学生身体形态发育最好；男女生标准平均分，女生 94.67 $>$ 男生 92.85，说明在身体形态发育方面，女生优于男生。

BMI 等级评定：全校正常体重率为 76.23%，正常率略低；肥胖率为 7.80%，肥胖率略高。各年级正常率，一年级 80.77% $\geq$ 五年级 78.45% $\geq$ 二年级 77.14% $\geq$ 六年级 75.07% $\geq$ 三年级 73.76% $\geq$ 四年级 72.40%，一年级最好；各年级肥胖率，六年级 11.48% $\geq$ 四年级 8.20% $\geq$ 五年级 8.02% $\geq$ 三年级 6.84% $\geq$ 二年级 5.71% $\geq$ 一年级 4.81%，六年级学生的肥胖率最高；须引起足够重视，应多注意控制饮食，多活动多锻炼，养成良好习惯。男女生正常率，女生 78.97% $>$ 男生 73.92%，女生优于男生。男女肥胖率，男生 9.65% $>$ 女生 5.61%，女生优于男生。

表 4 BMI 指数评定情况						
年级	性别	标准平均分	正常体重率	超重体重率	低体重率	肥胖率
一年级	合计	95.19	80.77%	11.54%	2.88%	4.81%
二年级	合计	94.29	77.14%	13.71%	3.43%	5.71%
三年级	合计	93.38	73.76%	15.21%	4.18%	6.84%
四年级	合计	92.84	72.40%	15.85%	3.55%	8.20%
五年级	合计	94.09	78.45%	10.78%	2.76%	8.02%
六年级	合计	92.72	75.07%	11.48%	1.96%	11.48%
男生	合计	92.85	73.92%	13.29%	3.15%	9.65%
女生	合计	94.67	78.97%	12.50%	2.92%	5.61%
全校	合计	93.69	76.23%	12.93%	3.04%	7.80%





5.1.4 身体机能（肺活量）

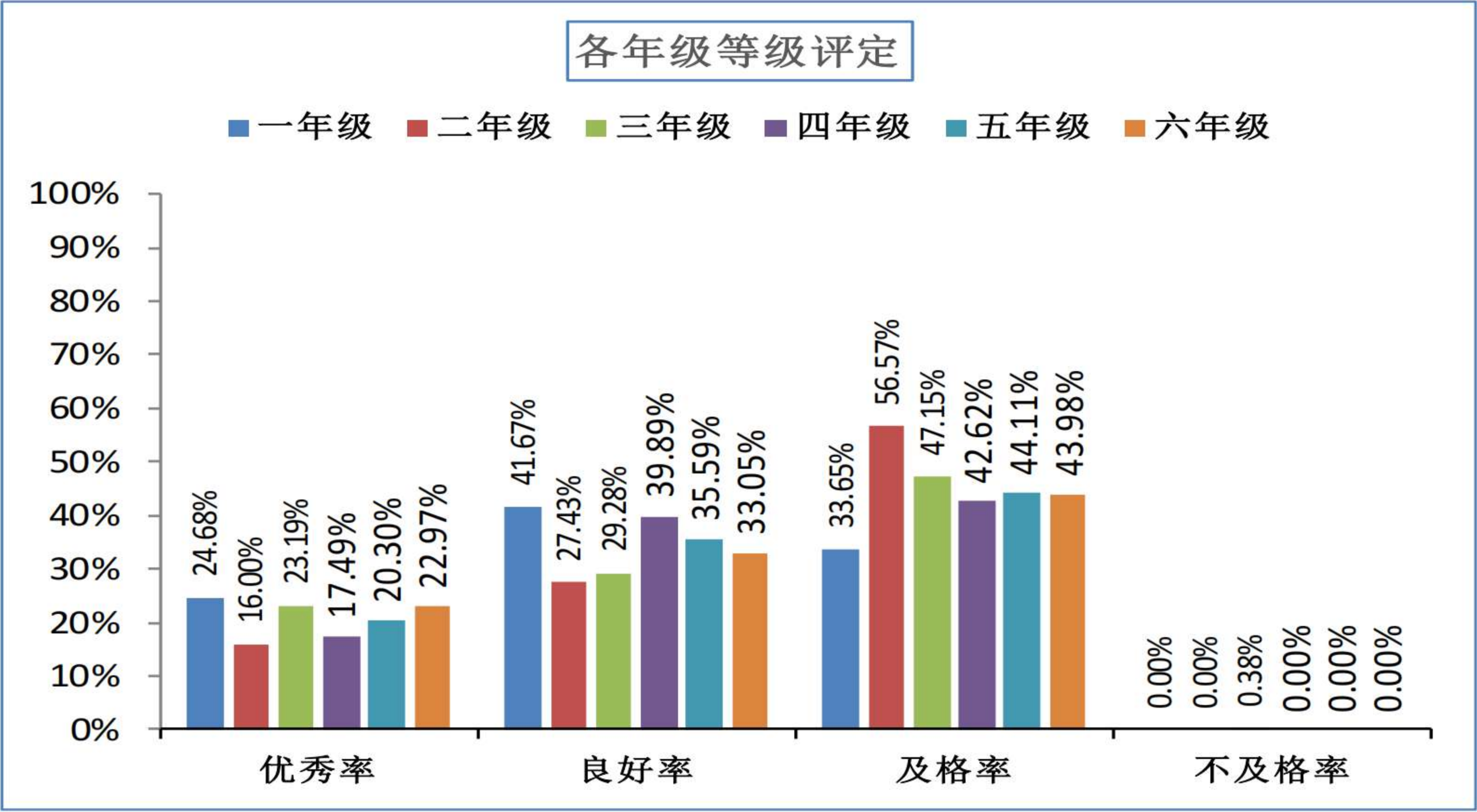
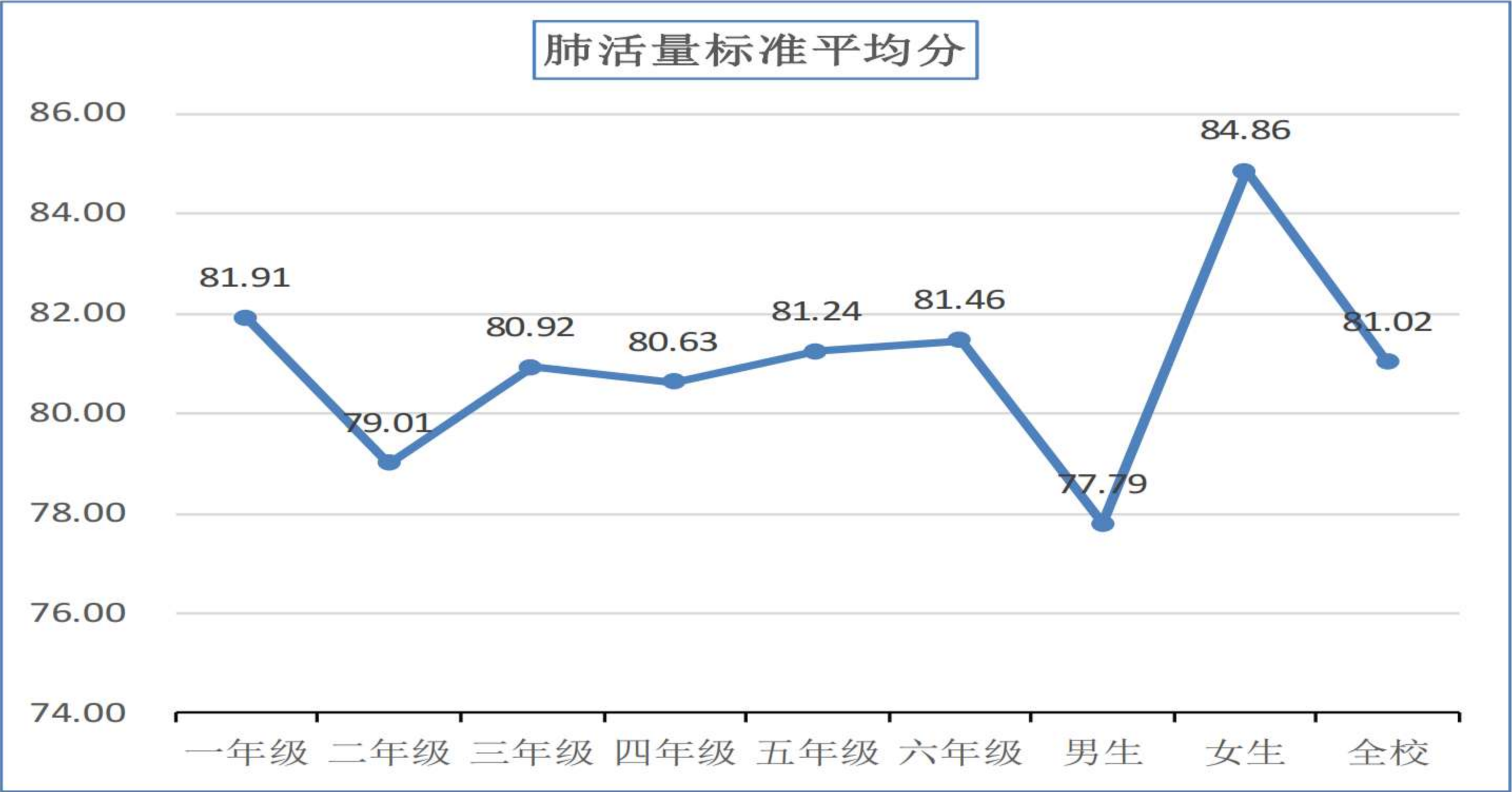
由表 5 及相关图表可见：

