

对《国民体质测定标准》幼儿部分的几点质疑

全海英, 张玉婷

(辽宁师范大学 体育学院, 辽宁 大连 116029)

摘 要: 对《国民体质测定标准》幼儿部分存在的问题进行思考, 旨在建立科学、合理的幼儿体质测定评价标准, 为幼儿的体质测定工作服务, 更好地促进幼儿体质的健康发展。研究发现, 现行的幼儿体质测定标准存在以下几方面的问题: 以测试项目名称替代素质指标、身体机能测试指标缺失、测试项目体现的测试结果欠准确、缺少年龄差异的测试项目变化、测定评价标准不够完善、欠缺良好的反馈机制。针对上述的几个问题提出建议: 增加能够反映幼儿机能指标的测试项目、选择正确反映素质指标的测试项目以提高测试准确性, 完善评价标准以使幼儿体质测定科学化, 建立良好的反馈机制以促进幼儿体质发展。

关 键 词: 体育管理; 国民体质测定标准; 体质测试; 幼儿

中图分类号: G80-05 **文献标志码:** A **文章编号:** 1006-7116(2016)03-0089-05

Several queries about the children part of National Fitness Test Standards

QUAN Hai-ying, ZHANG Yu-ting

(School of Physical Education, Liaoning Normal University, Dalian 116029, China)

Abstract: The authors contemplated problems existing in the children part of National Fitness Test Standards, so as to establish scientific and rational children fitness test and evaluation standards, to serve children fitness test work, and to better boost the healthy development of children fitness. The authors found that the current children fitness test standards had the following problems: some quality indexes were replaced by test item designations; some physical function test indexes were missing; there was a lack of accuracy in test results shown in test items; there was a lack of change of age different test items; test evaluation standards were not perfected; there was a lack of a good feedback mechanism. Aiming at the said problems, the authors put forward the following proposals: add some test items which can reflect children function indexes; select test items which can correctly reflect quality indexes in order to increase test accuracy; perfect evaluation standards so as to make children fitness test more scientific; establish a good feedback mechanism in order to boost children fitness development.

Key words: sports management; national fitness test standards; fitness test; children

目前我国幼儿体质测定最权威的工具是《国民体质测定标准》(幼儿部分), 它作为了解幼儿体质发展的工具, 在一定时间里发挥着积极的促进作用。但就现有的幼儿体质发展状况和趋势来看, 目前的幼儿体质测定无论是测试项目的选择, 还是幼儿体质测定的评价标准和测试方法等方面都存在诸多问题。本研究以《国民体质测定标准》(幼儿部分)为对象, 探讨现行幼儿体测标准存在的不足, 并给出相应的改进策略,

以期建立科学、合理的测定评价标准, 为幼儿体质测定工作提供理论指导。

1 幼儿体质测定存在的问题剖析

1.1 以测试项目名称替代素质指标

《国民体质测定标准》(幼儿部分)第一部分第二点中指出, 素质测试指标包含 10 m 折返跑、立定跳远、网球掷远、双脚连续跳、坐位体前屈和走平衡木。这

收稿日期: 2015-10-08

基金项目: 国家社科基金青年基金课题, 全国教育科学“十一五”规划重点课题(CLA090122); 辽宁省社会科学规划基金项目(LI5BTY008)。

作者简介: 全海英(1975-), 女, 副教授, 博士, 研究方向: 体育教育训练学。E-mail: haiyingquan@126.com

6个均为反映素质指标的项目名称,而非指标类别名称。有学者指出,身体素质是指在日常的生活和运动中肌肉活动基本能力的表现,是机体各器官系统的功能在肌肉工作中的综合反映^[1],一般包括速度素质、耐力素质、力量素质、柔韧素质、灵敏素质、协调素质几大类。《现代汉语规范词典》对身体素质的基本解释是“人在体育运动、劳动和生活中所表现出来的机能能力,如力量、速度、耐力、柔韧性和反应灵敏程度等”;对项目的解释为“事物按性质分成的类”。测试项目名称指的是在体育运动中能够反映身体各类素质指标具体练习方法的总称。例如,平衡能力为素质指标,而这一指标可以通过走平衡木或者单脚站立这些项目的测定来进行评价。简单的说,“素质指标”就是素质要求达到的水平或标准;“测定项目”就是规定要测定的内容。这种以测试项目名称替代素质指标的做法,不合理、不科学。

