**2021年 燕山区《国家学生体质健康标准》测试**

**学校数据分析报告**

**北京市燕山前进中学**

# 一、学校情况

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **学校** | | | **北京市燕山前进中学** | | | |
| **本校** | **报名人数** | 671 | **免体人数** | 0 | **免体比率** | 0 |
| **参测人数** | 654 | **参测比例** | 97.47 | **获得加分人数** | 51 |
| **全市** | **报名人数** | 6371 | **免体人数** | 0 | **免体比率** | 0 |
| **参测人数** | 6298 | **参测比例** | 98.85 | **获得加分人数** | 1007 |

# 二、学校测试情况

## （一）总体评价等级百分比（%）

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **等级** | | **优秀** | **良好** | **及格** | **不及格** |
| 小学 | 本校 | 10.88 | 37.41 | 51.70 | 0.00 |
| 全区该学段 | 20.15 | 38.26 | 39.79 | 1.79 |
| 初中 | 本校 | 5.13 | 23.27 | 59.76 | 11.83 |
| 全区该学段 | 7.59 | 25.79 | 55.95 | 10.68 |
| 全学段 | 本校 | 6.42 | 26.45 | 57.95 | 9.17 |
| 全区整体 | 13.81 | 31.93 | 48.75 | 5.51 |

## （二）单项指标等级百分比（%）

### 1. 身体形态（BMI）

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **等级** | | **正常** | **低体重** | **超重** | **肥胖** |
| 小学 | 本校 | 60.54 | 1.36 | 14.97 | 23.13 |
| 全区该学段 | 67.09 | 2.42 | 14.52 | 15.96 |
| 初中 | 本校 | 57.40 | 1.78 | 15.98 | 24.85 |
| 全区该学段 | 28.16 | 4.65 | 30.28 | 36.91 |
| 全学段 | 本校 | 58.10 | 1.68 | 15.75 | 24.46 |
| 全区整体 | 64.40 | 2.30 | 15.00 | 18.29 |

### 2. 身体机能（肺活量）

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **等级** | | **优秀** | **良好** | **及格** | **不及格** |
| 小学 | 本校 | 22.45 | 26.53 | 50.34 | 0.68 |
| 全区该学段 | 24.20 | 21.08 | 51.45 | 3.26 |
| 初中 | 本校 | 17.75 | 21.70 | 58.58 | 1.97 |
| 全区该学段 | 25.85 | 23.79 | 48.62 | 1.74 |
| 全学段 | 本校 | 18.81 | 22.78 | 56.73 | 1.68 |
| 全区整体 | 25.58 | 22.69 | 49.35 | 2.38 |

### 3. 50米跑

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **等级** | | **优秀** | **良好** | **及格** | **不及格** |
| 小学 | 本校 | 16.33 | 14.97 | 63.95 | 4.76 |
| 全区该学段 | 23.06 | 17.19 | 54.61 | 5.14 |
| 初中 | 本校 | 18.93 | 17.36 | 59.96 | 3.75 |
| 全区该学段 | 21.48 | 18.14 | 57.43 | 2.96 |
| 全学段 | 本校 | 18.35 | 16.82 | 60.86 | 3.98 |
| 全区整体 | 21.44 | 16.51 | 57.48 | 4.57 |

### 4. 坐位体前屈

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **等级** | | **优秀** | **良好** | **及格** | **不及格** |
| 小学 | 本校 | 18.37 | 31.29 | 48.98 | 1.36 |
| 全区该学段 | 24.23 | 26.46 | 48.44 | 0.87 |
| 初中 | 本校 | 13.21 | 17.55 | 65.29 | 3.94 |
| 全区该学段 | 21.48 | 18.78 | 56.66 | 3.09 |
| 全学段 | 本校 | 14.37 | 20.64 | 61.62 | 3.36 |
| 全区整体 | 21.40 | 22.66 | 53.94 | 2.00 |