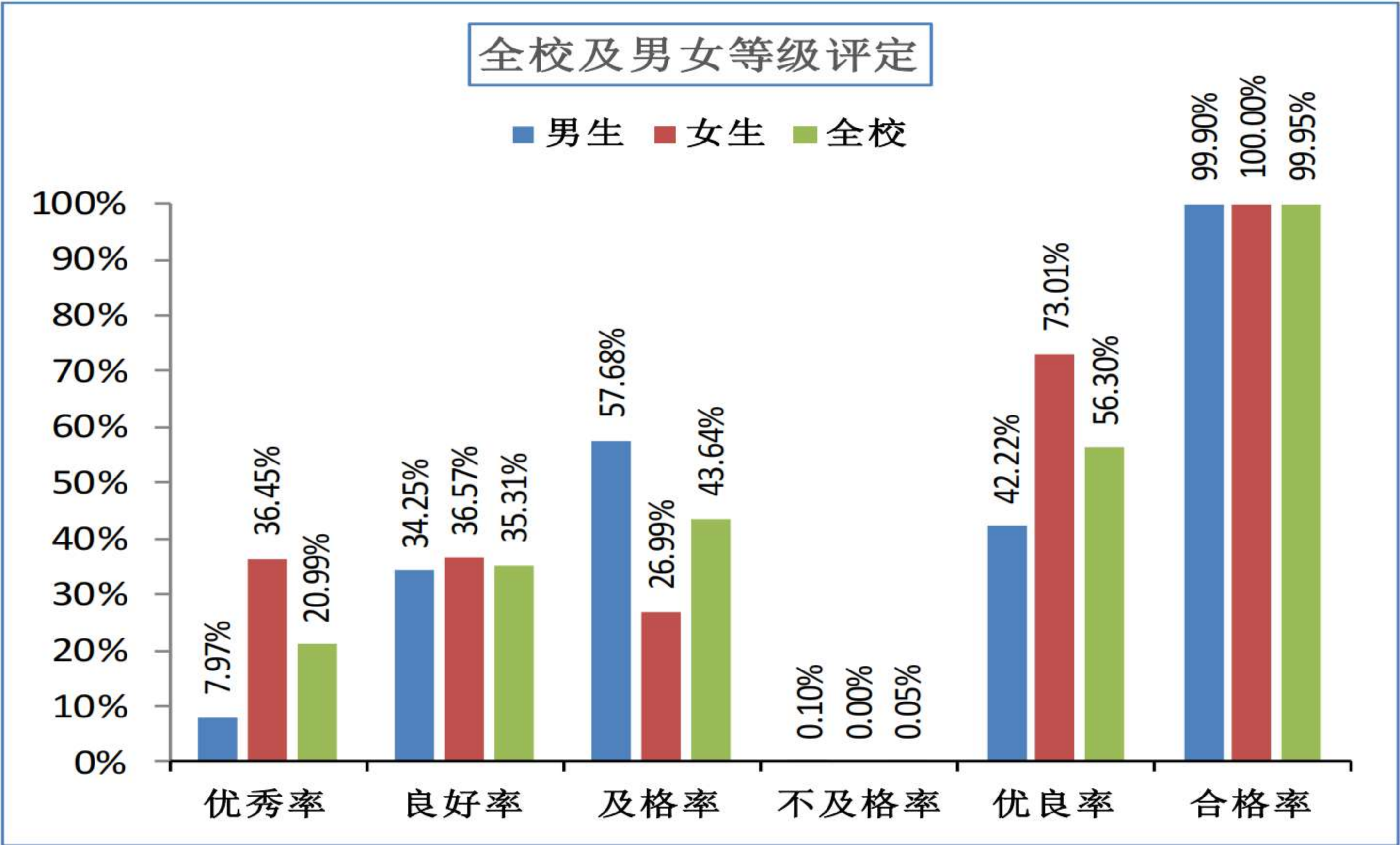
标准平均分：全校标准平均分为 81.02，属于良好水平。年级平均分，一年级 81.91 $\geq$ 六年级 81.46 $\geq$ 五年级 81.24 $\geq$ 三年级 80.92 $\geq$ 四年级 80.63 $\geq$ 二年级 79.01，一年级学生的平均分最高，说明该年级学生的心肺功能发育最好；男女平均分，女生 84.86 $>$ 男生 77.79，说明心肺功能发育女生优于男生。

优良率：全校综合优良率 56.30%，优良率非常高，身体机能达到非常高水平，希望继续保持这种良好势头。年级优良率，一年级 66.35% $\geq$ 四年级 57.38% $\geq$ 六年级 56.02% $\geq$ 五年级 55.89% $\geq$ 三年级 52.47% $\geq$ 二年级 43.43%，一年级学生的优良率最高；男女优良率，女生 73.01% $>$ 男生 42.22%，。

合格率：全校合格率为 99.95%，合格率处于非常好的水平，达标人数非常理想，希望继续保持这种良好势头。年级合格率，一年级 100.00% $\geq$ 二年级 100.00% $\geq$ 四年级 100.00% $\geq$ 五年级 100.00% $\geq$ 六年级 100.00% $\geq$ 三年级 99.62%，一年级二年级四年级五年级六年级等年级学生的合格率，并列最高；男女合格率，女生 100.00% $>$ 男生 99.90%， 女生优于男生。

表 5 身体机能评定情况								
年级	性别	标准平 均分	优秀率	良好率	及格率	不及格率	优良率	合格率
一年级	合计	81.91	24.68%	41.67%	33.65%	0.00%	66.35%	100.00%
二年级	合计	79.01	16.00%	27.43%	56.57%	0.00%	43.43%	100.00%
三年级	合计	80.92	23.19%	29.28%	47.15%	0.38%	52.47%	99.62%
四年级	合计	80.63	17.49%	39.89%	42.62%	0.00%	57.38%	100.00%
五年级	合计	81.24	20.30%	35.59%	44.11%	0.00%	55.89%	100.00%
六年级	合计	81.46	22.97%	33.05%	43.98%	0.00%	56.02%	100.00%
男生	合计	77.79	7.97%	34.25%	57.68%	0.10%	42.22%	99.90%
女生	合计	84.86	36.45%	36.57%	26.99%	0.00%	73.01%	100.00%
全校	合计	81.02	20.99%	35.31%	43.64%	0.05%	56.30%	99.95%





5.1.5 坐位体前屈

由表 6 及相关图表可见：

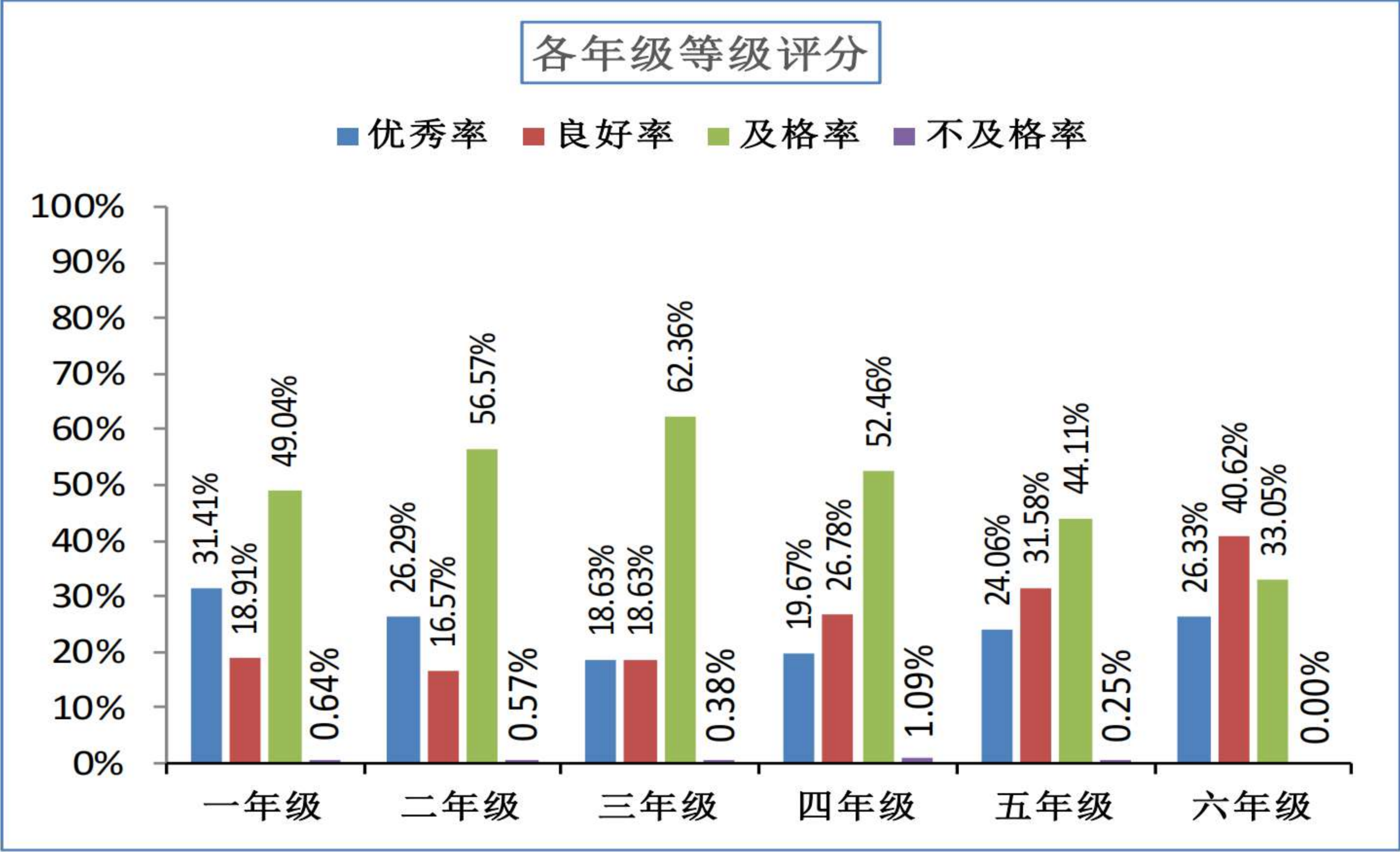
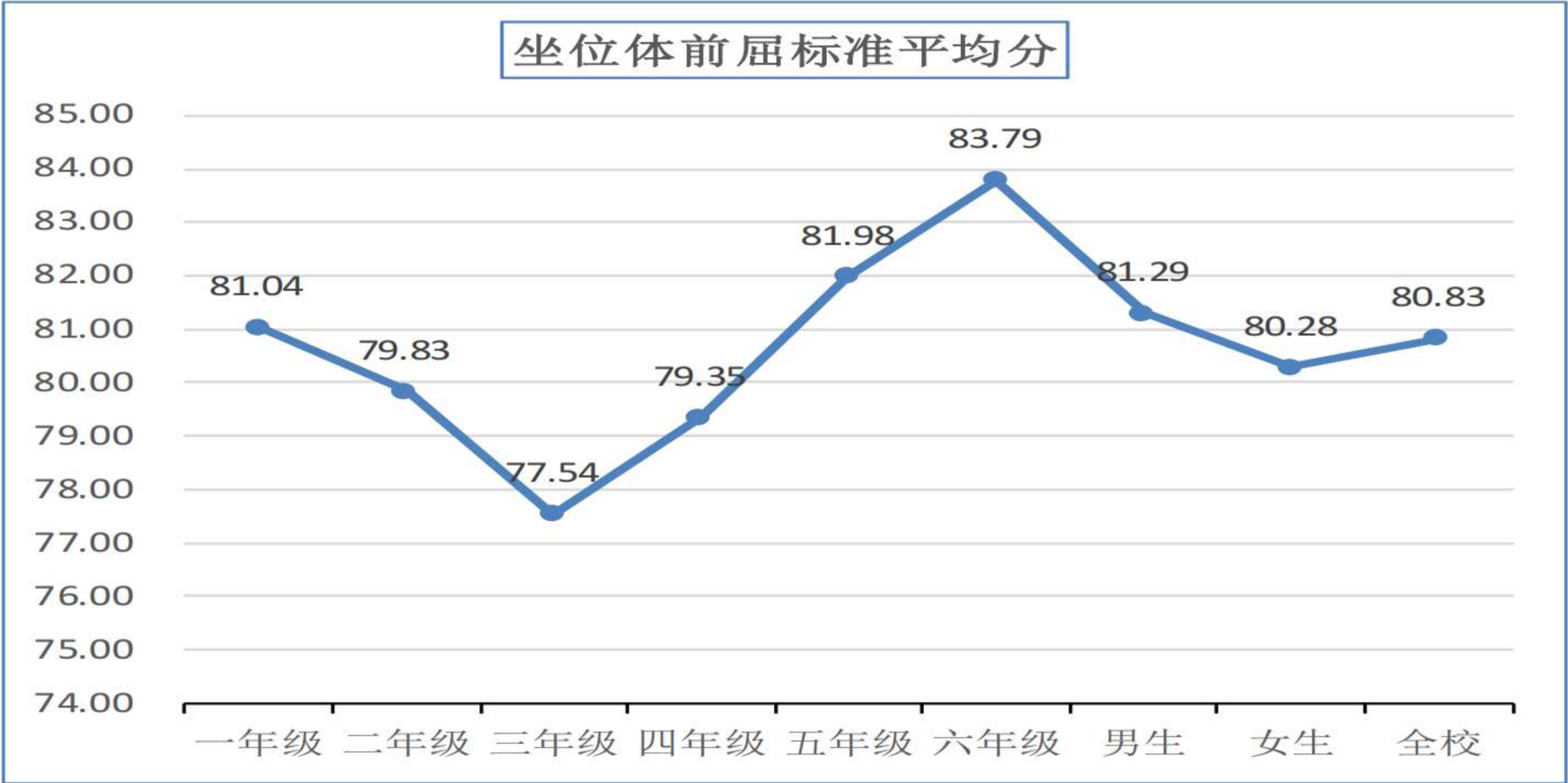
标准平均分：全校坐位体前屈标准平均分为 80.83，属于良好水平。年级平均分，六年级 83.79 $\geq$ 五年级 81.98 $\geq$ 一年级 81.04 $\geq$ 二年级 79.83 $\geq$ 四年级 79.35 $\geq$ 三年级 77.54，六年级得分最高，说明六年级学生的柔韧素质水平最高；男女平均分，男生 81.29 $>$ 女生 80.28，说明在柔韧素质方面，男生优于女生。