1.2 身体机能测试指标缺失

体质测定标准是从身体形态、身体素质和身体机能等方面对体质发展水平进行综合评价,但在现行的测定指标中并未出现有关幼儿身体机能指标的测定。在《国民体质测定标准》的前言中提到:在2000年时,国家体育总局与10个相关部门联合首次对3~69岁的国民进行了全国性体质监测,获取了20世纪末我国国民体质状况的相关数据,并重新修订了《国民体质测定标准》。制定并实施的《国民体质测定标准》是以科学的方法和手段对国民的身体形态、身体机能和身体素质等方面进行测试和评定,以便科学指导全民健身活动的开展,充分发挥体育作为有效手段对增强人民体质的积极作用^[2]。幼儿属于3~69岁国民年龄的测定范围,理应对其进行身体机能指标的测定。机能指标是衡量人体生长发育水平的重要指标之一,身体机能的变化或多或少也能反映出身体结构和机能的变化。身体机能对运动刺激的反应及适应也是有一定规律的,只有认识并且抓住这种规律才能使训练达到事半功倍的效果。由于每个幼儿的身体状况不同,机体对运动的反应和适应能力也不同,只有全面了解幼儿的身体机能指标才能够合理安排运动项目和强度,达到增强体质效果。所以,作为评价幼儿身体机能发育程度的机能指标,对它的评定和监测也应纳入到幼儿体质测定的范围内。

1.3 测试项目体现的测试结果欠准确

在《国民体质测定标准》(幼儿部分)中,形态指标是指测量幼儿身体外部形态和特征的测试指标,包括身高和体重。身高是用来反映人体骨骼肌的纵向生长水平的,主要是骨性结构的纵向长短^[3];体重则用来

反映人体的横向发展水平,包括人体的发育程度和营养状况。身体形态的测量主要是为了测试幼儿在某个时期身体发育的外在情况。在幼儿身体素质的测试中,测试项目包括:反映灵敏的10m折返跑、反映爆发力的立定跳远、反映上肢和腰腹肌力量的网球掷远、反映协调性和下肢肌肉力量的双脚连续跳、反映柔韧性的坐位体前屈、反映平衡能力的走平衡木。然而,在测试的实施过程中,受到各种因素的影响,幼儿无法完成或者不能很好地完成测试项目,幼儿在各个时期身体素质发展的真实水平得不到科学的测定,也就是说,所选的测试项目并不能够客观准确地对幼儿身体素质的发展程度做出正确的评价,没有发挥其应有的价值。

在近年来的体质测定中发现,幼儿体质测定的结果呈现出普遍提高的现象。但是,这种提高并非一定是幼儿各项身体素质的发展水平提高了。孟祥芝等^[4]在幼儿动作发展与动作抑制研究中发现,4~6岁之间的幼儿年龄是影响动作发展水平的重要因素,随着年龄的增长其动作发展水平逐渐提高。随着年龄的增长,幼儿的动作发展水平提高了,对动作的控制能力也会相应增强,所以结果提高的因素并不能排除是由于幼儿年龄的增长而对运动的感知控制能力增强了,也就是说可能是由于身体素质自然提高所导致的结果。在对幼儿进行测试的结果中不难发现,某些身体素质指标仍然呈现出下降的趋势,测试的结果并没有因为幼儿的年龄增长而提高,这就说明这些素质可能不符合幼儿的生长发育规律,我们现行的《国民体质测定标准》(幼儿部分)并不能够真实、客观地反映幼儿体质的真实状况,存在一定的漏洞和不足。

