

· 中小学体育 ·

湖北省初中学生身体素质的发展趋势

陈明清, 张建军, 易 锋, 卫 明

(黄冈师范学院 体育系, 湖北 黄冈 438000)

摘 要:对湖北省 1991~1999 年初中学生身体素质调研结果进行了分析, 湖北省初中学生身体素质与 1991 年比较呈下降趋势, 身体素质的发育水平城乡差异缩小。建议采取开展体育教学技师评估, 引入竞争机制, 加强对学生意志品质和吃苦耐劳精神的培养等多种措施来提高学生身体素质。

关 键 词:初中学生; 身体素质; 发展趋势; 湖北省

中图分类号:G804 **文献标识码:**A **文章编号:**1006-7116(2001)06-0100-02

Research on the trend of physical development of junior middle school students in Hubei province

CHEN Ming-qing, ZHANG Jian-jun, YI Feng, WEI Ming

(Department of Physical Education, Huanggang Teachers College, Huanggang 438000, China)

Abstract: The article made an investigation on the physical constitution of junior middle school students during the years from 1991 to 1999 in Hubei Province. After analyzing, the result shows the falling trend of the physical constitution of junior middle school students appears as compared with the state in 1991, and the differences of the level of students' physical development between city and country side are diminishing. According to the present situation, the paper analyzes the cause and then makes several suggestions for Students' Physical Development.

Key words: junior middle school students; physical constitution; trend of students' physical development; Hubei Province

研究湖北省 20 世纪 90 年代初中学生身体素质状况 8 年发展趋势, 探讨身体素质发展的规律和特点以及存在的问题, 为更好地进行初中体育教学改革、提高教学质量及进行宏观管理与决策, 提供科学根据。

1 对象与方法

(1)研究对象: 采用湖北省参加《中国学生体质与健康调查研究》规定的要求进行统一测试的有效数据, 选择 1991~1999 年 13~15 岁年龄组初中学生为研究对象, 其中 1991 年男女学生 1 200 人, 1999 年男女学生 4 877 人。研究对象均为健康无病的学生。

(2)研究方法: 资料来源为中国学生体质健康调研组 1991 年公布资料和湖北省体质监测网络中心提供的 1999 年湖北省学生体质调研监测数据。分析指标有 50 m 跑、立定跳远、立位体前屈、1 000 m 跑(男)、800 m 跑(女)。对男女学生的有效数据分别进行计算机处理, 并通过查阅文献资

料, 了解国内有关该问题的研究方法。

2 结果

(1)速度素质的变化城乡差异显著: 反映速度素质的 50 m 跑, 与 1991 年相比, 13~15 岁的城市男生平均减慢 0.07 s, 各年龄组平均下降幅度在 0.03~0.13 s, 乡村男生平均减慢 0.02 s; 城市女生平均减慢 0.12 s, 各年龄组平均下降幅度在 0.03~0.22 s, 乡村女生平均快了 0.30 s, 各年龄组平均增长幅度在 0.22~0.36 s。上述结果表明, 8 年间, 城市男女学生和乡村男生速度素质均下降, 乡村女生速度素质在增加。速度素质水平, 1991~1999 年城乡比较, 男女均为城市优于乡村学生, t 检验均呈显著性差异($P < 0.05, 0.01$)。

(2)下肢爆发力的变化, 城乡男女学生呈现不同特点: 反映下肢爆发力的立定跳远, 8 年间, 13~15 岁的城市初中男生平均下降 7.43 cm, 各年龄组平均下降幅度在 5.39~8.50 cm; 乡村男生平均下降 2.67 cm, 各年龄组平均下降幅度在

收稿日期: 2000-12-29

基金项目: 湖北省教委教研重点项目资助课题, 基金号 97BE11。

作者简介: 陈明清(1951-), 男, 湖北黄冈人, 副教授, 研究方向: 学生体质与健康。

1.71~4.54 cm。城市女生平均下降8.68 cm,各年龄组平均下降幅度在3.69~14.10 cm;乡村女生平均增长2.19 cm。上述结果表明,8年间,城市男女学生和乡村男生下肢爆发力均下降,乡村女生力量素质相对增加。力量素质水平1991~1999年城乡比较,男生均为城市优于乡村($P < 0.01$);女生1991年城市优于乡村($P < 0.01$),1999年13~14岁组乡村优于城市,15岁组与后者相反,13岁和15岁组均呈显著性差异($P < 0.01$)。

(3)柔韧素质的变化,城乡男女表现出持续下降趋势:反映柔韧素质的立位体前屈,与1991年相比,城市男生平均下降4.80 cm,各年龄组平均下降幅度在4.14~5.30 cm;乡村男生各年龄组平均下降幅度为3.35 cm。城市女生平均下降3.96 cm,各年龄组平均下降幅度在3.35~4.45 cm,乡村女生平均下降4.27 cm,各年龄组平均下降幅度变动在3.83~5.26 cm。上述结果表明,8年间城乡男女学生的髌、腰背弯曲和大腿后部的伸展能力持续下降。柔韧素质水平1991~1999年城乡比较,1991年城乡男女学生各有优势,差异不显著;1999年男女表现出相反的趋势,乡村男生优于城市,有显著性差异($P < 0.01$),城市女生优于乡村,差异不显著。