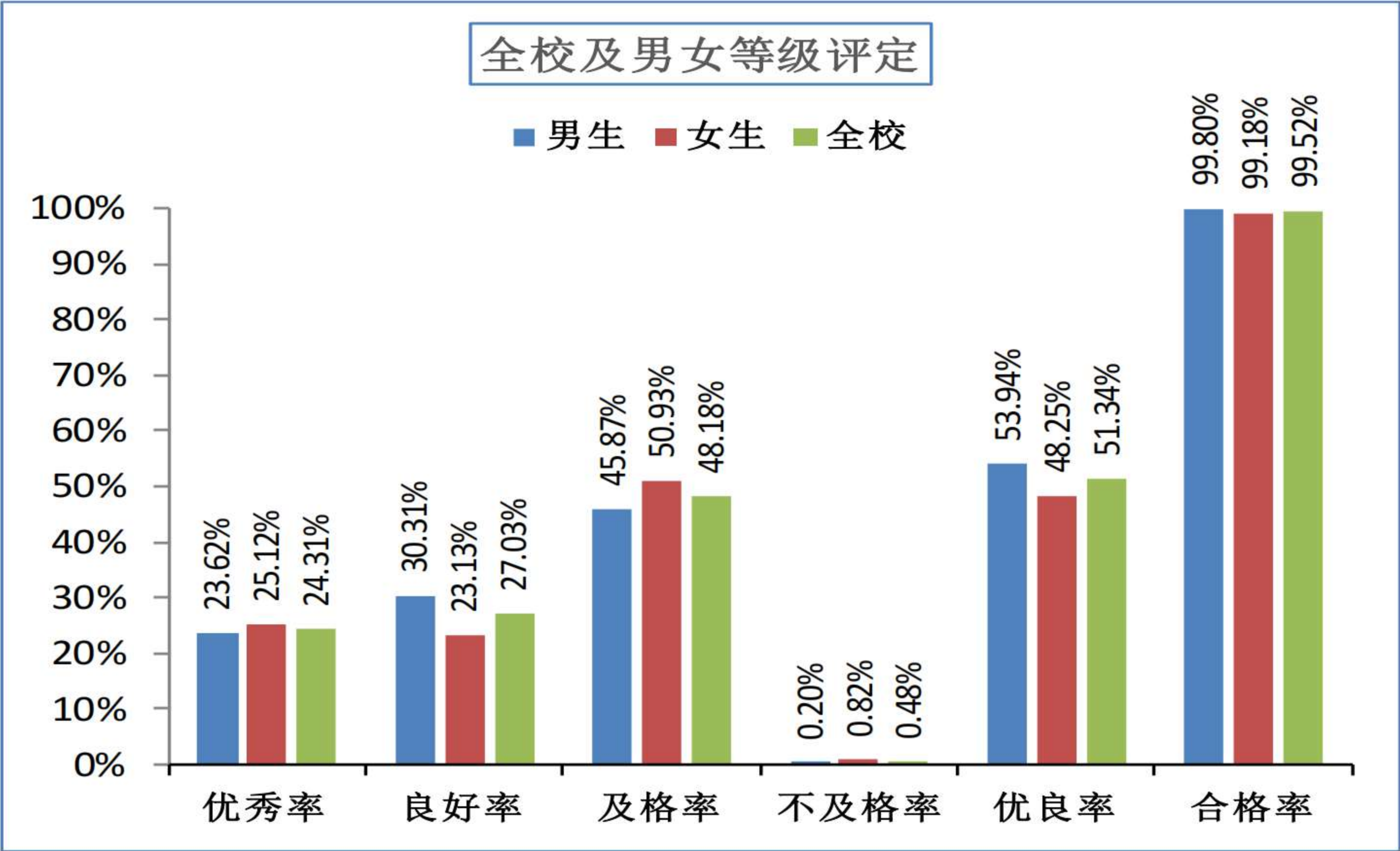
优良率：全校优良率 51.34%，优良率非常高，身体机能达到非常高水平，希望继续保持这种良好势头。年级优良率，六年级 66.95% $\geq$ 五年级 55.64% $\geq$ 一年级 50.32% $\geq$ 四年级 46.45% $\geq$ 二年级 42.86% $\geq$ 三年级 37.26%，六年级优良率最高；男女优良率，男生 53.94% $>$ 女生 48.25%，男生优于女生。

合格率：全校合格率为 99.52%，合格率处于非常好的水平，达标人数非常理想，希望继续保持这种良好势头。年级合格率，六年级 100.00% $\geq$ 五年级 99.75% $\geq$ 三年级 99.62% $\geq$ 二年级 99.43% $\geq$ 一年级 99.36% $\geq$ 四年级 98.91%，六年级合格率最高；男女合格率，男生 99.80% $>$ 女生 99.18%，男生优于女生。

表 6 坐位体前屈评定情况								
年级	性别	标准 平均分	优秀率	良好率	及格率	不及格 率	优良率	合格率
一年级	合计	81.04	31.41%	18.91%	49.04%	0.64%	50.32%	99.36%
二年级	合计	79.83	26.29%	16.57%	56.57%	0.57%	42.86%	99.43%
三年级	合计	77.54	18.63%	18.63%	62.36%	0.38%	37.26%	99.62%
四年级	合计	79.35	19.67%	26.78%	52.46%	1.09%	46.45%	98.91%
五年级	合计	81.98	24.06%	31.58%	44.11%	0.25%	55.64%	99.75%
六年级	合计	83.79	26.33%	40.62%	33.05%	0.00%	66.95%	100.00 %

男生	合计	81.29	23.62%	30.31%	45.87%	0.20%	53.94%	99.80%
女生	合计	80.28	25.12%	23.13%	50.93%	0.82%	48.25%	99.18%
全校	合计	80.83	24.31%	27.03%	48.18%	0.48%	51.34%	99.52%