徐欣^[5]在研究中发现,由于幼儿年龄较小,投掷技术和跳跃技术相对来说较差,在测试的过程中他们的投掷能力与跳跃能力不能完全体现出来,测试出的结果也就不能够对幼儿身体素质的发展状况作出准确的评价。范洪彬等^[6]也表示掷网球的技术含量高,对其采用意见不敢苟同。所以,在幼儿体质测定过程中,由于技术含量高幼儿不能准确把握动作要领而导致测试结果的不准确,这样的测试结果反映不了幼儿在自然条件下身体素质发展的真实水平,不具有测定幼儿上肢力量和腰腹力量的意义。

全海英等^[7]在研究中表明,幼儿在进行平衡木测试时,有很多幼儿是因为对平衡木的恐惧导致不能取得好的测试结果,还有的未能完成这项测试内容。通过在平衡木下加垫子的方法再次进行测试发现,消除了幼儿的恐惧心理,可以使其完成测试项目并取得较好的结果。就目前实行的测定标准来看,影响幼儿平衡木测试结果的直接原因是恐惧心理,而非幼儿的平衡

能力,利用平衡木来监测幼儿平衡素质的发展,并不能够测得幼儿平衡能力发展的真实水平,这样的体质测定对促进幼儿平衡能力发展的作用不大。

综上所述,在以往标准化的幼儿体质测定中,幼儿受到测试环境及对测试人员不熟悉等状况的影响,有些幼儿不能完成或不能很好完成测试项目,测试结果会受到一定的影响;由于测试项目选择不科学,所选的测试项目并不只是针对测量某项素质的发展,还包括对一些技术的掌握,幼儿对测试项目的理解和控制程度不同就会导致测试结果的不准确,从而影响幼儿体质测定的结果。这种根据幼儿身体素质各项指标制定的测试项目,就无法测试出幼儿在自然状态下身体素质发展的真实水平,无法发挥其对所测素质指标的评价作用。

1.4 缺少反映年龄差异的测试项目变化

在现行的幼儿体质测定标准中,3~6岁幼儿同一素质的测试项目相同,且每个测试项目都作为反映幼儿身体素质发育水平的标准,只是随着幼儿年龄的增长评分的等级标准提高了,也就是采用同一项目的不同评分标准来反映幼儿身体素质的发展程度。

张建军等^[8]在对我国3~6岁幼儿2000—2010年体质状况动态研究中指出,我国3~6岁幼儿体质发展状况整体处于良好水平,纵向各项测试指标(除柔韧外)均与年龄呈现出正相关的关系,即随着年龄的增长而增长,将纵向数据进行比较发现,除了上肢力量出现下滑的趋势,其他各项身体素质指标(除柔韧外)随年龄的不断增长均呈现出不断增长的趋势。林涛^[9]在对雅安市幼儿体质状况发展趋势的探讨中发现,近10年来,雅安市幼儿的身体形态指标呈现上升趋势,并且随年龄的增长而不断增长;但是素质类指标中的柔韧素质、下肢的爆发力和灵敏素质均呈现出先提高后下降的变化趋势,除此之外呈现出下降状态的还有上肢力量和腰腹力量,并且这种下降趋势在后5年表现的更为明显。王菲等^[10]在对黄冈市3~6岁幼儿体质监测结果进行分析后发现,幼儿体质发展的整体水平并不乐观,低于湖北省的平均水平,但与2005年幼儿体质的监测结果相比,幼儿的身体形态指标和速度、灵敏、耐力等素质指标均有所提高,柔韧素质却有所降低。白冰等^[11]在对济南市3~6岁幼儿体质对比研究中也支持了除柔韧素质随年龄增长而呈现不断下降的趋势外,其他的各项素质指标都随着年龄的增长呈现出不断提高的观点。马宇飞等^[12]在对上海市3~6岁学龄前幼儿体质研究中发现,上海市3~6岁幼儿体质综合评级情况较好,但是“高质量”的比重并不大,素质指标中发展较强的是爆发、灵敏、协调和下肢肌肉力量,