### 5. 1分钟跳绳

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **等级** | | **优秀** | **良好** | **及格** | **不及格** |
| 小学 | 本校 | 27.89 | 23.13 | 47.62 | 1.36 |
| 全区该学段 | 41.01 | 16.92 | 40.74 | 1.33 |
| 全学段 | 本校 | 27.89 | 23.13 | 47.62 | 1.36 |
| 全区整体 | 41.01 | 16.92 | 40.74 | 1.33 |

### 6. 1分钟仰卧起坐

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **等级** | | **优秀** | **良好** | **及格** | **不及格** |
| 小学 | 本校 | 10.88 | 21.77 | 67.35 | 0.00 |
| 全区该学段 | 9.39 | 16.43 | 73.34 | 0.84 |
| 初中 | 本校 | 9.35 | 15.85 | 73.98 | 0.81 |
| 全区该学段 | 13.00 | 18.97 | 66.84 | 1.19 |
| 全学段 | 本校 | 9.92 | 18.07 | 71.50 | 0.51 |
| 全区整体 | 9.67 | 16.50 | 72.87 | 0.96 |

### 7. 50米×8往返跑

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **等级** | | **优秀** | **良好** | **及格** | **不及格** |
| 小学 | 本校 | 17.01 | 17.01 | 58.50 | 7.48 |
| 全区该学段 | 12.86 | 14.38 | 62.29 | 10.48 |
| 全学段 | 本校 | 17.01 | 17.01 | 58.50 | 7.48 |
| 全区整体 | 12.86 | 14.38 | 62.29 | 10.48 |

### 8. 立定跳远

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **等级** | | **优秀** | **良好** | **及格** | **不及格** |
| 初中 | 本校 | 5.52 | 13.61 | 57.40 | 23.47 |
| 全区该学段 | 7.91 | 14.15 | 56.08 | 21.86 |
| 全学段 | 本校 | 5.52 | 13.61 | 57.40 | 23.47 |
| 全区整体 | 5.57 | 12.25 | 56.05 | 26.14 |

### 9. 800米跑（女生）

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **等级** | | **优秀** | **良好** | **及格** | **不及格** |
| 初中 | 本校 | 18.29 | 19.92 | 53.25 | 8.54 |
| 全区该学段 | 21.49 | 20.29 | 49.73 | 8.49 |
| 全学段 | 本校 | 18.29 | 19.92 | 53.25 | 8.54 |
| 全区整体 | 13.06 | 15.21 | 57.57 | 14.17 |

### 10. 1000米跑（男生）

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **等级** | | **优秀** | **良好** | **及格** | **不及格** |
| 初中 | 本校 | 17.62 | 19.54 | 39.46 | 23.37 |
| 全区该学段 | 17.23 | 17.60 | 44.57 | 20.60 |
| 全学段 | 本校 | 17.62 | 19.54 | 39.46 | 23.37 |
| 全区整体 | 15.32 | 15.63 | 49.18 | 19.87 |

### 11. 引体向上（男生）

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **等级** | | **优秀** | **良好** | **及格** | **不及格** |
| 初中 | 本校 | 4.60 | 2.30 | 8.43 | 84.67 |
| 全区该学段 | 5.24 | 1.37 | 9.61 | 83.77 |
| 全学段 | 本校 | 4.60 | 2.30 | 8.43 | 84.67 |
| 全区整体 | 5.26 | 1.49 | 11.00 | 82.25 |

## （三）各项指标等级横向比较（%）

### 1. 小学学段

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **评价等级** | **正常** | **低体重** | **超重** | **肥胖** |
| 体重指数 | 60.54 | 1.36 | 14.97 | 23.13 |
| **评价等级** | **优秀** | **良好** | **及格** | **不及格** |
| 肺活量 | 22.45 | 26.53 | 50.34 | 0.68 |
| 50米跑 | 16.33 | 14.97 | 63.95 | 4.76 |
| 坐位体前屈 | 18.37 | 31.29 | 48.98 | 1.36 |
| 1分钟跳绳 | 27.89 | 23.13 | 47.62 | 1.36 |
| 1分钟仰卧起坐 | 10.88 | 21.77 | 67.35 | 0.00 |
| 50米×8往返跑 | 17.01 | 17.01 | 58.50 | 7.48 |