5.1.6 50 米跑

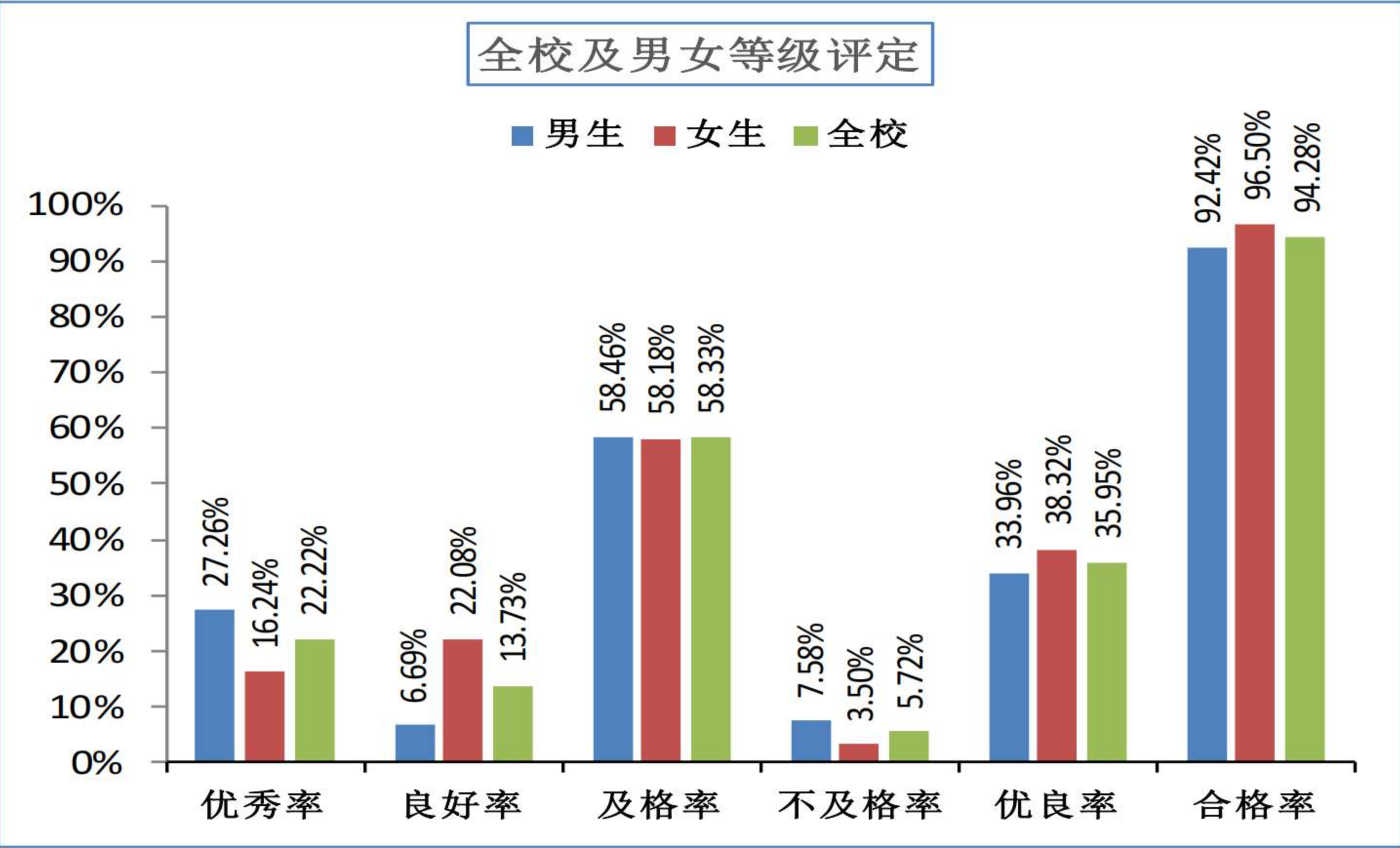
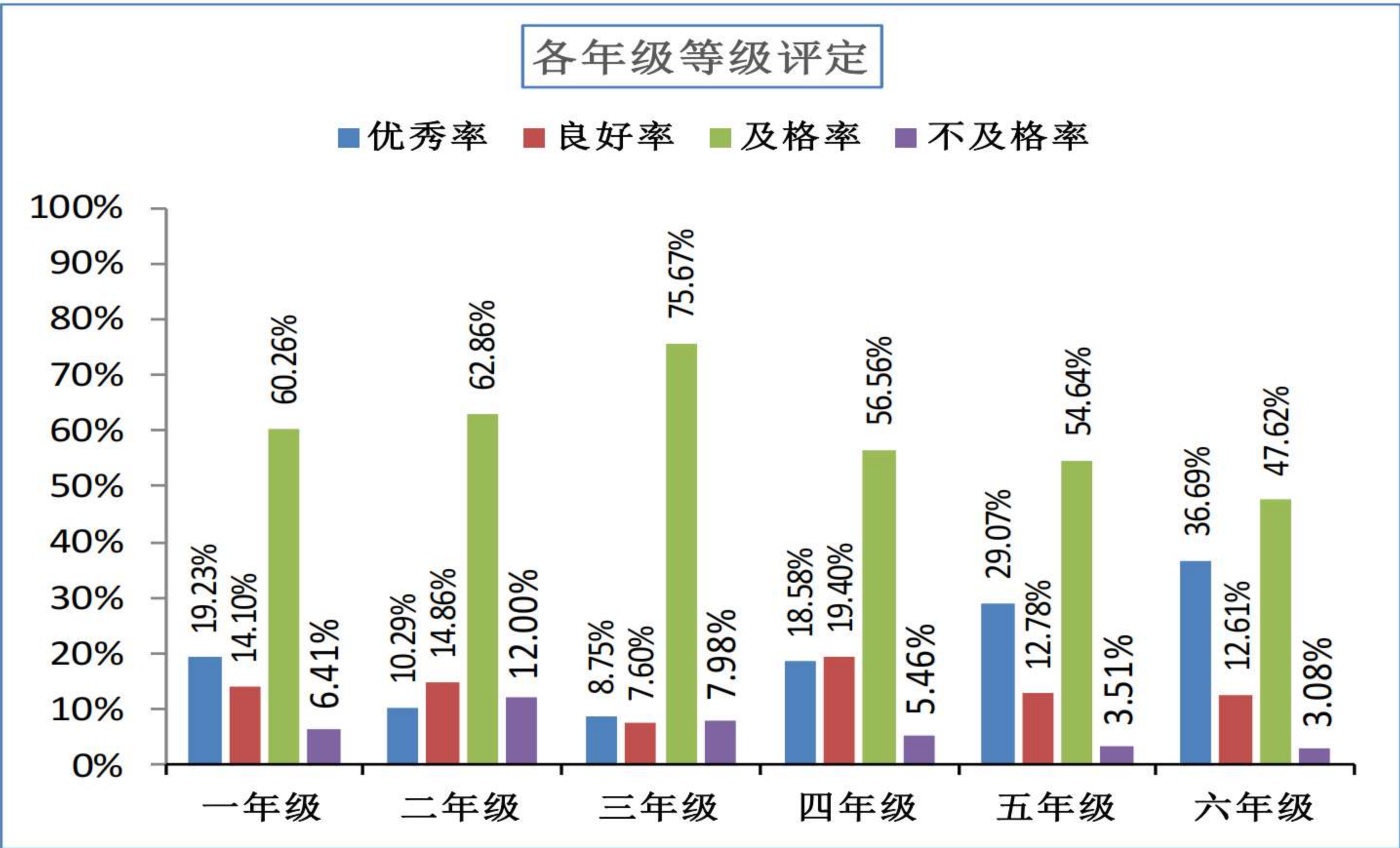
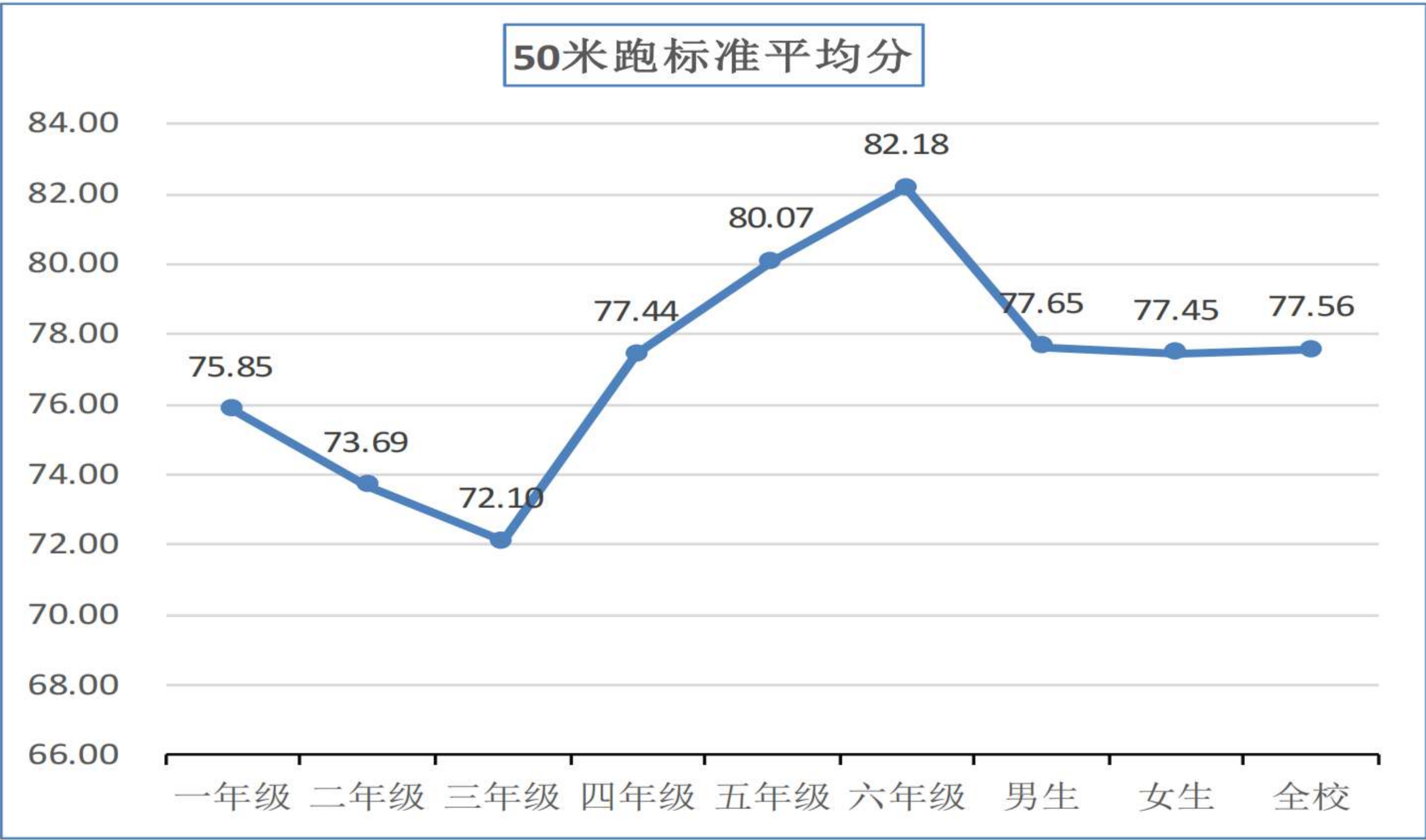
由表 7 及相关图表可见：