柔韧和腰腹力量较弱。形态指标、机能指标和身体素质的各项指标均随幼儿年龄的增长而提高并呈现出正态分布的趋势。王韵博等^[13]在对长春市3~6岁幼儿体质评价中分析得出,随着幼儿年龄的增长,幼儿体质的达标率呈现出下降的趋势。通过以往的研究我们可以看出,幼儿在整个体质测定过程中有些项目的测试结果会随年龄的增长而增长,有些则会随年龄的增长而降低,不同省份和地区均出现这种现象,也就是说当前所选的测试项目无法真实地反映出幼儿在各个时期身体素质发展的真实情况。

随着幼儿年龄的增长,他们对动作的理解和控制能力会越来越越好,单纯的用同一项目的不同标准来评价他们某项身体素质在所处时间段的发展水平是不科学的。评价幼儿身体素质的发展情况不应该用提高评分标准的形式来进行,这并不能够真实地反映出幼儿在不同的年龄阶段身体各项素质发展的真实水平,也有可能是身体素质随着年龄的自然增长所导致的。

1.5 测定评价标准不够完善

在现行的《国民体质测定标准》(幼儿部分)中,评价方法与标准采用单项评分和综合评级的方法进行评定。单项评分主要包括身体形态指标评分(身高标准体重评分)和各素质指标的单项评分,采用5分制。在国民体质测定标准手册(幼儿部分)的评定标准中,根据不同的身高段划分给出不同分数的身高标准体重,身高标准体重即体重与身高的平方之比。在测得幼儿身高之后,找出相应的身高标准体重数并给予相应的分数。但也有相关学者认为,身高标准体重的测量标准更适合对成人进行评价,而不适合于儿童^[14]。赵超等^[15]经过实验证明,父母的身高、体重与其子女的身高、体重呈正相关关系。父母的身高高,孩子的身高也会高,父母身高矮,孩子身高矮的几率就会更大;父母的身材与其子女的身材密切相关,父母身材的胖瘦直接影响其子女身材的胖瘦。如果受遗传因素的影响,幼儿的身高、体重均不在标准的范围内便无法对其进行体质评价。我国地大物博,南北方气候、环境的差异较大,受地域环境的影响,南北方的人也会呈现出不同的身体形态特点,身体形态和身体素质的发展也会受到一定的影响。如果采用同一标准进行测定,测定的结果无法反映出各地区幼儿体质发展的真实水平。韩哲^[16]在研究中发现幼儿身体形态的发展与不同程度的经济发展水平具有相似的趋势,经济发展水平的程度对幼儿身体形态具有重要的影响,经济发展水平落后的地区,幼儿的身高、体重均低于经济发展水平较高的地区。然而,在现行的标准中所有受测者的评定标准都一样,并未考虑遗传、区域差异、生活环境等因素的影响。

综合等级评分是以受试者的各单项得分之和为根据进行确定,分为4个等级,其中任意一项不得分者,不进行综合评级。如果幼儿无法完成某个测试项目并取得单项得分,就无法得到综合的评级,这样就导致无法对幼儿进行全面综合的指导。幼儿在进行体质测定的过程中,很多因素会导致幼儿测定结果不理想,如恐惧、紧张等。目前所选的测试项目并非都能够真实反映出幼儿各项身体素质的发展,如在平衡木的测试中幼儿由于恐惧而未能完成测试项目,但是其他项目测试均完成的较好,这样的情况下,不对幼儿的体质测定结果做综合评级就无法知道幼儿身体素质的发展在哪些方面存在不足,也就无法给出相应的锻炼策略。另外,幼儿期是一个特殊的时期,他们的身体素质都有快速发展时期,也就是动作的敏感期。由于每个素质指标的敏感期不同,采用同一项目的不同评分标准来反映幼儿身体素质的发展程度,就无法客观、科学地反映出幼儿身体素质在不同时期发展的真实状况,无法体现出幼儿体质测定的真实意义。