### 2. 初中学段

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **评价等级** | **正常** | **低体重** | **超重** | **肥胖** |
| 体重指数 | 57.40 | 1.78 | 15.98 | 24.85 |
| **评价等级** | **优秀** | **良好** | **及格** | **不及格** |
| 肺活量 | 17.75 | 21.70 | 58.58 | 1.97 |
| 50米跑 | 18.93 | 17.36 | 59.96 | 3.75 |
| 坐位体前屈 | 13.21 | 17.55 | 65.29 | 3.94 |
| 1分钟仰卧起坐 | 9.35 | 15.85 | 73.98 | 0.81 |
| 立定跳远 | 5.52 | 13.61 | 57.40 | 23.47 |
| 800米跑 | 18.29 | 19.92 | 53.25 | 8.54 |
| 1000米跑 | 17.62 | 19.54 | 39.46 | 23.37 |
| 引体向上 | 5.24 | 1.37 | 9.61 | 83.77 |

# 三、测试结果分析

本次体质健康标准测试情况反馈，北京市燕山前进中学的学生综合成绩优良率（6.42%），低于总体测试数据平均水平（13.81%）。学生综合成绩不及格率（9.17%），高于总体测试数据平均水平（5.51%）。本校整体情况处于中下水平。

## （一）身体形态方面

体重指数测试情况反馈，本校处于正常体重水平的学生占比（58.10%），低于总体测试数据平均水平（64.40%）。本校处于低体重水平的学生占比（1.68%），低于总体测试数据平均水平（2.30%）。本校处于超重水平的学生占比（15.75%），高于总体测试数据平均水平（15.00%）。本校处于肥胖水平的学生占比（24.46%），高于总体测试数据平均水平（18.29%）。

## （二）身体机能方面

肺活量测试情况反馈，本校处于优秀等级的学生占比（18.81%），低于总体测试数据平均水平（25.58%）。本校处于不及格等级的学生占比（1.68%），低于总体测试数据平均水平（2.38%）。

## （三）身体素质方面

### 1. 速度素质

50米跑测试情况反馈，本校处于优秀等级的学生占比（18.35%），低于总体测试数据平均水平（21.44%）。本校处于不及格等级的学生占比（3.98%），低于总体测试数据平均水平（4.57%）。

### 2. 柔韧素质

坐位体前屈测试情况反馈，本校处于优秀等级的学生占比（14.37%），低于总体测试数据平均水平（21.40%）。本校处于不及格等级的学生占比（3.36%），高于总体测试数据平均水平（2.00%）。

### 3. 力量素质

1分钟仰卧起坐测试情况反馈，本校处于优秀等级的学生占比（9.92%），高于总体测试数据平均水平（9.67%）。本校处于不及格等级的学生占比（0.51%），低于总体测试数据平均水平（0.96%）。

引体向上测试情况反馈，本校处于优秀等级的学生占比（4.60%），低于总体测试数据平均水平（5.26%）。本校处于不及格等级的学生占比（84.67%），高于总体测试数据平均水平（82.25%）。

### 4. 协调素质

1分钟跳绳测试情况反馈，本校处于优秀等级的学生占比（27.89%），低于总体测试数据平均水平（41.01%）。本校处于不及格等级的学生占比（1.36%），高于总体测试数据平均水平（1.33%）。

### 5. 耐力素质

50米×8往返跑测试情况反馈，本校处于优秀等级的学生占比（17.01%），高于总体测试数据平均水平（12.86%）。本校处于不及格等级的学生占比（7.48%），低于总体测试数据平均水平（10.48%）。

800米跑测试情况反馈，本校处于优秀等级的学生占比（18.29%），高于总体测试数据平均水平（13.06%）。本校处于不及格等级的学生占比（8.54%），低于总体测试数据平均水平（14.17%）。