标准平均分：全校 50 米跑标准平均分为 77.56，属于及格水平。年级平均分，六年级 82.18 $\geq$ 五年级 80.07 $\geq$ 四年级 77.44 $\geq$ 一年级 75.85 $\geq$ 二年级 73.69 $\geq$ 三年级 72.10，六年级得分最高，说明六年级学生的速度素质水平最高；男女平均分，男生 77.65 $>$ 女生 77.45，说明在速度素质方面，男生优于女生。

优良率：全校优良率为 35.95%，优良率较高，身体机能达到较高水平，希望继续保持这种良好势头。年级优良率，六年级 49.30% $\geq$ 五年级 41.85% $\geq$ 四年级 37.98% $\geq$ 一年级 33.33% $\geq$ 二年级 25.14% $\geq$ 三年级 16.35%，六年级优良率最高；男女优良率，女生 38.32% $>$ 男生 33.96%，女生优于男生。

合格率：全校合格率为 94.28%，合格率处于一般水平，达标人数还不是很理想，需要继续努力提高合格率。年级合格率，六年级 96.92% $\geq$ 五年级 96.49% $\geq$ 四年级 94.54% $\geq$ 一年级 93.59% $\geq$ 三年级 92.02% $\geq$ 二年级 88.00%，六年级合格率最高；男女合格率，女生 96.50% $>$ 男生 92.42%，女生优于男生。

表 7 50 米跑评定情况								
年级	性别	标准平均分	优秀率	良好率	及格率	不及格率	优良率	合格率
一年级	合计	75.85	19.23%	14.10%	60.26%	6.41%	33.33%	93.59%
二年级	合计	73.69	10.29%	14.86%	62.86%	12.00%	25.14%	88.00%
三年级	合计	72.10	8.75%	7.60%	75.67%	7.98%	16.35%	92.02%
四年级	合计	77.44	18.58%	19.40%	56.56%	5.46%	37.98%	94.54%
五年级	合计	80.07	29.07%	12.78%	54.64%	3.51%	41.85%	96.49%
六年级	合计	82.18	36.69%	12.61%	47.62%	3.08%	49.30%	96.92%
男生	合计	77.65	27.26%	6.69%	58.46%	7.58%	33.96%	92.42%
女生	合计	77.45	16.24%	22.08%	58.18%	3.50%	38.32%	96.50%
全校	合计	77.56	22.22%	13.73%	58.33%	5.72%	35.95%	94.28%