1.6 欠缺良好的的反馈机制

幼儿是一个需要监护的特殊群体,他们无法对自己的身体素质发展情况作出正确的评价,这就需要幼儿园和家长进行监督和指导。在现行的测定标准中,幼儿进行体质测定的结果并没有反馈给幼儿园和家长,也就无法根据幼儿身体素质发展的差异性制定适合的体育锻炼方案。

2 对幼儿体质测定的建议

2.1 增加能够反映幼儿机能指标的测试项目

机能指标是衡量人体生长发育程度的重要指标之一,在以往的标准化测试中肺活量作为评价机能指标的首选测试项目。但是,由于在实际的操作中,幼儿的年龄较小无法对测试肺活量的技术动作科学合理操作,不能够准确地测量出肺通气换气的水平。因此,肺活量不适合用于评定幼儿身体机能水平的发展,不能作为机能指标对幼儿进行体质测定。林涛^[9]建议将安静心率作为评价幼儿机能水平的评价指标,张建军等^[8]支持了此观点,并在所做研究中发现,幼儿安静心率的下降趋势与幼儿胸围增长的趋势是一致的。随着胸围的不断增大,胸腔内的脏器也会得到好的发展,进而使幼儿的心肺机能得到提高。所以,在进行幼儿机能指标的选择时,应当选择能够准确测量并能反映幼儿身体机能发展水平的测试项目,幼儿安静时心率可作为机能指标选择的参考。

2.2 选择能正确反映素质指标的测试项目以提高测试准确性

幼儿的身体素质都有各自发展的敏感期,充分利用敏感期进行锻炼,对幼儿身体素质的发展会起到事半功倍的作用。因此,在对幼儿体质测定的测试项目进行选择时,应该首先考虑幼儿不同发展阶段动作发展的敏感期,根据幼儿身心发展特点,结合生理学、心理学、教育学和社会学等学科,依据反映幼儿身体素质的各项指标,结合不同年龄段身心发展的差异性,制定出合理的测试项目,真实、客观的反映幼儿不同时期的体质发展状况,打破原有的不同年龄段都采用同样的测试项目的测试方法,体现测试项目的价值。

2.3 完善评价标准以使幼儿体质测定科学化

评定的根本目的,是为了保障测试工作具有意义,充分发挥体质测定对幼儿体质的监测作用。所以,当前就是要结合影响幼儿体质发展的因素建立一个新的评价标准,即按照地域特点及经济发展水平的不同进行区域划分,重新选择适合本区域特点的测试项目及评价标准,打破原有的全国一个评价标准的限制。针对不同年龄段选择适合测定各素质发展的测试项目及评分标准,改变原有的综合评级办法,让每一个幼儿都能通过体质测定获得综合评价,同时也能够获得针对自身弱势素质如何进行科学锻炼的方法,完善原有的综合评级系统,保障测试的评价工作顺利进行。

2.4 建立良好的反馈机制以促进幼儿体质发展

学生体质测定的目的是为了了解学生的体质健康水平,为进一步采取有效手段促进学生体质的发展提供依据^[7]。幼儿体质测定的目的也是为了了解幼儿体质的不足,为幼儿合理安排锻炼计划服务。由于幼儿这个特殊群体需要由监护人来监护,所以建立良好的反馈系统对于提高幼儿的体质发展水平具有重要的促进作用。在幼儿的反馈系统中,通过高科技的手段对幼儿体质测定的数据进行分析,并将幼儿体质的各项得分整理成材料,清晰地给出幼儿各项素质发展的具体情况,并针对幼儿身体素质的不足项目给出科学的锻炼方法和策略。国家体育行政部门将测试结果反馈到幼儿所在幼儿园,幼儿园再将反馈结果直接反馈给幼儿的家长,幼儿的家长看到反馈结果后,能够充分了解幼儿的体质健康状况并且给予足够的重视,根据反馈结果对幼儿身体素质发展的弱项进行合理的锻炼,在指导幼儿体育活动时做到有据可依,真正达到体质测定激励幼儿积极参与体育锻炼的目的。