1000米跑测试情况反馈，本校处于优秀等级的学生占比（17.62%），高于总体测试数据平均水平（15.32%）。本校处于不及格等级的学生占比（23.37%），高于总体测试数据平均水平（19.87%）。

### 6. 爆发力素质

立定跳远测试情况反馈，本校处于优秀等级的学生占比（5.52%），低于总体测试数据平均水平（5.57%）。本校处于不及格等级的学生占比（23.47%），低于总体测试数据平均水平（26.14%）。

# 四、体育工作建议

## （一）解决小学和初中之间成绩下滑的问题

本次测试结果显示，不同年级学生的测试成绩存在一定的差异，特别是小学六年级和初中各年级之间，差异较为显著。以综合评定结果的达标率为例，小学六年级达标率为100.00%，初中学段平均达标率为88.17%，其中部分原因是由于不同学段测试项目差异导致。

本区内学校是按照小学五年、初中四年的方式来划分学段的，本校学生涵盖了小学六年级与初中学段，这一模式对于解决小学和初中之间体育测试成绩下滑问题有极大帮助的。在学校体育教学中，可以有针对性的面向六年级学生陆续增加与初中测试项目关联性更大的体育活动，以帮助学生更顺利地适应中学测试项目。

## （二）加强对学生身体形态的重视

本校学生的身体形态方面的测试结果显示，超重及肥胖的合计占比为40.21%，这一比例已超过北京市平均水平，因此在学校的体育工作中，也应对学生身体形态方面的发展加以重视。身体形态问题，不仅会影响学生的体姿体态，还会对学生在运动过程中的表现以及学生的心理发育等方面产生影响。学校应该通过每天充足的体育活动时间以及科学的饮食搭配来确保学生可以获得足够的运动机会和均衡的营养摄入，以便帮助学生获得并保持良好的身体形态。

## （三）开展针对性的专项练习，补齐学生素质短板

通过对不同项目进行横向对比，可以发现不同项目的测试结果之间存在着明显的差别：本校引体向上测试达标率为15.33%，是各项测试中达标率最低的一项，远低于其他测试项目。这一结果反映出男生的力量素质普遍很差。本校立定跳远测试达标率为76.53%，是达标率第二低的项目，该项目反映出学生的爆发力素质较差。本校1000米跑测试达标率为76.63%，是达标率第三低的项目，该项目反映出学生的耐力素质较差。

学校在后续工作中，应优先提升学生的素质短板，针对上述较薄弱的项目开展更多专项练习，实现学生体质健康的均衡发展。

## （四）开设多样的体育社团

体育社团活动是激发学生对体育活动产生兴趣的有效途径。教育部印发的《〈体育与健康〉教学改革指导纲要（试行）》中，将“享受乐趣”列为《体育与健康》教学改革目标中的第一项目标，因此学校也应将培养学生对体育运动的乐趣，作为开展各项体育工作的初衷和首要任务。

学校可以开设更多体育社团，让学生可以有更多机会接触、了解各项体育活动，培养对体育活动的喜好。学生可以根据自己的喜好进行选择，在运动的过程中获得乐趣，同时掌握相应的运动知识和技能。

## （五）针对新版《体育与健康考核评价方案》的建议

2021年12月，北京市教委正式发布《北京市义务教育体育与健康考核评价方案》，新方案下，体育与健康考核评价对于学生整体评价的作用变得更为重要，这也必将会使得学校体育教育以及学生体质健康测试等工作得到更多的社会关注。这样对于各学校开展体育教育、体质健康工作也就有着更高的要求。

过程性评价要求学校不能仅仅关注考试前学生的体质健康，同时也要对学生每个年级的体质健康测试加以重视。学校应该重视每一学年的学生体质健康测试，并在测试后对所得到的测试结果展开分析，发现问题制定相应的提升方案，并将多年数进行时间维度的比较，了解学生体质健康情况的发展趋势。

现场考试项目的扩充以及测试项目学生自选性的变化，要求学校开设的体育课程应涵盖更多与所有考试项目相对应的教学内容，并可以由学生自主选择。