5.1.7 一分钟跳绳

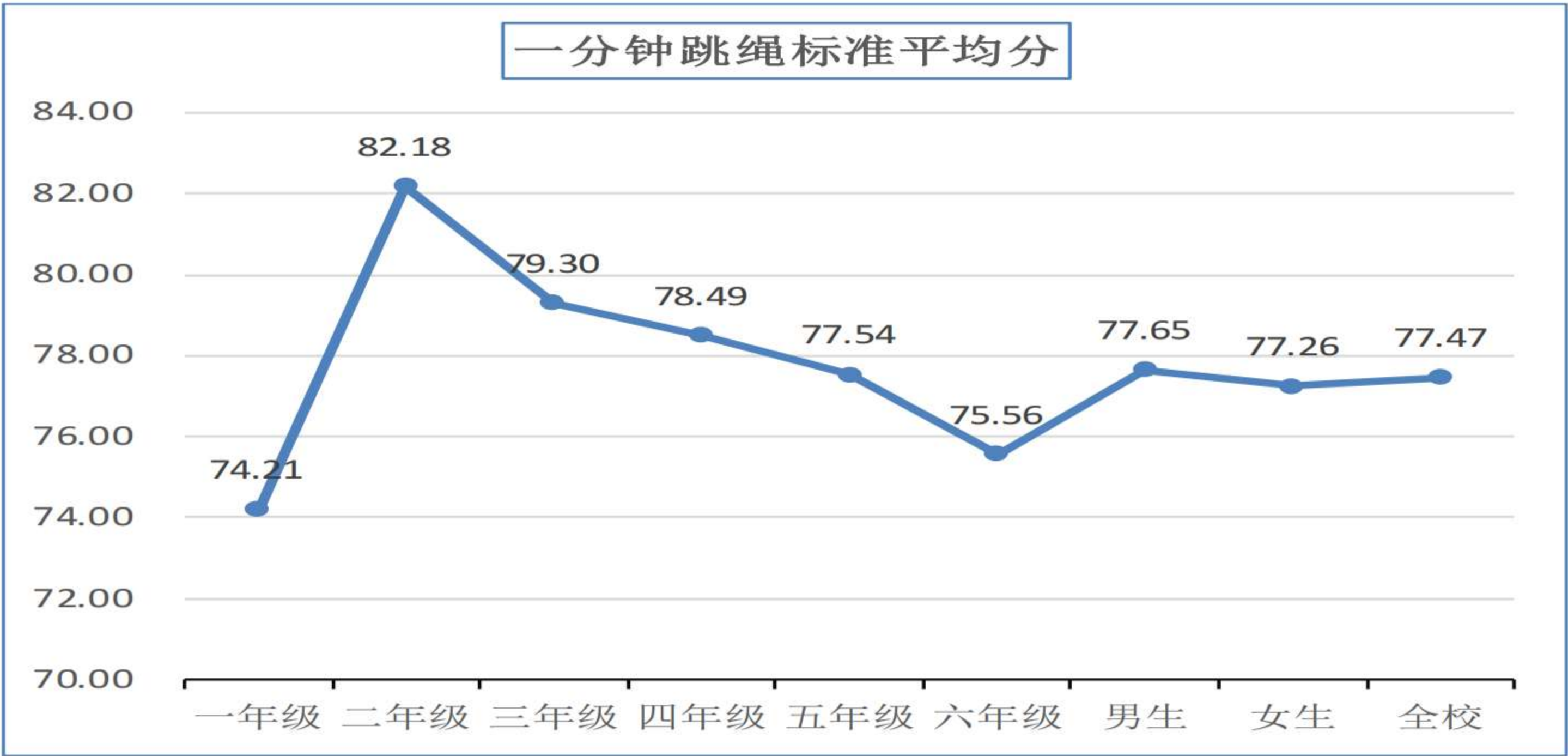
由表 8 及相关图表可见：

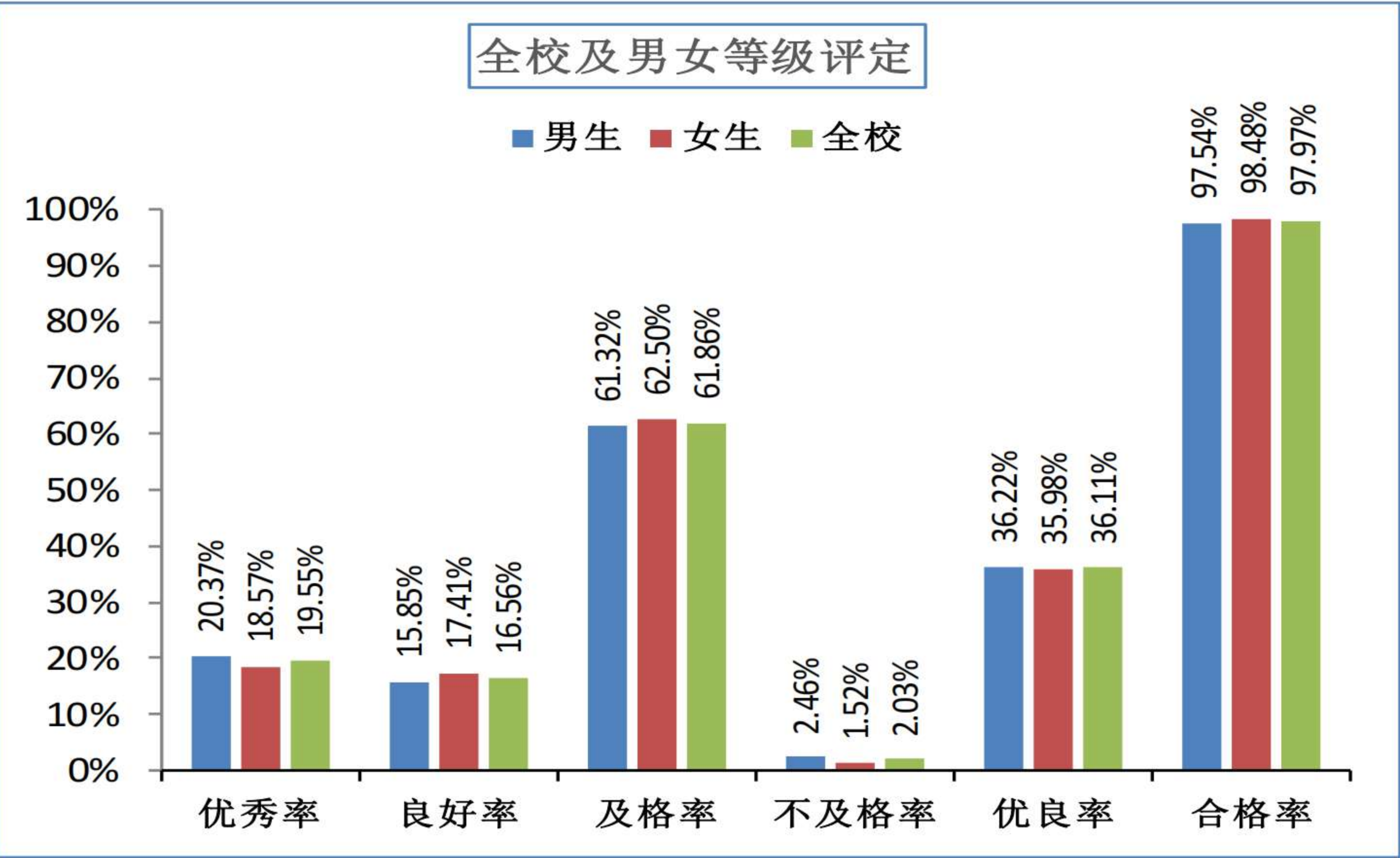
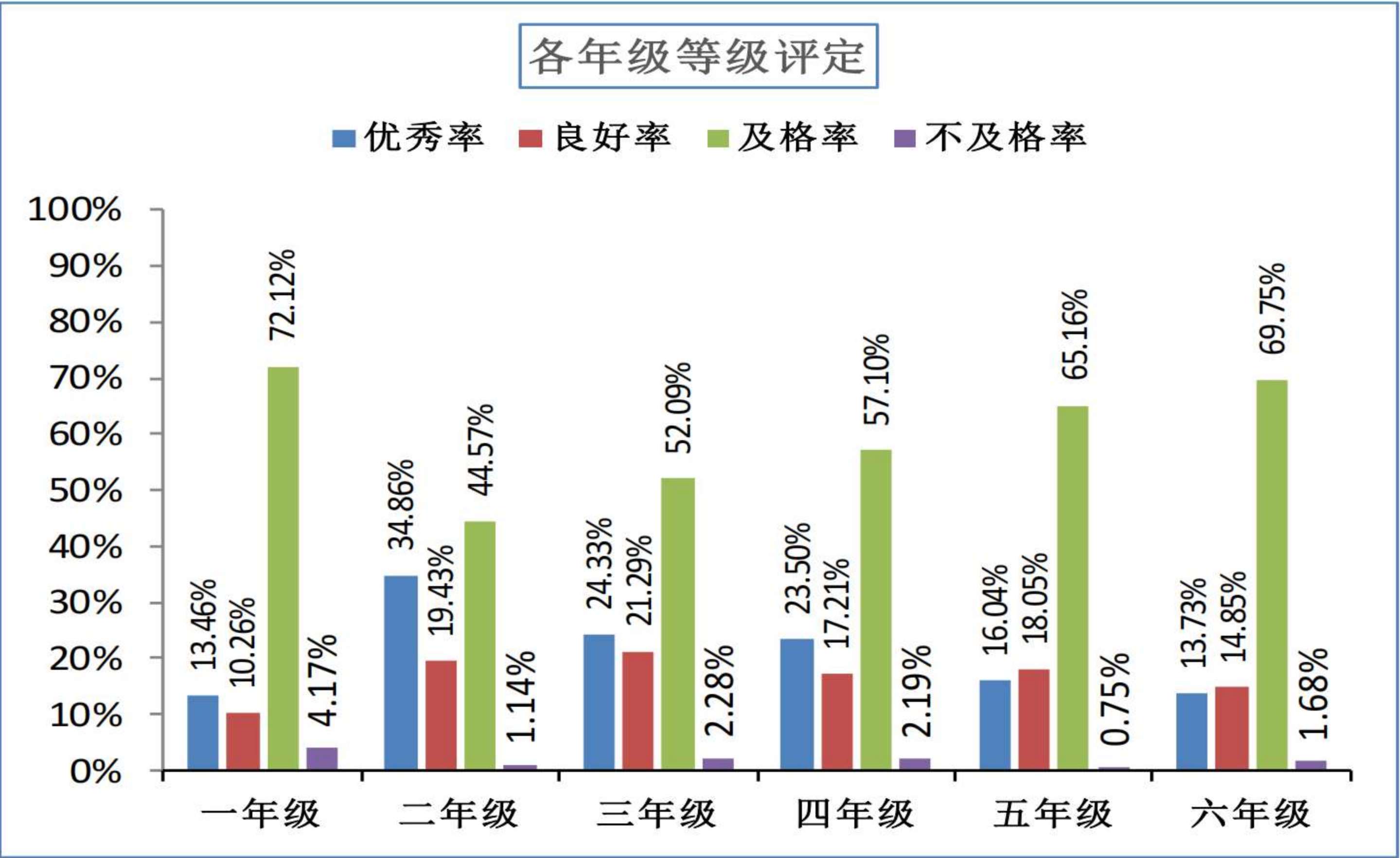
标准平均分：全校学生一分钟跳绳标准平均分为 77.47，属于及格水平。年级平均分，二年级 82.18 $\geq$ 三年级 79.30 $\geq$ 四年级 78.49 $\geq$ 五年级 77.54 $\geq$ 六年级 75.56 $\geq$ 一年级 74.21，二年级得分最高，说明二年级学生的弹跳力量和身体协调素质最好。

优良率：全校优良率为 36.11%，优良率较高，身体机能达到较高水平，希望继续保持这种良好势头。年级优良率，二年级 54.29% $\geq$ 三年级 45.63% $\geq$ 四年级 40.71% $\geq$ 五年级 34.09% $\geq$ 六年级 28.57% $\geq$ 一年级 23.72%，二年级学生的优良率最高；男女优良率，女生 38.32% $>$ 男生 33.96%，女生优于男生。

合格率：全校合格率为 97.97%，合格率处于较好水平，达标人数较多，希望继续保持这种良好势头。年级合格率，五年级 99.25% $\geq$ 二年级 98.86% $\geq$ 六年级 98.32% $\geq$ 四年级 97.81% $\geq$ 三年级 97.72% $\geq$ 一年级 95.83%，五年级合格率最高；男女合格率，女生 98.48% $>$ 男生 97.54%，女生优于男生。

表 8 一分钟跳绳评定情况								
年级	性别	标准平 均分	优秀率	良好率	及格率	不及格率	优良率	合格率
一年级	合计	74.21	13.46%	10.26%	72.12%	4.17%	23.72%	95.83%
二年级	合计	82.18	34.86%	19.43%	44.57%	1.14%	54.29%	98.86%
三年级	合计	79.30	24.33%	21.29%	52.09%	2.28%	45.63%	97.72%
四年级	合计	78.49	23.50%	17.21%	57.10%	2.19%	40.71%	97.81%
五年级	合计	77.54	16.04%	18.05%	65.16%	0.75%	34.09%	99.25%
六年级	合计	75.56	13.73%	14.85%	69.75%	1.68%	28.57%	98.32%
男生	合计	77.65	20.37%	15.85%	61.32%	2.46%	36.22%	97.54%
女生	合计	77.26	18.57%	17.41%	62.50%	1.52%	35.98%	98.48%
全校	合计	77.47	19.55%	16.56%	61.86%	2.03%	36.11%	97.97%