(4)耐力素质的变化,城乡表现出相反的趋势:反映耐力素质的800 m(女)和1000 m(男)跑成绩,8年间,男女生表现出不同特点。与1991年相比,城市男生平均下降0.69 s,各年龄组平均下降幅度在-6.29~3.62 s;乡村男生组平均增加3.62 s,各年龄组平均增长的幅度在0.01~6.1 s。城市女生平均下降10.95 s,各年龄组平均下降幅度在5.05~18.84 s;乡村女生平均下降2.95 s,各年龄组平均下降幅度在-6.33~0.56 s。耐力素质水平1991~1999年城乡比较,男生13岁乡村优于城市,14~15岁城市优于乡村;乡村女生多数情况下优于城市,并有显著差异($P < 0.01$)。

3 讨论

(1)初中学生身体素质呈下降趋势:速度、弹跳力、柔韧和耐力4项身体素质指标中的13项,13~15岁年龄组平均值与1991相比均呈负值(表1)。全省初中体育教学虽基本走上轨道,但教学质量不高。据调查,初中体育教学大纲所规定的田径、体操、素质练习、球类和韵律体操等教学目标未得到落实,教学内容设置不全,学时未得到保证的现象较严重;有22.2%的教师把初中体育课上成放羊式的自由活动课;有50%学校的领导在初中毕业升学考试体育的那一学期重视,平常检查督促的少^[2];学校体育馆、棚奇缺,雨天不能按教学大纲的规定实施室外体育课,1994~1995年两年中,最高月降雨日为17 d,即使月降雨日较少的,降水量都很大,尤其是1997~1998年连续两年中,月降雨日长,降水量大,造成湖北洪水灾害。综上所述,教师基本素质不高,学校领导重视不够,体育场地、设施条件差,年降雨日长、降水量大等主客观因素,造成初中学生运动技能和身体素质下降。

表1 初中生1991~1999年身体素质增长值

城乡	50m跑时间/s		立定跳远/cm		立位体前屈/cm		1000m跑时间/s	
	男	女	男	女	男	女	男	女
城市	-0.07	-0.12	-7.43 ¹⁾	-8.68 ¹⁾	-4.8 ¹⁾	-3.96 ¹⁾	-0.69	-10.95 ¹⁾
乡村	-0.12	0.30	-2.67	2.19	-3.25 ¹⁾	-4.27 ¹⁾	3.62	-2.95

1) $P < 0.01$

(2)身体素质水平城乡差异缩小:1991~1999年8年间,身体素质的发育水平,虽然男女多项指标仍是城市优于乡村,但8年间的增长幅度,除城乡女生立位体前屈外,男女均是乡村大于城市(表1);女生耐力,男生柔韧性均是乡村优于城市。这种变化的结果表明,改革开放以来,人民生活水平不断提高,在我国缩小城乡差异的同时,初中学生身体素质发育水平的城乡差异也在逐步缩小。

4 结论与建议

湖北省8年间初中学生身体素质发展趋势下降;城市男女学生总体优于乡村;乡村男女学生身体素质发育水平在增长,城乡差异逐步缩小。初中时期的儿童少年是身体发育的加速期,身体素质发育的速度快,幅度大,必须全面发展学生的身体素质。因此,建议:

(1)开展体育教学质量评估。以“初级中学体育教学大纲”为依据,制订初中体育教学质量评估体系和评估操作方案,以评促改,以评促建,加强体育教学管理,改善场地器材和设施条件,推进教学改革,提高教学质量,促进儿童少年身体素质全面发展和体育技术水平的提高。

(2)引入竞争机制,逐步实行教师聘任和考核制度。强化岗位意识,因岗择人,制定体育教师职务聘任办法,实行严格的定期聘任,打破终身制;明确体育教师的教育教学职责和教学工作量要求,对体育教师聘后的管理和履职考核,实行教学要求“一票否决制”;把体育教师的职业道德修养作为考核和聘任的一个重要条件,增强体育教师的事业心和责任感。

(3)加强对学生意志品质和吃苦耐劳精神的教育和培养。由于独生子女增多,家庭、学校对他们的呵护多了,使学生缺乏刻苦锻炼的意志。要在上好体育课的基础上,抓好课外体育教学,合理制订有氧耐力跑、速度、弹跳类和力量类等项目练习教学计划,力争学生每天早晨和下午课外活动有1 h的锻炼时间,促使学生养成自觉参加体育锻炼的习惯,改善体质状况。

参考文献:

- [1] 中国学生体质与健康研究组. 中国学生体质与健康监测报告[M]. 北京:北京科学技术出版社,1993. 240-312.
- [2] 陈明清,张建军,易锋. 鄂东初中体育教学现状调查分析[J]. 黄冈师范学院学报,2000,20(6):55-58.

[编辑:李寿荣]