幼儿是祖国的希望和未来,幼儿体质的健康发展也是社会发展的重要基础。《国民体质测定标准》(幼儿部分)作为幼儿体质测定的指导性文件,对幼儿体质健康发展发挥着重要的作用,但有待进步完善。科学

合理的体质测定标准,应该根据幼儿身心发展特点而制定,选择能够反映幼儿身体素质发展的测试项目,重新建立适合幼儿体质发展的评价标准和体系,充分发挥幼儿体质测定的优势,进而掌握幼儿体质发展的真实状况,这样才可能促进幼儿体质健康状况的发展和提高。

参考文献:

- [1] 王瑞元. 运动生理学[M]. 北京:人民教育出版社, 2002.
- [2] 国家体育总局. 《国民体质测定标准》(幼儿部分)[S]. 北京:人民教育出版社, 2003.
- [3] 赵亮,常成一. 性别、年龄和身体形态对青少年核心稳定性的影响[J]. 体育学刊, 2015, 22(2): 140-144.
- [4] 孟祥芝,谢利苹. 幼儿动作发展与动作抑制研究[J]. 心理发展与教育, 2004(3): 6-10.
- [5] 徐欣. 《国民体质测定标准》(幼儿部分)网球掷远和立定跳远的分析与研究[J]. 中国体育科技, 2006, 42(2): 55-56+67.
- [6] 范洪彬,孙有平,季浏. 体质测试中力量素质评价指标与测试方法的国际比较与启示[J]. 体育科学, 2015, 35(1): 80-87.
- [7] 全海英,刘旭阳,孔维峰. 《国民体质测定标准》(幼儿部分)实施中的问题分析[J]. 体育学刊, 2013, 20(5): 59-63.
- [8] 张建军,杨婷. 我国幼儿(3~6岁)2000—2010年体质状况动态研究[J]. 当代体育科技, 2013, 3(17): 131-132.
- [9] 林涛. 2000—2010年雅安市幼儿体质状况变化趋势探讨[J]. 四川体育科学, 2013, 12(6): 46-48.
- [10] 王菲,凌波. 2010年黄冈市3~6岁幼儿体质监测结果分析[J]. 安徽体育科技, 2013, 34(3): 41-45.
- [11] 白冰,李冬英,张亚强,等. 济南市3~6岁城乡幼儿身体素质的对比分析[J]. 贵州体育科技, 2013, 6(2): 58-61+64.
- [12] 马宇飞,张莹. 上海市3~6岁学龄前幼儿体质研究[J]. 中国妇幼保健, 2014, 29(26): 4283-4286.
- [13] 王韵博,王绍杰. 长春市幼儿(3~6岁)体质现状调查与分析[J]. 长春师范学院学报(自然科学版), 2012, 31(9): 103-106.
- [14] 邓树勋,王健,乔德才. 运动生理学[M]. 北京:高等教育出版社, 2005: 7.
- [15] 赵超,曹飒. 幼儿体质健康影响因素的相关性分析[J]. 四川体育科学, 2014, 33(1): 53-55+73.
- [16] 韩哲. 湖南省不同经济水平城市3~5岁城镇幼儿体质现状比较[J]. 湖北体育科技, 2014, 33(4): 307-308.
- [17] 王军利. 关于学生体质健康测试中存在问题的思考[J]. 体育学刊, 2015, 22(1): 70-74.