5.1.8 一分钟仰卧起坐

由表 9 及相关图表可见：

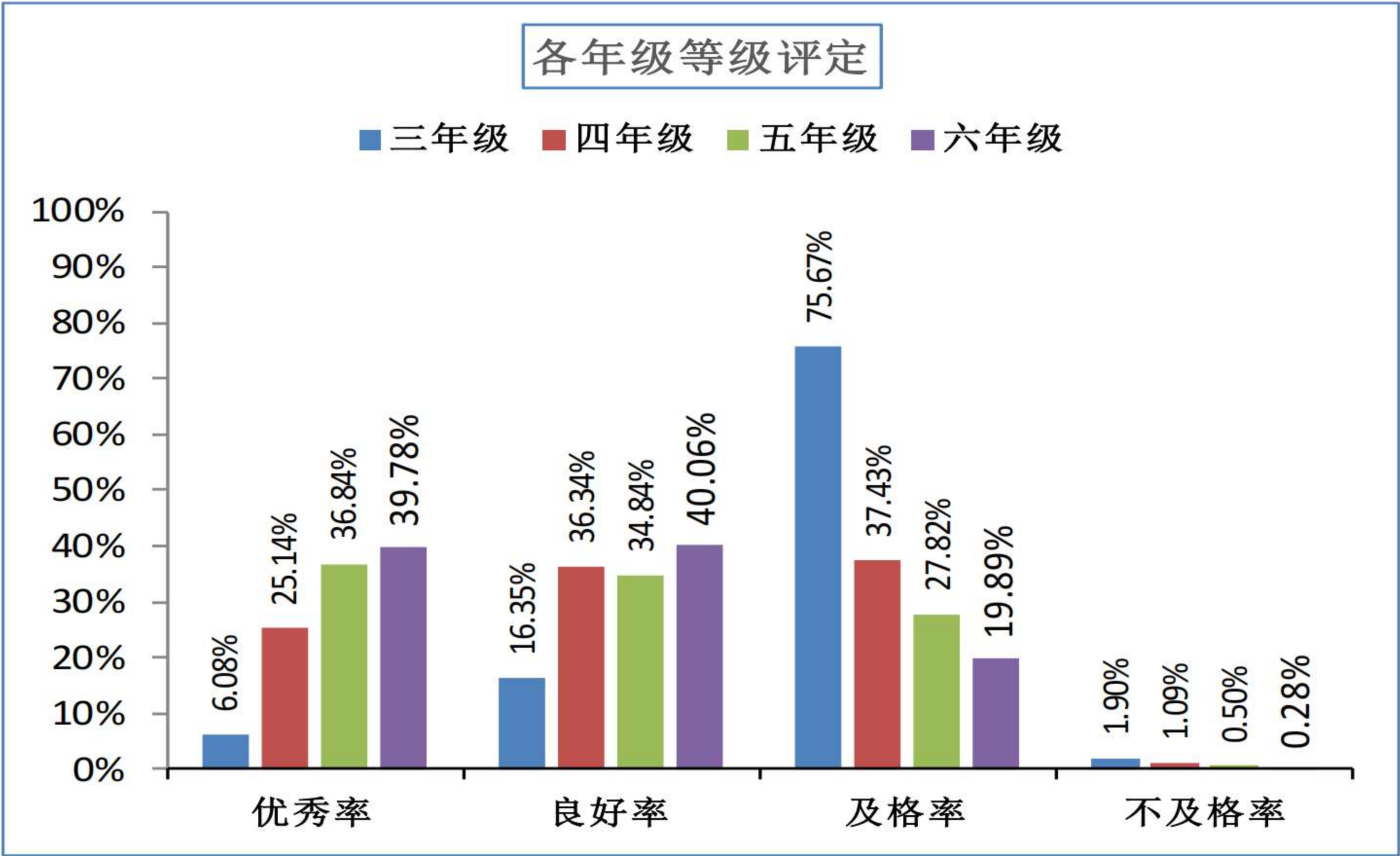
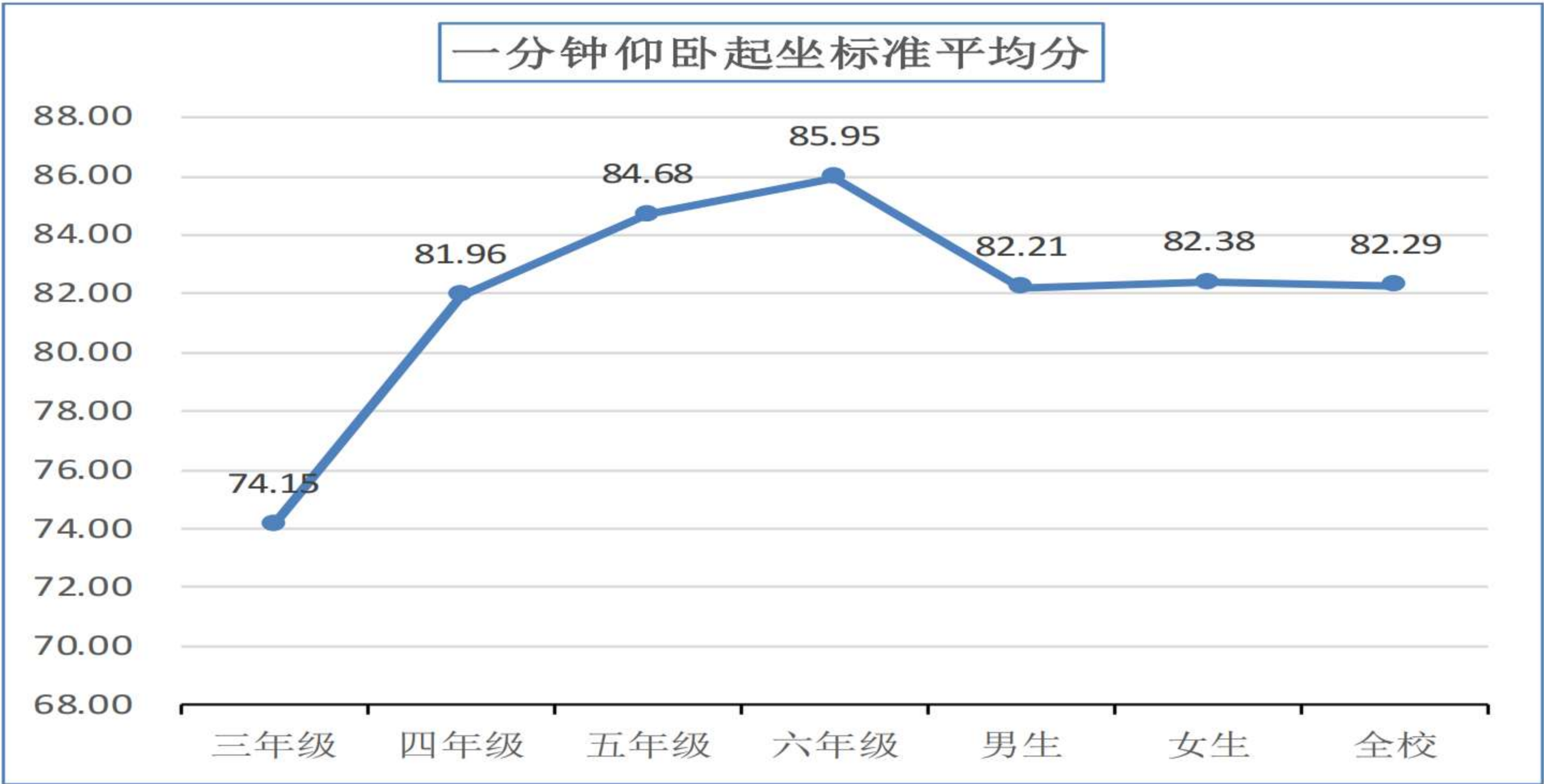
标准平均分：全校学生一分钟仰卧起坐标准平均分为 82.29，属于良好水平。年级平均分，六年级 85.95 $\geq$ 五年级 84.68 $\geq$ 四年级 81.96 $\geq$ 三年级 74.15，六年级得分最高，说明六年级学生的腰腹部力量素质最好。

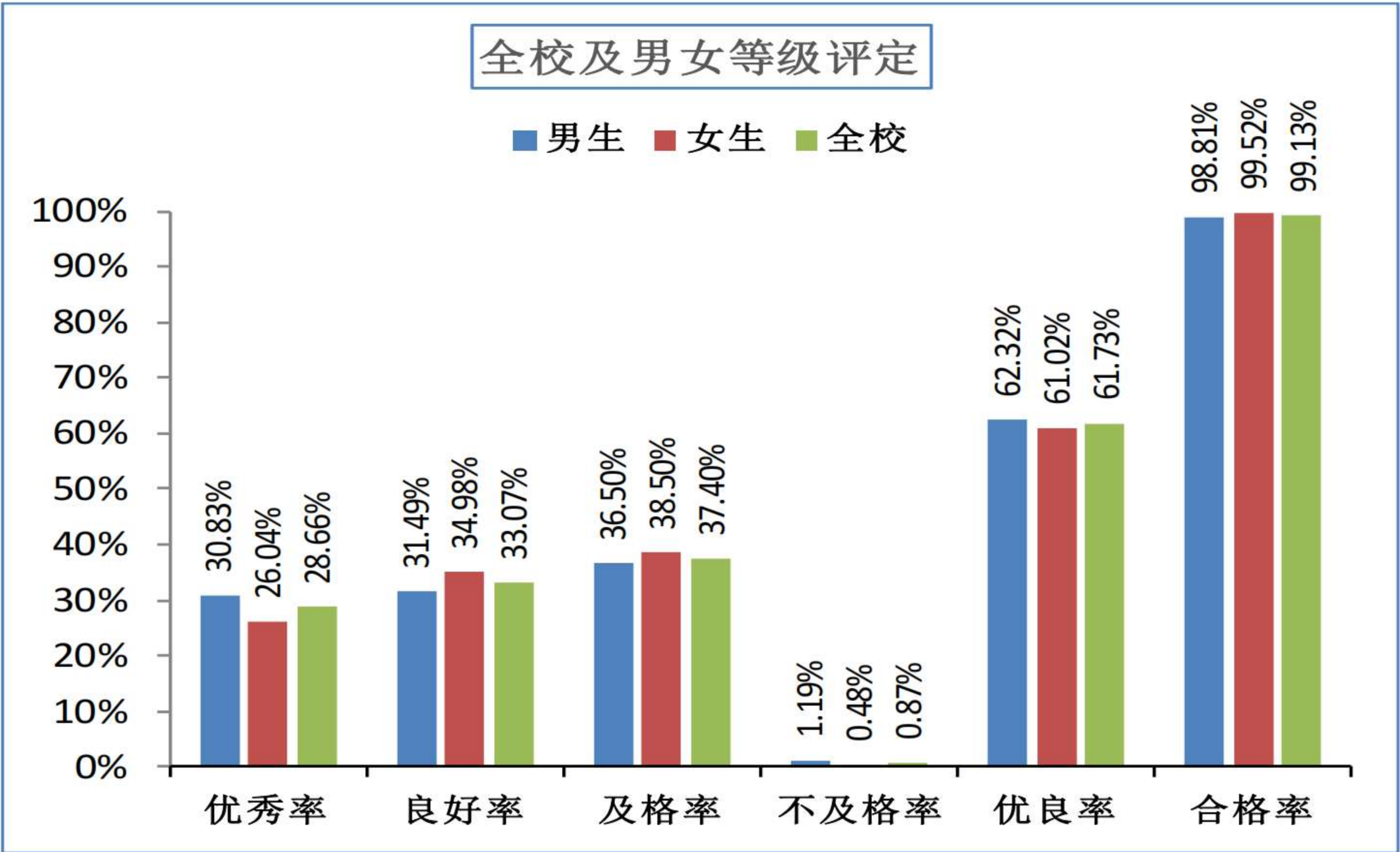
优良率：全校优良率为 61.73%，优良率非常高，身体机能达到非常高水平，希望继续保持这种良好势头。年级优良率，六年级 79.83% $\geq$ 五年级 71.68% $\geq$ 四年级 61.48% $\geq$ 三年级 22.43%，六年级学生的优良率最高；男女优良率，男生 62.32% $>$ 女生 61.02%，男生优于女生。

合格率：全校合格率为 99.13%，合格率处于非常好的水平，达标人数非常理想，希望继续保持这种良好势头。年级合格率，六年级 99.72% $\geq$ 五年级 99.50% $\geq$ 四年级 98.91% $\geq$ 三年级 98.10%，六年级合格率最高；男女合格率，女生 99.52% $>$ 男生 98.81%，女生优于男生。

表 9 一分钟仰卧起坐评定情况

年级	性别	标准平均分	优秀率	良好率	及格率	不及格率	优良率	合格率
三年级	合计	74.15	6.08%	16.35%	75.67%	1.90%	22.43%	98.10%
四年级	合计	81.96	25.14%	36.34%	37.43%	1.09%	61.48%	98.91%
五年级	合计	84.68	36.84%	34.84%	27.82%	0.50%	71.68%	99.50%
六年级	合计	85.95	39.78%	40.06%	19.89%	0.28%	79.83%	99.72%
男生	合计	82.21	30.83%	31.49%	36.50%	1.19%	62.32%	98.81%
女生	合计	82.38	26.04%	34.98%	38.50%	0.48%	61.02%	99.52%
全校	合计	82.29	28.66%	33.07%	37.40%	0.87%	61.73%	99.13%





5.1.10 耐力跑（50 米 X8）

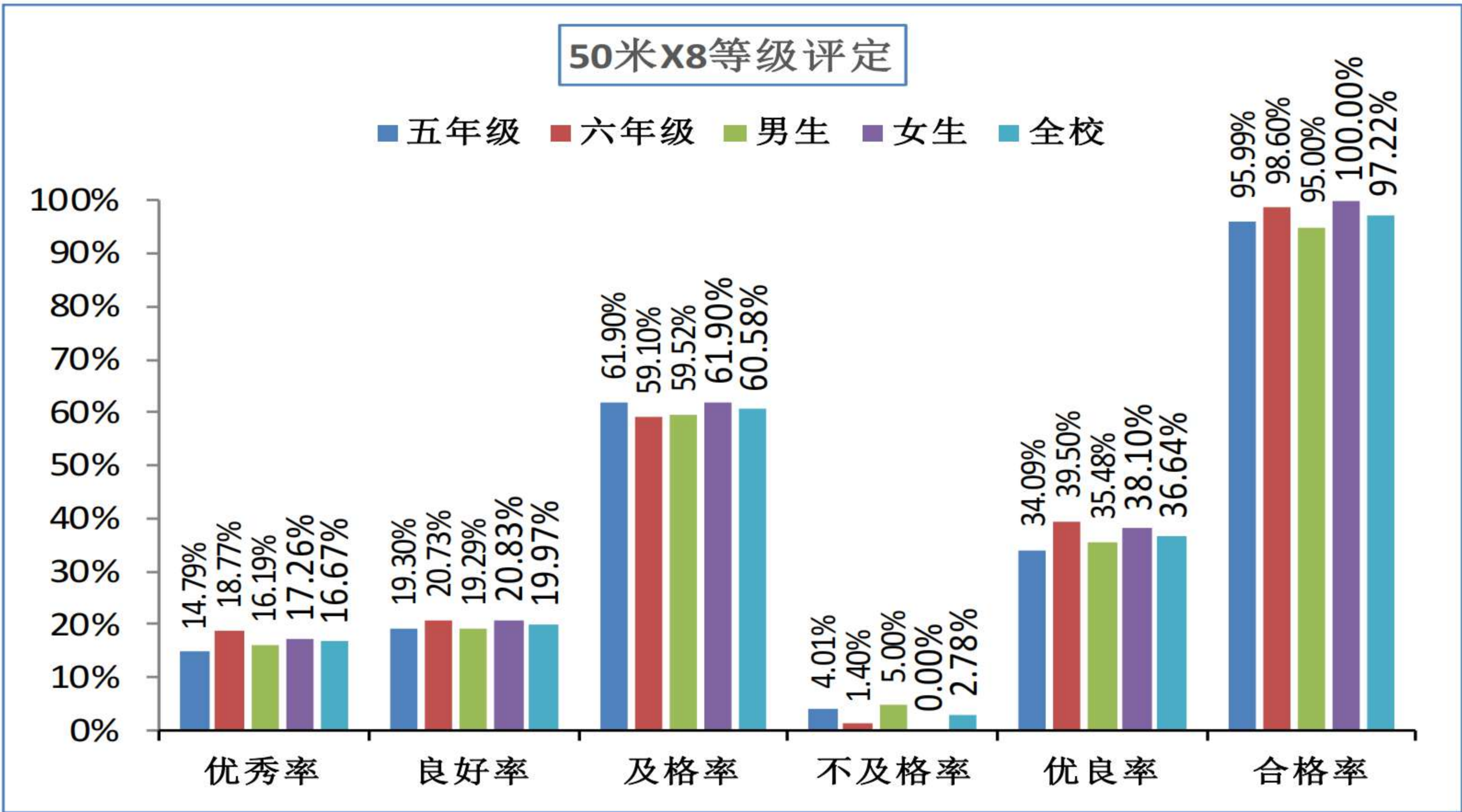
由表 10 及相关图表可见：

标准平均分：全校 50 米 X8 往返跑的标准平均分为 77.23，属于及格水平。年级平均分，六年级 78.04 $\geq$ 五年级 76.50，六年级得分最高，说明六年级学生的下肢爆发力和弹跳力水平最高。男女平均分，女生 78.30 > 男生 76.37，说明在下肢爆发力和弹跳力水平方面，女生优于男生。

优良率：全校优良率为 36.64%，优良率较高，身体机能达到较高水平，希望继续保持这种良好势头。年级优良率，六年级 39.50% $\geq$ 五年级 34.09%，六年级学生的优良率最高；男女优良率，女生 38.10% > 男生 35.48%，女生优于男生。

合格率：全校合格率为 97.22%，合格率处于较好水平，达标人数较多，希望继续保持这种良好势头。年级合格率，六年级 98.60% $\geq$ 五年级 95.99%，六年级学生的合格率最高；男女合格率，女生 100.00% > 男生 95.00%，女生优于男生。

表 10 50 米×8 往返跑评定情况								
年级	性别	标准 平均 分	优秀率	良好率	及格率	不及格率	优良率	合格率
五年级	合计	76.50	14.79%	19.30%	61.90%	4.01%	34.09%	95.99%
六年级	合计	78.04	18.77%	20.73%	59.10%	1.40%	39.50%	98.60%
男生	合计	76.37	16.19%	19.29%	59.52%	5.00%	35.48%	95.00%
女生	合计	78.30	17.26%	20.83%	61.90%	0.00%	38.10%	100.00%
全校	合计	77.23	16.67%	19.97%	60.58%	2.78%	36.64%	97.22%



6. 建 议

6.1 要进一步统一思想，提高认识，加大宣传力度。学校等有关部门要切实贯彻落实党的十八届三中全会提出的“强化体育课和课外锻炼，促进青少年身心健康、体魄强健”的精神，落实2014年7月由教育部、国家体育总局联合下发的《学生体质健康标准（2014年修订）》，促进学生积极参加体育锻炼，养成经常锻炼身体的习惯，提高自我保健能力和体质健康水平。倡导体育文化，更新教育观念。同时学校应多做一些积极正面的典型实例宣传；教师们要引导学生正确处理学习和锻炼的辩证关系，树立锻炼好、身体好、学习好的科学理念；要通过家长会等活动形式，使家长们正确认识体育，鼓励孩子们参加体育活动等。

6.2 学校要把新课程改革与改善学生体质健康现状相结合，切实减轻学生的课业负担。教育部门在深化课程改革的过程中，要切实减轻学生的课业负担，重视对学生的健康教育，培养学生的健康意识和良好的运动锻炼习惯。要定期进行监督监测，督促学生形成必要的运动锻炼习惯。要高度重视改善学生体质现状的重要性，保证中小學生每天在校一小时的体育锻炼时间。各中小学要全面实行大课间体育课活动制度，

要把课外体育活动纳入学校日常教学计划并排入课表，形成制度。学校还要进一步加强体育师资的教学能力培养与再造，提高体育教学过程与方法的科学性与实效性，充分调动学生锻炼身体的积极性。因地制宜地开展以班级为单位的学生体育活动和竞赛，做到人人有体育项目、班班有体育活动、校校有体育特色。在体育选修课系列模块教学过程中，要关注学生身体状况，根据个体差异与基础层次，区别对待，有的放矢，因材施教，还要根据各校的具体条件，增加项目设置，教学内容根据学生需求不断更新，给学生更大的选项范围，完善其选项内容。为克服学生选择体育选修课仅凭兴趣，缺乏综合性考虑的弊端，建议学校体育课教学要安排提高学生身体素质的锻炼内容。

6.3 完善相关政策，为增强学生体质创造必要条件。学校要落实现代化建设标准，完成学校体育设施设置工作，加强建立青少年体育公共服务体系，解决青少年健身需求与场地设施不足的问题，创造锻炼环境，构建学校、社区、家庭“三位一体”的健康教育模式，以增加学生体育锻炼的时间和提高锻炼强度，培养学生体育锻炼的良好习惯。还要因地制宜建设健身路径或健身走廊等学生健身场所，并使其更加适应学生的身心特点，保证学生有地方、有器械进行体育锻炼。学校体育场馆在课余时间和节假日应向学生开放，加强体育场馆的使用率和利用率。此外，教育主管部门还要采取多项措施，比如在学生参与的体育竞赛中引入一些趣味性项目，以吸引更多的学生参与锻炼。同时，还应在各居民区基本配套设施建设过程中，将体育设施配置纳入其中，要开发和利用校内外各种体育场地资源，满足学生开展体育活动的需要。

6.4 动员学校、学生、家庭、社会各方面力量，增强改善学生体质健康的紧迫感和责任感。体育锻炼问题不仅需要教育部门和学校来解决，还需要家长的配合和社会的支持。加强家庭和社区的青少年体育活动，形成学校、家庭和社区的合力。家庭教育对加强青少年体育、增强青少年体质起关键的作用。要在广大家长中倡导健康第一的理念，树立正确的教育观、成才观，注重从小培养青少年良好的体育锻炼习惯、饮食卫生习惯和文明健康的生活方式，鼓励家长和孩子共同参加体育锻炼。学校、家庭和社会要加强沟通与合作，组织开展多种多样的青少年体育活动，促进家庭、社会形成科学正确的教育观念和方式。我们希望各界对学生体质健康状况的充分关注，共同采取措施解决这个问题，使学生的身心健康得到全面发展，支持和培养孩子养成终身锻炼的习惯。

6.5 为使每位学生养成良好的体育锻炼行为习惯，逐渐系统的提高身体素质，为“终身体育”奠定基础，学校要加强体质研究工作，为学生建立学生体质健康档案，利用已有学生体质健康大数据分析，针对学生体质健康具体状况，制定相应运动处方，使学生可以根据自身条件及兴趣，制定锻炼目标，有针对性地选择锻炼方式。学校应该开发和应用适应青少年生长发育特点的锻炼项目和健身方法，加强校企合作，有效利用社会资源完善学校体育建设。利用互联网、APP等现代化技术手段，提高体育教学水平，指导学生有针对性地进行体育锻炼，加强学生体质健康管理，促进学生体质发展。

有关部门要建立和完善督导及奖惩机制，确保学生体质健康监测工作落到实处，促进全社会共同关注改善学生体质健康的问题，共同为提高学生身体素质作出努力。